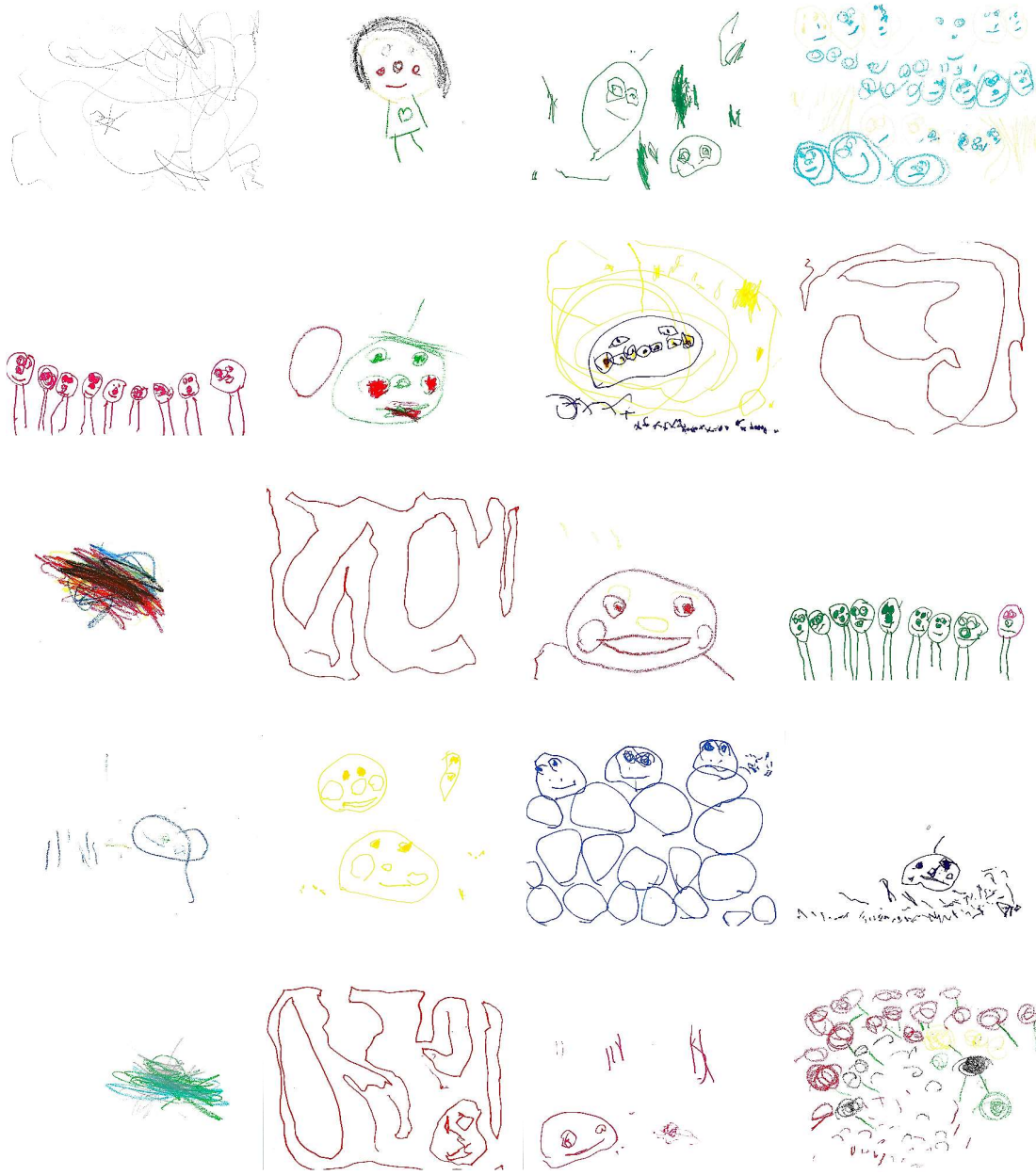


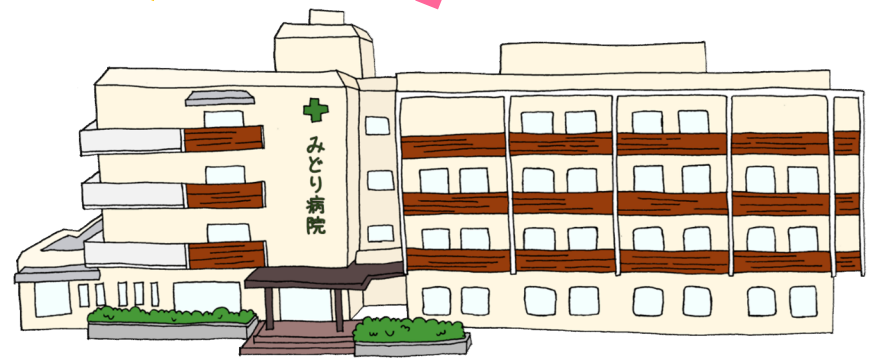
みどりの風

医療法人社団倫生会 みどり病院広報誌

Vol.26
2017春



みどり病院 広報誌 リニューアルしました



表紙モデル募集！
みどり病院の職員と表紙を飾ってみませんか？

表紙物語

表紙モデル募集！ みどり病院の職員と表紙を飾ってみませんか？

<特集>

リウマチ・膠原病について
内科・リウマチ科 稲波 宏理事長

気になる医療のこと・・・「高血圧」ってなに？
みどり病院のあれこれ・・・80列マルチスライスCT
わたしたちの街の医療機関とお店・・・永田医院 / 小さな厨房



当院での関節リウマチ治療

内科・リウマチ科
理事長 稲波 宏

膠原病には関節リウマチ、強皮症、全身性エリテマトーデス(SLE)、シェーグレン症候群、多発性筋炎、皮膚筋炎、血管炎、脊椎関節炎など様々な病気があります。それぞれの病気を引き起こす免疫機構の解明は急速に進歩し、それに対応する治療薬も開発されており、いまでは治療薬の選択に困るほどになってきました。それぞれの薬剤の長所と短所を知り、患者さんにあった適切な治療を行うことが可能となってきました。医療者側は抗リウマチ薬の進歩に対し十分な知見を持って、患者さんにあった治療法の選択を行うことが求められています。膠原病は関節痛から始まる場合が多いとされています。関節痛の代表的膠原病は関節リウマチです。

関節リウマチは幼児期から高齢者まですべてが罹患する病気であり、膠原病の中で最も多い病気です。100人に1人が発症し、発症すれば、多くの人が生涯に渡って関節痛に悩まされ、ついには関節が高度に破壊され、寝たきりになってしまい、脊椎の変形から突然死が起きることもあります。

発症から2年で無治療であれば、高度関節破壊に至り、車いすの生活となってしまいます。このため、最も重要なのは、関節リウマチを早期に診断し徹底的な寛解状態に置くことです。

私共の施設では、リウマトレックスやアラバなどの免疫抑制剤で効果がなかったり、副作用のために使用できなかった場合、アクテムラを第一選択としています。アクテムラはIL-6（インターロイキン6）という炎症性ホルモンを制御し、免疫機構の中心であるTリンパ球の制御によって、安定した免疫環境を作り出し、関節症状を劇的に和らげるものです。最大の副作用は結核を含む感染症です。十分な感染症対策を取り治療を続けることが関節破壊を防ぐ道です。関節痛で悩まれている方は受診してください。

生物製剤以外にも新たな分子標的薬ができてきましたが、抗リウマチ作用という点でアクテムラを凌ぐ効果を持つ薬剤は今のところありません。

外来担当日

月曜・木曜 9:00~12:00、火曜 14:00~15:30※予約制、金曜 17:00~19:00、土曜 9:00~12:00隔週
※担当医の変更や休診となる場合がございますので、ご来院の際は電話にてご確認お願い致します。

「高血圧」ってなに？

！ 気になる？
医療のこと

循環器内科
武本 知之

高血圧は140/90mmHg以上の状態を指します。この状態では血管に過度の負担がかかっており、動脈硬化を引き起こす原因となります。動脈硬化が進行すると脳卒中や心筋梗塞などの重篤な疾患を発病することとなり、死亡リスクを上昇させます。我が国では高血圧は喫煙に次いで重要な死亡原因であることが報告されております。

高血圧は大きく分けて本態性と二次性の2つに分けられます。ほとんどは本態性と呼ばれるもので、遺伝的背景に加えて塩分の過剰摂取や過度の飲酒、喫煙、運動不足などの生活習慣が絡み合っただけで起こります。この場合、まず生活習慣の是正を行いますが、それでも血圧が高い場合には内服薬による治療を行います。一方、腎臓や副腎などの内臓疾患が原因となって血圧が上昇するものを二次性と呼び、適切な診断のもと治療することで高血圧の治療が期待出来ます。高血圧そのものは自覚症状がないため、気が付きにくい疾患です。健康診断などを利用して定期的に血圧を測定することが重要です。

血圧が気になる方はまずは病院に相談に来て下さい。

降圧剤を服用している場合はグレープフルーツジュースを飲んだらダメって本当？

薬剤師

カルシウム拮抗薬という種類のお薬を服用している場合は、副作用が増強される事があるのでダメです。(1杯でもダメです。)同様に、一部の免疫抑制剤、てんかんの薬、睡眠導入薬、コレステロールを下げる薬を服用している場合もダメです。

カルシウム拮抗薬は体内でCYP3A4という酵素で分解されるのですが、グレープフルーツジュースにはこの酵素を阻害する作用があるため薬が効きすぎてしまいます。そして、その作用は3日間程度持続します。でもご安心下さい。この酵素は皮の部分に多く含まれているので、身の部分だけ食べる分には特に問題は有りません。たくさん食べるとダメですけどね。

ちなみに冬によく食べる温州みかんは大丈夫ですよ。

減塩は当たり前！ 次の一手！？

管理栄養士

血圧を下げるといえ「塩分を減らす」いわずもがなです。では次の一手は？

カリウムをしっかり取ることです。カリウムは体内の余分な成分(ナトリウム)を体の外へ排出することによって血圧を下げるのが分かっています。

カリウムが多い食品は「野菜」「海藻」などです。野菜の1日の目標は350gですが、20歳以上の野菜の平均摂取量は約290gです。全体平均でみるとあと少し野菜類が足りていないようです。

まずは野菜類を小鉢1つ分、またはパック1つ分増やしてみてもいいでしょうか？

朝食にトマトを1個や昼食にお浸しを1品追加など出来ることから取り入れてみましょう。但し、腎臓が悪い方はカリウムの取りすぎはオススメしません。

家庭用血圧測定器は上腕タイプがお勧め！
血圧測定は1日2回！

看護師

手首で気軽に測定できる機器もありますが、心臓から遠く血管も細いため、血圧の変化が大きいです。正しい血圧を測定するためには、上腕での測定をお勧めします。

血圧測定は1日2回が基本です。1回目は起床後1時間以内です。これは仮面高血圧(別名：早期高血圧)を見逃さないためです。早朝に急激に血圧が高くなり、早朝の最低血圧が眠る直前よりも高いタイプです。2回目は就寝直前です。どちらも、1~2分安静後の測定が望ましく、直前の飲酒、喫煙、カフェイン摂取後は控えた方がよいでしょう。

心臓の大きさは胸部レントゲン検査で確認できます！

放射線技師

普段みることのできない心臓の大きさはレントゲンで撮影することによって目で確認することができ、心胸郭比(心胸郭の横幅と心臓の横幅の比率)が50%以下なら正常と診断されます。

必ずしも50%以下が正常ということではなく、普段の心胸郭比が40%の人が49%になっていれば50%以下ですが拡大していると診断されることがあります。

胸部レントゲン検査の被ばくを気にする方がいらっしゃいますが、被ばく量はごく微量です。数値でいえば約0.05mSvです。比較対象でいうと飛行機に乗って東京からニューヨークを往復するのに宇宙線とよばれる自然放射線により約0.2mSv被ばくしています。飛行機に乗るだけで被ばくしているのは驚きですが、この旅行間の被ばくの数倍低い値なのです。

80列マルチスライスCT (Aquilion PRIME)

CTとはX線を使用して人体の主に輪切り（横断像）の画像を得る検査です。
また、造影剤を使用することで、より明瞭に病変部、血管を描出することが可能です。

スピード撮影そして高精細

0.5mmスライス厚×80列検出器により、人体内の組織・病変を広範囲かつ短時間に撮影し高精細な画像を得ることが可能



被ばく低減

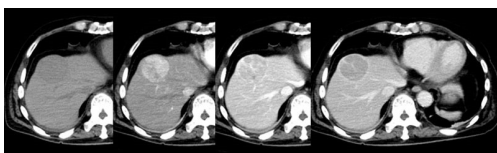
被ばく低減機能を搭載した装置
X線による被ばくを従来に比べ**最大75%低減**

心臓（冠動脈）CT検査対応

重篤な心血管病である虚血性心疾患（狭心症、心筋梗塞）の原因となる冠動脈狭窄を早期に発見できます。
しかも虚血性心疾患の治療後のフォローアップ検査としても非常に有用な検査です。



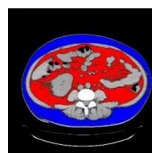
あらゆる臓器疾患の検査に対応



▲腹部造影CT（肝細胞癌症例）



▲胸腹部大動脈造影CT/3D-CT（骨盤骨折症例）



▲内臓脂肪CT
青:皮下脂肪
赤:内臓脂肪

※ご紹介の患者様の検査予約や当日緊急検査も随時行っております。
お電話にてお問い合わせください。みどり病院 078-928-1700 (代)

外来担当表

(平成29年5月現在)

		月	火	水	木	金	土
午前 9:00-12:00 (受付 8:30-11:45)	内科		島田	高坂(9:30~)	清水	室生	向井
	内科/リウマチ科	稲波(宏)			稲波(宏)		隔週 稲波(宏)
	循環器内科	黒田	武本	廣田	室生	稲波(整)	隔週 室生
	消化器内科	佐伯	前川	佐伯		大谷	
	糖尿病内科				菅原		
	心臓弁膜症センター	岡田(行)				岡田(行)	
	外科		荒井	木戸	齋藤		3週 齋藤
整形外科	担当医					担当医	
午後 14:00-15:30 (受付 13:30-15:15)	予約制	下肢静脈瘤 船橋				佐伯	
		稲波(整)	稲波(宏)		室生	武本	
夜間 17:00-19:00 (受付 16:30-18:45)	内科	1診	前川		佐伯	稲波(宏)	
		2診	新倉		羽溪	川森	

Information

5.21(日)
11:00~14:00

みどり保育園バザー

場所・みどり保育園(西区枝吉4-172-3)

フランクフルト、カレーやゲームコーナーも予定しています。
エコバックを持ってお越しくださいね★
※車でのご来園の方は近隣のコインパーキングをご利用下さい。

6.3(土)
13:30~15:30

第7回リハビリ健康教室「姿勢」

～実感！これで見た目もベッピンさん！～
場所・4階リハビリテーション室

<プログラム>

- ・「姿勢」についての話
- ・グループワーク
- ・自宅でできる健康体操
- ・質問、相談会 など

<対象>

地域住民 (定員30名程)

<参加費>

無料

<申込方法>

お電話または申込用紙にてお申込みください。
※申込用紙は1階受付、4階リハビリテーション室に配置しております。

☎078-928-1700

担当・リハビリテーション科 白川



5.31(水)
13:30~15:30

みどり病院 就職説明会

<プログラム>

- ・みどり病院の紹介
- ・院内院外見学ツアー
- ・個別相談会※各専門職員が対応

<対象>

看護師、薬剤師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、看護助手、放射線技師、社会福祉士、事務（総合職）、学生

<定員>

10~15名

<申込方法>

当院ホームページの問い合わせフォームもしくはメールまたはお電話にてお申込みください。

☎078-928-1700

✉kmaruyama@midori-hp.or.jp

担当・丸山、額田

お子様連れ歓迎!



6.7(水)
14:30~

みどり病院 院内コンサート

場所・外来ホール

<出演者>

- TS 室生 卓(院長)
- Perc 司馬 久史
- Key 山口 菜穂子
- Pf 濱中 亜矢

バリトン ○○○
ついに
あの人が?!



Past Information 2017.1-4

1

1.16 下肢静脈瘤外来開始

3

- 3.1 敷地内全面禁煙開始
- 3.10 心臓弁膜症センター 岡田行功センター長
モナコ国際学会で講演
- 3.4 循環器内科 室生卓院長
3.4付神戸新聞特集「ひょうごの病院」に
インタビュー記事掲載

2

- 2.15 第145回公開糖尿病教室 開催
- 2.16 循環器内科 室生卓院長
東京医科大学八王子医療センターで講演
- 2.23 心臓弁膜症センターオープンカンファレンス 開催

4

- 4.20 心臓弁膜症センターオープンカンファレンス 開催
- 4.21 内科・リウマチ科 稲波宏理事長
リウマチ学会でポスターセッション
- 4.24 4階会議室拡張

永田 医院

院長・永田利謙先生



院長の永田利謙です。昭和50年10月に父である利雄が開業して以来、今年で42年目を迎えることとなりました。開業当初この辺りは田畑ばかりで、幼かった私は、いつも泥だらけで走りまわっていたと記憶しております。その後住宅が増え、道が舗装され、西神ニュータウンが開発され、垂水区から西区に区分し人口が増えてまいりました。私も10年前から永田医院に戻り、父とともに診療してまいりましたが、その父も高齢となり、今年5月をもって引退することとなりました。子供のころから知っているみどり病院や、先輩先生に助けていただきながら、少しでも地域医療に貢献できるよう頑張ろうと思っています。

みどり病院にはいつも大変お世話になっております。急な入院や心臓疾患の患者様の診察、検査をお願いすることが多いのですが、いつも快く引き受けていただき感謝しております。小さな診療所で、できることは限られていますが、患者様と真摯に向き合い、より良い医療環境を提供できるよう未熟ながら頑張りたいと思います。

これからもよろしくお願ひします。

院長・永田 利謙先生
電話・078-928-8555
診療科・内科、小児科
診療時間・午前9:00~12:00
午後16:00~19:00
休日・木曜日土曜日午後、日曜日
住所・神戸市西区持子2-117
URL・http://www.nagatain.com/



＜交通アクセス＞
●第二神明「玉津インター」より明石方面へ国道175号線「リハビリセンター前」を左折して100m
※駐車場完備

●JR/山陽明石駅・地下鉄西神中央駅
神姫バス「玉津曙」下車、徒歩3分



永田先生はいつもやさしく患者さん思いのすばらしい先生です。当院からも近く、色々なこととお世話になっています。写真を見て頂ければ、一目瞭然ですが、すごいハンサムで当院職員にも人気です。これからもよろしくお願ひ致します。



洋風居酒屋小さな厨房枝吉店

口を揃えて「大きい♪♪」と言って頂ける小さな厨房特製有頭エビフライにマスターお手製ホワイトソースで作ったカニクリームコロッケ、デミグラスソースの中でじっくり煮込んだ自家製(特製)ハンバーグ、カキフライなど季節限定メニューも多数用意しております。朝露にもお店がございますので、ぜひ!!お立ち寄りください♪

☎078-923-2259
神戸市西区枝吉2-116
ランチ 11:30~14:00
ディナー18:00~24:00
無料駐車場有



食レポ

人気メニューのコロッケは丸くて大きく見応え(!?).も食べ応えもあり12コと3コから選べるのもうれしい。季節限定のメニューもあり何を食べようか迷うのも楽しく、味・人・雰囲気すべてが花丸のお店です。



RANKING

倫会グループ BLOG記事
2017年1月~2月 全30 記事掲載

ホームページ部門

倫会グループの各施設から、各施設ならではの健康管理に役立つ情報や日々の出来事などバラエティに富んだ内容のブログ記事を掲載しています。
病院内にブログ記事をまとめたファイルを設置しております。
ぜひご覧ください!

「カンファレンス」
2017.2.10
みどり病院 2階病棟

「忘年会幹事のお仕事」
2017.1.12
みどり病院 事務局

「検査科クラークになるには」
2017.1.30
みどり病院 検査科

フェイスブック部門

各施設からの新着記事の紹介、外来診・代診のお知らせ、イベント情報などみどり病院の最新情報をいち早くお届けしています。皆様の「いいね!」お待ちしております。

「シャントってなに? シャントの管理は?」
2017.2.13
みどり病院 人工透析室

「カンファレンス」
2017.2.10
みどり病院 2階病棟

「忘年会幹事のお仕事」
2017.1.12
みどり病院 事務局



みどり病院次長
津田明彦

今更また、その旧跡前を車で通てみると、もう石碑も何も無い、ただ草が生えるだけの小さな公園に変わりました。そして、丘の上より、新しい哲学館を再訪してみると、「骨清窟」は、駐車場の敷地の一角に再構築されて、新しい「ぼん」に「ぼん」と建て、また、翌日、金沢で、もの、第四高等学務本館を活用した石川四高記念館を訪ねてから、帰りました。

か、椅子に、よって物かき此床に入りて又、す日毎夜毎に(昭和四年)

私が前回来た時には、宇ノ氣町立西田記念館が新しい哲学館に引越した後も、旧記念館の敷地に、寸心園(一寸心)とは幾多郎の居士号と名付けられた小さな庭が残されていて、そこには閉鎖中の旧記念館と並んで、幾多郎が京都帝国大学教授時代に暮らした京都都田中飛鳥井町の旧邸から書斎「骨清窟」と命名部分だけを没後に移築した建物が、雪の降りし中、ひそひと佇んでいました。公て幾多郎が詠んだ歌に

温故知新 第二話

西田幾多郎
くす) 気 金沢 京都 く

青春18きぶの冬の旅は、まだ雪の降らぬ、12月中旬、知人を訪ねて北陸に行きました。カニを馳走になるためです。翌日、オアシムとして、金沢の、かほく市にある石川県西田幾多郎記念哲学館を一人で訪ねました。そこには、8年前にも来たことがありますが、宇野気駅から徒歩でも行けないことはないけれど、今度も天気が悪く雨模様だったので、タクシーで行くしかありませんでした。もともと宇ノ氣は、幾多郎の生地であら、先祖代々の墓があったり、子供時代を過ごした家跡地に、西田幾多郎先生々立之地なる碑が建て、いままで、通た小学校初めは墓地近くの菩提寺長楽寺の本堂の一部を仮校舎にして、いました。が、あたりした所です。後、幾多郎は、女子師範学校に通う次姉のいる金沢に出く、第四高等中学校で学生時代を過ごします。