

みどりの風

第4号

発行日 2007年 11月20日

医療法人社団 倫生会
みどり病院

編集発行：みどり病院 広報誌作成委員会
所在地：〒651-2133 神戸市西区枝吉1-16
TEL (078) 928-1700・FAX (078) 928-1772

はじめまして。本年10月より整形外科を担当して約3年不在とのこと、ほとんど新たな立ち上げとなりますが、持てる力を存分に発揮したいと考えております。

整形外科は、運動器すなわち骨、関節、靭帯、筋肉、脊椎脊髄、手足の神経の疾患を扱います。骨折や捻挫などのケガ、腰痛、関節痛、手足のしびれや麻痺に対



整形外科医 後藤 良
ぎょく ひん 玉 彬

10月1日より、整形外科の後藤良医師が入職しました

新任医師をご紹介します

して、正確な診断、適切な治療を行っていく所存です。さて、高齢化社会の到来とともに、骨粗鬆症がそれに伴う骨折により、高齢者の日常生活機能の障害に著しい影響を与えています。日本では、脳卒中に次いで寝たきりの原因の第2位になっています。特に、足の付け根の部分の骨折は、大腿骨頸部骨折とよばれ、早期に手術をし、早期に離床することが肝要です。10月24日現在、3名の該当患者さんに対して、受傷後2日(うち1例は受傷翌日)で手術を施行しました。当整形外科では、寝たきりを防止すべく、準救急手術として、原則として今後も受傷後数日以内で施行してまいります。

また、当院では骨量測定装置を備えて、骨粗鬆症の状態を把握しています。さらに当院のCT装置は、最新のもので、骨の形態なども3次元に描写でき、整形外科における有力な補助画像診断となっております。

スタッフ一同、日々精進すべく診療にあたる所存です。皆様方の運動器の健康に寄り、幸せで元気な生活を送れるよう努めたいと考えています。よろしくお願い致します。

後藤医師の診療担当

- 午前診：火・木・土
- 夜間診：月・金

プロフィール

● 東京生まれ、神戸育ち
平成元年 神戸大学医学部卒業
医学博士
日本整形外科学会専門医

みどり病院の理念

● 私たちは、地域の人々が健やかに安心して暮らせる医療環境づくりに貢献します。

みどり病院の基本方針

- 一般急性期医療を軸に、予防医学から在宅医療までをカバーし、地域の医療ニーズに応えます。
- 患者様の権利を尊重し、十分な説明を行い、安全で良質な医療を提供します。
- 近隣の医療・介護・保健機関と協力し、地域の人々の健康と安心を支える病院をめざします。
- 専門知識の習得や技術の向上に努め、医療レベルの向上に努めます。

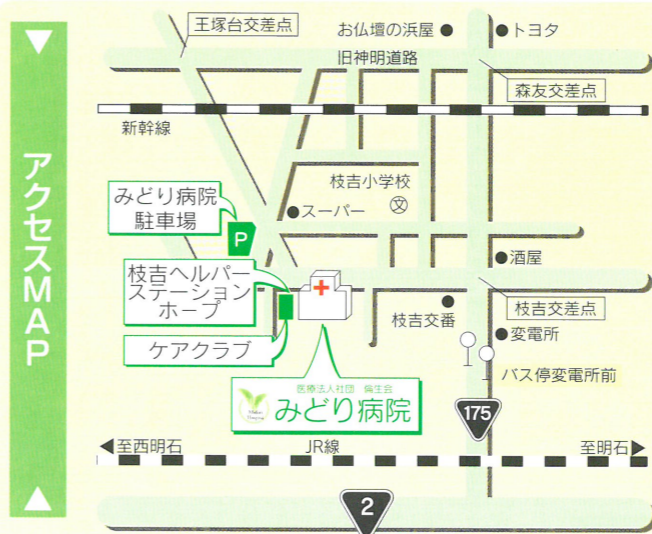
● 診療担当表が新しくなりました ●

診療担当表

		月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00 (受付 8:30~12:00)	I 診	稲波	前川	佐伯	稲波	廣田	交代制 稲波 佐伯
	II 診	佐伯	清	廣田	清水	室生	交代制
	III 診	額田	*	大岡	*	伊佐	交代制
外科 整形外科		矢部	呉	木戸	呉	矢部	整形外科 呉
夜間 17:00~19:30 (受付 16:30~19:30)	I 診	前川	稲波	佐伯	廣田	清水	
	II 診	澤田	*	大西	江原	*	
17:00~19:00 (受付 16:30~19:00)	外科 整形外科	呉	(休診)	(休診)	矢部	呉	

☆急患は随時受付いたします。(神戸市第2次救急指定病院)

- 診療科目…内科/外科/整形外科/循環器科/消化器科/呼吸器科/リウマチ科/リハビリテーション科/人工透析
- 病床数…108床(一般108床うち亜急性8床)
- 面会時間…平日・土 ▶ 15:00~20:00 日・祝日 ▶ 11:00~20:00



ホームページもご覧下さい!!

みどり病院のいろんな情報を、ホームページでも公開しています。下記アドレスまでアクセスしてください!

<http://www.midori-hp.or.jp>



みどり病院に入院中の方へのお見舞いメッセージを、Eメールで送ることができます。詳しくは、みどり病院ホームページにアクセスして下さい。

地域連携担当Ns

外来師長 内田 志緒利
お気軽にお問い合わせ下さい。
TEL 078-928-1700
FAX 078-928-1772



医療法人社団 倫生会
みどり病院

所在地：〒651-2133 神戸市西区枝吉1-16
TEL (078) 928-1700 (代) FAX (078) 928-1772

血糖値のコントロールを 良くするためには…

仕事を休まずに
夜間診に3回通うだけで
インスリンを始める事ができます

糖尿病とはどんな病気？

糖尿病とは、体中の血管を流れる血液中に糖分(ブドウ糖)が多くなってくる病気です。原因は、加齢のほか日常の生活習慣(食べすぎ、運動不足等)が誘因となって発病するの、「生活習慣病」と言われています。成人の六人に一人が糖尿病か、その予備軍であると言われています。

ほっとかへんかなの？

糖尿病という病気は、初期の頃は症状があまり出てきません。少し治療をして、良くなったと思つて途中で治療をやめてしまうと、もし悪化していても症状が出ないうちは気づきません。症状が出てきた時には、血糖値は随分と高くなつてしまつている場合が多いのです。血糖値が高い状態が続くと、様々な臓器に障害(合併症)をもたらします。この病

気は、きつちりと治療を受けて血糖値の上昇を抑えていれば、合併症も起こらず、普通の健全な人と同じ生活を送る事ができます。しかしながら、きつちりと治療を受けられずにいるケースが少なくないのが現実です。

どうやって治療するの？

まず食事療法・運動療法から始め、その後、効果が見られない場合に薬物療法を併用します。薬物療法は内服薬から始め、その後インスリン治療を始める場合が多く見られます。内服治療の場合、続けていると、効果がだんだんと無くなつてくる事がありません。SU剤と呼ばれる薬は、血糖を下げるホルモン(インスリン)を出す臓器である膵臓に働いて、インスリンの分泌を促して、血糖値を下げます。解りやすく言うと、膵臓のおしりを叩いて、「インスリン出ろ、出ろ！」と膵臓に「活」を入れてくれる薬なのです。最初のうちは、膵臓は、機嫌よくインスリンを出してくれるのですが、食事・運動をきちんとしていないと、なかなか血糖値は下がってくれません。すると、膵臓は、「いくら頑張つても血糖値が

下がらない、どうにかして下さい！」と言う様になつてきます。そのうち、膵臓は疲れきつてしまい、「もう疲れましたもうインスリンを出せません！」と言つて、働かなくなつてしまいます。その様な場合、短期間でもインスリン治療をすると、その間膵臓は、「しばらく休憩して体力を温存しておこう」と、一休みする事ができます。私たちも、激しい運動をした後すぐは立ち上がる事も大変ですが、休憩をする事で、また動く事ができる様になります。それと同じ様に、休憩を済ませた膵臓は、また元の様にインスリンを分泌する事ができる様になります。そうすると、インスリン治療を止めた後も、血糖値をコントロールする事ができます。



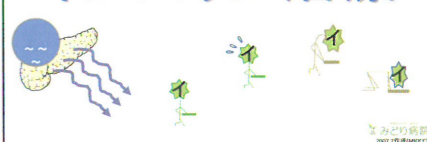
インスリン療法は 糖尿病治療の ひとつの方法

巷では「インスリンを打つということはもう終わりである！」「一度始めると一生続けられないといけない！」というイメージがあります。しかしこれは、血糖値をコントロールできていないのに内服薬のみで治療を続けて、最後の最後までインスリンを使用せずにいた場合で、早期にインスリン治療を開始した場合は、必ずしも一生インスリンを続ける必要は無いのです。また「インスリンを打つのは痛いのでは？」と思つている方も多いと思いますが、実際はそんなに痛くはありません。注射針の直径は約0.25mm、長さ約5mmと皆さんが想像している注射針よりかなり細く、ちよつとチクツとする程度の痛みしか感じません。

当院では…

最近では、インスリンを早期に使用する事が多くなつてきました。しかし、血糖コントロールが悪くてインスリンを始めたが、仕事を持つていたりしてなかなか昼間に通院できない、まして入院なんてできない、と言う方もいます。その様な方でも、夜間診に3回通うだけでインスリンを

はじめての インスリン治療



指導用ツール

安全に始めていただける様に、指導の手順、導入の順序等に工夫をこらした、「外来インスリン導入パス(II治療や指導の方法や流れの手順書)」を作成しました。このパスを使用して、糖尿病の病態、インスリン治療が必要な理由、インスリン注射の手順、自己血糖測定の手順などを効率よく、解りやすく説明します。そして早期にインスリンを導入する事により、重症化を防ぐ(合併症を予防する)事ができます。また糖尿病という病気についての興味を持つきっかけと理解を深める手助けになります。

糖尿病療養指導士(薬剤師)

佐々山 太郎

あなたの内臓脂肪を 調べてみませんか

内臓脂肪CT測定のご案内

内臓脂肪の過剰な蓄積(内臓脂肪型肥満)は、高血圧や高脂血症、高血圧などを招き、動脈硬化をすすめ、心筋梗塞や脳卒中などを引き起こすリスクが高くなる事がわかっています。ウエスト(腹囲)が男性で85

cm以上、女性で90cm以上であれば、内臓脂肪型肥満が疑われます。しかし、腹囲の計測ではわからない「かくれ肥満」の方もおり、CT検査で腹部の断面像を撮影しないと、正確には内臓脂肪の蓄積を判断できません。

内臓脂肪CT検査は、時間も僅か(10分程度)ですみ、苦痛もない検査ですので、ご自身の内臓脂肪量を知り、健康管理に役立てるためにも、ウエストが気になる方は一度測定されることをお勧めします。

内臓脂肪CT測定 導入キャンペーン期間

2007年12月末まで

通常料金(2,100円)を、
特別料金(1,050円)
にて実施します。

- 【検査内容】
1. 仰向けになりへその位置を確認してCT撮影し、検査は終了します。
 2. 検査結果は、2、3日後に郵送にてお送りします。
 3. 検査結果で内臓脂肪型肥満と判定された方は、ご自身で健康管理に注意するか、医師にご相談下さい。
- 【検査実施日時】
1. 月曜・水曜・金曜(祝日を除く)の午後2時～午後5時であれば、予約不要です。1階受付にてお申込み下さい。
 2. それ以外の時間帯については、事前にご連絡下さい。
- 【検査の注意点】
1. 検査費用は、2,100円です。(自費診療となります)
 2. 妊娠中、もしくは妊娠の可能性のある方は、検査できません。

内臓脂肪CT検査報告書

受診日 2007/05/17

氏名 みどり一郎 様

性別 男
身長 167.3 cm
体重 69.2 kg

内臓脂肪検査の結果をご通知申し上げます。
診断結果は日本肥満学会の基準値に基づいて表示しています。

検査項目	検査結果
内臓脂肪面積	176.0 cm ²
皮下脂肪面積	144.2 cm ²
ウエスト周囲径	92.4 cm
内臓/全体脂肪比	0.55
皮下/全体脂肪比	0.45
内臓/皮下脂肪比	1.22
体格指数BMI	24.7

[参考] BMI=体重kg/(身長m)²
 ~18.4 普通 18.5~24.9 肥満 25.0~29.9 高度肥満 30.0~

[内臓] ■皮下脂肪 ■内臓脂肪 ■黄色:腸管カス ■灰色:筋肉・骨格等

診断結果

[内臓脂肪] 中等度の内臓脂肪型肥満
ウエスト周囲径 92.4cm (BMIが25以上で、男性85.0cm以上、女性90.0cm以上は「上半身肥満」の疑い)
内臓脂肪面積 176.0cm² (男女とも100.0cm²以上で「内臓脂肪型肥満」の疑い)

[体格指数BMI] 普通
理想体重 61.6kg (現在の体重は、7.6kg超過です)

[総合判定] 要治療

[コメント] 食生活を見直し、適度な運動を行ってください。1年間で4~5kgの減量を目指しましょう。1年後に再検査をお受けください。糖尿病や心臓病の場合、運動については注意が必要です。詳しくは医師にご相談下さい。

医療法人社団 倫生会 みどり病院
電話 078-928-1700

おすすめのお店

今回ご紹介するお店は、みどり病院から左手(西)に、坂を登つて、私たちの足で徒歩313歩(150m位でしょうか?)の所にある、サングレイスと言う喫茶店です。

開業して25年経つというこのお店の名前は、当時薬問屋に勤務していたオーナーが、退職時に会社で公募して決まったそうです。店内は広くて落ち着いた感じで、ゆつたりとくつろげる雰囲気がお店に入った瞬間から感じられます(写真)。



おすすめ
のメニューは「日替わり定食」で、お味噌汁、サラダ、食後のドリンク(珈琲 or 紅茶)付きで850円です(PM2時まで)。お味噌汁は、具だ

サングレイス

☎078-928-0516

営業時間 7:00~19:00
(モーニング 7:00~11:00)
定休日 1月1日~3日
駐車場 30台

(薬剤科 S & 総務課 I)

第3号の クイズの答え

- ① たんぽぽ 蒲公英
- ② からたち 枸橘
- ③ しゃくなげ 石南花

ご応募いただきました皆様にお礼を申し上げます。全問正解されました2名の方には記念品をお渡しさせていただきました。