

すこやか

神戸百年記念病院広報誌
kobe Century Memorial Hospital

VOL.
57
2015.5

INDEX

- いつまでも少しでも自分らしく生活するために
- 高血圧治療ガイドラインが改定されました。
- 新任医師紹介
- 医療相談●診療日カレンダー
- 名誉院長の眩き●医師紹介
- お知らせコーナー●クイズ



当院は平成11年より(財)日本医療機能評価機構の認定を受けております。

日本医療機能評価機構

いつまでも 少しでも 自分らしく生活するために —訪問リハビリテーションにできること—



“訪問リハビリテーション”という言葉を目にしたことはありませんか?訪問リハビリテーションとは、退院後に体の回復状態の関係で外来リハビリテーションのための通院が困難な方に対し、ご自宅までお伺いし患者様の生活環境下でトレーニングを実施することです。

当院ではリハビリテーションの専門家である理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が患者様に対し個々の目標達成に向けトレーニングを行っています。入院生活においては手術、服薬、リハビリテーション等の治療が終了し、日常生活能力がある程度回復した時点で退院を迎えます。しかし退院は“復帰”というゴールに到達しているわけではなく、飽くまで“復帰までの中間点”に過ぎません。いざ自宅に戻ると、「足の動きが不十分で今まで入れていた浴槽がまたげない」「体力が落ちてスーパーまで買い物に行けなくなった」といった問題に直面します。当院では、そんな退院直後の問題を解決に向けて“訪問リハビリテーション”を行っています。実施する内容は主に①生活環境下でのリハビリ



テーション、②周辺環境に適した福祉用具選定・使用方法の指導、③家族に対しての生活環境に合わせた介助法指導、になります。これらの活動を普段の生活場所で行うメリットは多々ありますが、一番大きい点は患者様の訴えがより明確に見え、迅速に問題解決に向け舵を切れることです。例えば「家の浴槽に入れない。自分で入りたい。」と要望があったとします。ご自宅に直接伺うことで、まず「家の浴槽はどれくらいのサイズか?」という環境情報がその場で収集できます。更にその環境において「現在の体の状態・機能ではどこまでできるか?どれくらい機能が上がれば自分の力で出来るか?方法を変えれば現在でもできるか?」といった生活環境と照らし合わせた身体の情報を得ることが出来ます。これによって目標達成までの効率の良いトレーニング実施や環境設定などのプランニングを行う事が可能となり最大のメリットと考えています。もちろん上記のような退院後の方のみでなく、「自宅で生活していたが元々の持病の関係などで徐々に動けなくなってきた」などの方々に対しても訪問リハビリテーションを実施しています。以上の様な活動を私たち訪問リハビリスタッフは現在計6名で行っています。“より自分らしく生活していけるように”と想いを胸に、患者様の復帰に向け助力となれるよう日々活動しています。こんな当院の訪問リハビリテーションについて「気になるな・・・」と思われましたら、関係医療機関の主治医または担当ケアマネージャーにご相談下さい。

テーション、②周辺環境に適した福祉用具選定・使用方法の指導、③家族に対しての生活環境に合わせた介助法指導、になります。これらの活動を普段の生活場所で行うメリットは多々ありますが、一番大きい点は患者様の訴えがより明確に見え、迅速に問題解決に向け舵を切れることです。例えば「家の浴槽に入れない。自分で入りたい。」と要望があったとします。ご自宅に直接伺うことで、まず「家の浴槽はどれくらいのサイズか?」という環境情報がその場で収集できます。更にその環境において「現在の体の状態・機能ではどこまでできるか?どれくらい機能が上がれば自分の力で出来るか?方法を変えれば現在でもできるか?」といった生活環境と照らし合わせた身体の情報を得ることが出来ます。これによって目標達成までの効率の良いトレーニング実施や環境設定などのプランニングを行う事が可能となり最大のメリットと考えています。もちろん上記のような退院後の方のみでなく、「自宅で生活していたが元々の持病の関係などで徐々に動けなくなってきた」などの方々に対しても訪問リハビリテーションを実施しています。以上の様な活動を私たち訪問リハビリスタッフは現在計6名で行っています。“より自分らしく生活していけるように”と想いを胸に、患者様の復帰に向け助力となれるよう日々活動しています。こんな当院の訪問リハビリテーションについて「気になるな・・・」と思われましたら、関係医療機関の主治医または担当ケアマネージャーにご相談下さい。



リハビリテーション科 訪問リハビリテーション室
理学療法士 山坂 裕樹

連携医療機関の皆様へ

当院での診療を希望される患者さまがいらっしゃいましたら、地域医療連携室へお問い合わせ下さい。

高血圧治療ガイドラインが改定されました。

—手術により治療可能な高血圧があります—

日本人の高血圧推定患者数は4300万人、およそ3人に1人が高血圧とされています。長期に高い血圧が持続すると、脳や心臓、腎臓の血管を痛め、脳卒中、心臓発作、腎不全などの病気を招きます。これらの病気は知らず知らずのうちに進行するため、米国では高血圧をサイレントキラー（静かな殺し屋）と呼んでいます。生活習慣を改善し血圧を正常にコントロールすることが健康寿命を延ばすことになります。

●どこまで血圧を下げるか

高血圧とは、外来血圧が140 / 90以上か、家庭血圧が135 / 85以上持続する状態をいいます。高血圧の人の目標とする血圧は、年齢や合併する病気により異なります。昨年改訂された新しい高血圧治療ガイドラインから、降圧目標値を表（表中のCKDは慢性腎臓病のこと）に示します。とりあえずは140 / 90未満を目指すことが大切です。

●家庭血圧を測りましょう

高血圧の人は、上腕で一日2回（起床時と就寝時）血圧を測るようにしましょう。外来診察室と家庭血圧との診断が異なる時、家庭血圧を優先することが推奨されています。家庭血圧の情報は自分のみでなく、治療を行う医師に

降圧目標

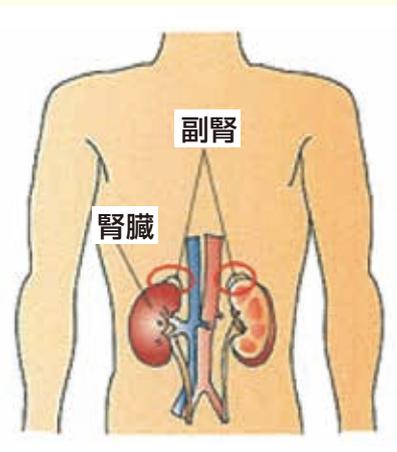
	診療室血圧	家庭血圧
若年、中年、前期高齢者患者	140/90mmHg 未満	135/85mmHg 未満
後期高齢者患者	150/90mmHg 未満 (忍容性があれば 140/90mmHg 未満)	145/85mmHg 未満(目安) (忍容性があれば 135/85mmHg 未満)
糖尿病患者	130/80mmHg 未満	125/75mmHg 未満
CKD 患者 (蛋白尿陽性)	130/80mmHg 未満	125/75mmHg 未満(目安)
脳血管障害患者 冠動脈疾患患者	140/90mmHg 未満	135/85mmHg 未満(目安)

注：目安で示す診療室血圧と家庭血圧の目標値の差は、診療室血圧 140/90mmHg、家庭血圧 135/85mmHg が、高血圧の診断基準であることから、この二者の差を当てはめたものである

とっても重要なものとなります。早朝の高い血圧などに対し対処が可能となるからです。

●手術で治療できる高血圧があります。

高血圧の90%は遺伝などが関与する本態性高血圧といわれ、はっきりとした原因がわかっていません。ただ高血圧の中でも、約10%の人が「二次性高血圧」と呼ばれ、原因がわかるものがあります。その中には



手術で治療可能な場合があり、圧倒的に多いのは原発性アルドステロン症だと言われています。この病気は腎臓の上にある副腎組織に良性的腫瘍ができアルドステロンというホルモン物質を過剰に分泌して高血圧を起こすものです。外来診療の場においても血漿レニン活性、血漿アルドステロン濃度を測定することで容易にスクリーニングが可能です。腫瘍の部位を含めた確定診断には負荷試験、画像検査、副腎静脈サンプリングなどの精密検査が必要です。

原発性アルドステロン症は、できるだけ早期に発見し治療することが望ましいとされています。通常の高血圧よりも動脈硬化を起こしやすく、脳卒中、心筋梗塞、糖尿病を生じるからです。当院でもできる限り外来診療時、スクリーニング検査を行って、原発性アルドステロン症の発見に努めています。



内科部長 佐野 博志

UCC
Good Coffee Smile

ずっと、つき合えるおいしさ。
UCCゴールドスペシャル。



①診療科 ②医師免許取得 ③出身大学 ④3月までいた病院

新任医師紹介



はせがわ こう
長谷川 功

- ① 内科
- ② H25年
- ③ 福岡大学
- ④ 済生会茨木病院



しおつ そういち
塩津 聡一

- ① 外科
- ② H22年
- ③ 滋賀医科大学
- ④ 神戸西市民病院



たかおか あきひろ
高岡 亮裕

- ① 耳鼻咽喉科
- ② H23年
- ③ 近畿大学
- ④ 兵庫医科大学病院



やました たかひろ
山下 貴大

- ① 整形外科
- ② H23年
- ③ 奈良県立医科大学
- ④ 神戸医療センター



たかはし たくや
高橋 卓也

- ① 臨床検査部
- ② H8年
- ③ 島根医科大学
- ④ 松江赤十字病院



きそ けんこ
木曾 建吾

- ① 臨床研修医
- ② H26年
- ③ 東北大学



さかい さき
酒井 咲紀

- ① 臨床研修医
- ② H27年
- ③ 産業医科大学



たつみ あんな
辰巳 安奈

- ① 臨床研修医
- ② H27年
- ③ 神戸大学



なかやま りほ
中山 里穂

- ① 臨床研修医
- ② H27年
- ③ 神戸大学

医療相談



70歳になる父ですが、洞不全症候群ということで数年前よりかかりつけの先生からペースメーカーの植え込みを考えたほうがよいと言われていたのですが、なかなか決心がつかず今まで様子を見ていました。しかし、先日、外出先で意識が消失しそのまま入院してしまいました。家族は、ペースメーカーを入れるように説得していますが、本人がなかなか承知しません。ペースメーカーを入れることによるメリットとデメリットを教えていただけませんか。

40歳 主婦

お答えします

ペースメーカー植え込みには、適応基準があります。心臓のリズムを作るところの異常が原因で、脈が遅い、飛ぶ、等々の状況で、「目の前が暗くなる」「失神したことがある」等の症状があれば、絶対適応といえます。洞不全症候群で、意識消失したのならペースメーカー植え込みをすべきです。ペースメーカー自体は鎖骨の下のあたりの皮膚の下に植え込まれますが、段々と小型化されてきていて、今は手のひらより小さいくらいです。植え込み手技も大体2時間程度で終わることがほとんどです。最近では自分の脈が出る時にはペースメーカーはお休みし、自分の脈が出ないときに働くという、自己脈を優先する省エネタイプが主流となっています。植え込むことで、脈が少ないことなどによる、気持ち悪さ、ふらつきなどの症状が治まりますし、何より失神すると命に関わることもありえるので、恩恵は大といえます。合併症には感染や肺や心臓に穴があくこと等ありますが、最近では色んな検査が前もってなされ、そういった合併症は格段に減ってきております。もちろんそれでも合併症が生じた時には適切に対応がなされます。ご質問の方のお父様にも、より快適な生活が出来るので安心して受けてもらうことをお勧め致します。

内科部長 俣木 宏之

診療日カレンダー

5月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

6月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

7月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

：休診日

ご宿泊は神戸メリケンパークオリエンタルホテルをご用意しております。



リゾート気分で健康開発

神戸百年記念病院 人間ドック2日コース



- 検査内容:胃内視鏡・腹部超音波・心電図・血液検査・胸部X線・糖負荷検査等
オプション:大腸内視鏡・脳MRI・内臓脂肪・胸部CT等

検査時間:1日目/13時~17時
2日目/8時~15時

お申込みはドック予約係へ
TEL:078-681-6111
(内)1664

名誉院長の の 呟き

私が医師としての臨床と研究の御指導戴いた、神戸大学第一内科の友松達彌教授の退官記念に、医局より先生の肖像画を贈呈しようという事になりました。その製作を神戸の誇る小磯良平面伯にお願いすることになり、以後、画伯のアトリエのある御影迄、お伴しました。最初の訪問日は、画伯と教授の四方山話に終始し、横でその会話を聞くだけで終わりました。肖像画の製作が進んでいた或る日、教授がモデルとして座っておられ、少しウトウトされた時、小磯画伯が「最初に教授に会った日、日常会話に終始したのは、これから製作する肖像画は、単に容貌が似ているだけでなく、その人の職業を含めた人格がにじみ出ていないと意味がないので、その把握に時間を費やしたんだよ」と話して戴きました。流石(さすが)、小磯画伯はそこ迄考えて描かれたのかと、今でも教授の肖像画をみるたびに思い出しております。

医師 紹介



20才すぎで医学の道を志し、25才で大学に入り、48才で医者になりました。この先、医療を通じて、人に害をなす事なく、幸せに寄与出来る様に研鑽して行く所存です。院内で見かけたら、気軽にお声がけ下さい。

臨床研修医 栗林 豊

お知らせ コーナー

糖尿病教室 午後3時30分～ 場所：本館3階ロビー

5月29日(金) 薬物療法
～知ってますか？あなたのお薬～

6月26日(金) 運動療法
～運動療法のコツ！～

☆参加費用は無料です。どなたでもご自由にご参加ください。

ミニコンサート 午後4時～ 場所：本館1階ロビー

5月28日(木) 歌とピアノのコンサート

出演：大塚 弥生・堂本 澄子
佐藤 英之・渡邊 稔

どなたでもご自由にお越しください。
コンサートの日程は都合により変更になる場合がございますのでご了承下さい。

Quiz

漢字 クイズ

リストにある漢字を4文字ずつ使い、右の意味に合うようにマス目に入れます。(色の付いたところで、矢印でつながったところは同じ文字です。)最後まで使わなかった(リストに残った)漢字で四字熟語を作ってください。

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

- 嘘か本当か、判断に迷う様子。
- 疑いの心があると、なんでもないことでも怖いと思ったり、疑わしく感じることのたとえ。
- 表面は怖そうだが、内心はとてもやさしいこと。また、そのような人。
- 精神が衰弱して、識別力が乏しくなり、自分の行為の結果についての判断能力が劣っていること。
- 強いものが弱いものを思うままに滅ぼして繁栄すること。



漢字リスト

信	肉	心	強	疑	臨
耗	暗	面	心	応	弱
半	心	半	弱	鬼	機
疑	仏	変	食	神	鬼

解答
記入欄

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

応募方法

はがきにクイズの答えと、郵便番号・住所・氏名・TEL・ご意見・ご感想をご記入の上、神戸百年記念病院「すこやか編集部」までお送り下さい。抽選で3名の方に図書カードを進呈致します。当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

応募締切り

平成27年5月31日 (消印有効)

前回の答えは「積・悪・担・空」でした。多数のご応募をいただきありがとうございました。今回もふるってご応募ください。

編集後記

新緑の山々に視線を投じる時、溢れんばかりの恵みに感謝の気持ちを抱きます。自然の力が、既に挫折してしまった一年の計画をもりセット発信できそうな思いに変えてくれます。身体は少しずつ老化してきましたが、心と頭を刺激し続けて健康寿命を維持したいと思います。皆様が平安でありますようにお祈りしています。

医療法人社団 顕鐘会
神戸百年記念病院 すこやか編集部

編集責任者 西岡 昭彦
〒652-0855 神戸市兵庫区御崎町1-9-1
TEL (078)681-6111(代)
FAX (078)681-6118
<http://www.kobe-century-mh.or.jp/>

PCサイト



スマートフォン



小さな花束に感動したり、一輪の花に癒されたり・・・。
花や緑をかこお風景は、どこか優しいゆとりに溢れています。

私たちの暮らしに一番近い自然。
そんな安らぎをお手伝え下さい。



株式会社 シンコーフラワーセンター

本店 〒650-0011 神戸市中央区下山手通3-1-19
<http://www.flora-sinko.co.jp> 国際会館店 (078)231-2868
住吉店 (078)854-5508

