



病院だより

NO. 249
Winter 2017.1

新年のご挨拶

特集

整形外科
診療科のご紹介

2017年 酉年
酉年生まれの特リセツ

病院のできごと

春 夏 秋 冬

あなたの街のお医者さん
やよいだい整形外科

市民が行う心肺蘇生法と
AEDの使用方法

管理栄養士の シリーズ第10回
メディカルレシピ
スプラウトレシピ/寄せ鍋

病院の理念
良質な医療の実施
親切な医療の実施
信頼される医療の実施

猛威をふるうノロウイルスによる感染性胃腸炎

ノロウイルスによる感染性胃腸炎の約7割は11月～2月に発生しています。ノロウイルスにはワクチンがなく、治療は水分補給のための点滴などの対症療法に限られますので、以下に示す3つの予防策を徹底しましょう。

- ①手洗い：ウイルスは手を介して口から体内に入ります。食事の前・トイレの後・調理の前後は流水と石けんで30秒程度しっかり洗いましょう。
- ②食品の加熱・調理器具の消毒：食品は中心部が85～90℃で90秒以上の加熱、調理器具（まな板・包丁・ふきんなど）は塩素系消毒剤の利用がオススメです。野菜を生で食べる時は良く洗った調理器具を使用しましょう。
- ③感染者の吐物・便の正しい処理：ノロウイルスにかかっている人の便1g中には1億個のウイルスが存在すると言われていたますが、感染成立に必要なウイルス量はたったの10～100個と言われています。少しでも残っていると感染の原因となり得ますので、排泄物は速やかに片づけ塩素系消毒剤で隅々まで消毒しましょう。その際に出たゴミはしっかりと密封して捨てましょう。

HOME PAGE



迎春

新年のご挨拶



病院長
安藤 暢敏

新年明けましておめでとうございます。相鉄いずみ野線が開通し国際親善総合病院の最寄り駅の弥生台駅が開業して昨年40年、泉区が戸塚区から分区分して30年、そして当院が区内からこの地に居を移して四半世紀が過ぎました。当院はまさにこの地域の誕生、成長とともに、地域住民の皆さまや地元医師会の先生方に育まれ、泉区唯一の総合病院、地域の中核病院として発展して参りました。この間に進行する少子高齢化は顕著で、団塊の世代が75歳以上となる2025年には、この地域の人口の5・6人に1人は後期高齢者（後期高齢化率が18%超）が占めると予測されています。院内で90歳代の入院患者さん、手術患者さんをお見かけすることもまれではなく、医療をとりまく状況は大きく変わりました。そこで求められる医療は、急性期医療

のみならず、リハビリテーションを中心とした回復期医療、療養型医療など、段階的に在宅復帰を目指す医療との両立です。そのような医療・介護形態が、わが国が目指している地域包括ケアシステムです。

このような人口構成の変化とそれに伴う医療需要に対応するために、また築25年を経て老朽化し、外来・入院患者さんに何かとご不便をおかけしている本館棟の改修工事を中心とした病院再整備事業を、3年計画で現在進めています。7つの本館病棟の改修と併行して、外来部門、内視鏡など検査部門の改修整備が本年中には完了する予定です。少子化とはいえ10年ほど前の当院は、年間1,000件以上の分娩を扱い好評をいただき、産科医療の実績を誇り得る医療機関でした。その後産科医、小児科医不足などの事情により2014年8月に分娩を休止せざるを得ない状況に立ち至りましたが、多くの分娩再開のご要望もいただき、再開に向けて準備を進めて参りました。その結果ソフト、ハード面の態勢も整い昨年9月より妊婦外来を再開し、本年5月からはいよいよ分娩再開となります。産科を閉鎖する医療機関が相次ぐ中、当院では産科再開に向けて院内関係部署の士気も大いに上がっています。

今後も地域住民の方々のご負託にお応えできるよう、地域医療の中核病院としてさらに進化を続けて参ります。本年もよろしくお願い申し上げます。

病院再整備につき患者さんより、施設関係や職員の対応などご指摘をいただくことも多くありました。貴重なご意見を真摯に受け、可能な限り改善に取り組み、患者さんや働くスタッフに取りましてもより良き病院を目指します。本年もどうぞよろしくお願いたします。



副院長
飯田 秀夫

医療・介護の制度改革の変革期にあつて、この地域で当院が成すべきことは何か考えながら、より良い医療サービスを提供していきたいと思ひます。



副院長
清水 誠



昨年は病院再整備に伴う病棟の移動を4回実施いたしました。残り数回の病棟移動がありますが、完成後には入院の療養環境が充実いたします。患者さんやご家族の皆さまには大変ご迷惑をおかけいたしますが、安全で心のこもった看護ケアの提供に努めてまいりたいと思ひます。今年もご意見やご指導をお寄せくださいますようよろしくお願いたします。



看護部長
楠田 清美

質の高い医療を提供するためには、安定した病院経営が必要です。職員の力が遺憾なく発揮できるよう働きやすい職場づくりを目指します。またすべての患者さんが症状に応じたきめ細かな治療を受けられるためには地域の医療機関の皆様との連携が欠かせません。ご支援、ご協力よろしくお願ひ申し上げます。



管理部長
林 秀行

市民が行う心肺蘇生法とAEDの使用方法 (日本救急医学会HPより)

※ AEDの音声指示が「電気ショックは不要です」であっても体の動きがなければ心停止とみなし、胸骨圧迫を続けます。

AEDの使用により、心肺停止状態からの回復率は格段に上がります。AEDの使用法や設置場所を確認しておきましょう。



① 反応の確認



倒れた人を発見したら、自分の安全を確認のうえ、肩を叩きながら呼びかけて、反応を確認します。

② 119番通報とAEDの手配



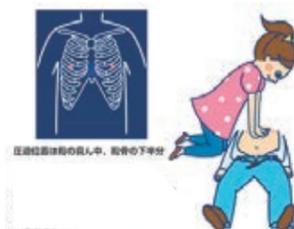
大声で助けを求め、119番通報を依頼し、AEDを持って来るよう頼みます。119番は、つないだままにし、消防の指示に従ってください。

③ 呼吸の確認



胸と腹の動きを見ます。息をしていないが、または、しゃくりあげる不規則な呼吸なら、心停止とみなし、胸骨圧迫を開始します。(呼吸の確認は) 10秒以内で

④ 胸骨圧迫



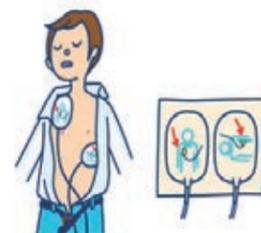
胸骨圧迫のコツは、
・強く（胸が5cm沈むまで）
・速く（1分間に100回以上）
・絶え間なく（適宜交代）……です。
救急隊に引継ぐか、体が動き出すまで続けて下さい。

⑤ AED準備：電源ON



AEDが届いたら電源を入れます。フタを開けると自動的にONになる機種もあります。

パッドを貼る



服をはだけ、図のとおり電極パッドを貼ります。この間も、胸骨圧迫をできる限り続けます。

安全確認、ボタンON



AEDの音声指示に従って、患者から離れて下さい。「解析中です」の音声に続いて「ショックが必要です」の指示があれば、ショックボタンを押します。

⑥ 胸骨圧迫の再開



電気ショック後、ただちに胸骨圧迫を再開します。その後はAEDの音声指示または119番の電話指導に従い、救急隊が到着するまで胸骨圧迫と電気ショックを繰り返してください。

Orthopaedic Surgery

整形外科



整形外科部長

山下 裕
やました ゆたか

日本整形外科学会整形外科専門医、日本整形外科学会脊椎脊髄病医、日本脊椎脊髄病学会指定脊椎脊髄外科指導医
専門：脊椎外科

略 歴

昭和39年8月 三ツ境 堀産婦人科にて出生
希望が丘幼稚園・小学校卒業
平成元年 慶應義塾大学医学部卒業
横浜市済生会南部病院、
東京都済生会中央病院、
国立療養所村山病院
(現：国立病院機構村山医療センター)
静岡赤十字病院等を経て
平成16年 国際親善総合病院
平成24年 同 整形外科部長

整形外科外来診療担当表

		月	火	水	木	金	土
一般	午前	三宅 山下(大)	星野	板橋	板橋	吉川 非常勤	交代 ※
	午後	装具	-	-	装具	-	-
脊椎		山下(裕) 三宅	-	-	三宅	山下(裕)	
膝	午前	山下(大)	-	-	山下(大)		
手・肘		-	森田	森田	-		
足		-	-	早稲田	-		

ご挨拶

日本は世界に類を見ない超高齢化社会を迎えております。高齢者が要介護になる原因の4位が骨折・転倒、5位が関節疾患で計22・7%が運動器疾患であり、1位の脳血管障害を凌駕する状況です(下図)。こういった現状において私ども整形外科医の役割はますます大きくなるものと考えております。

運動器は ①骨格 ②関節 ③筋肉・神経 から構成されています。運動器のおかげで、私たちは自由に移動することができます。整形外科は、運動器の病気や怪我を扱う診療科です。日常生活での腰痛・肩痛・膝痛から骨折、スポーツでの怪我、交通事故での障害等幅広い分野にわたっております。近年、痛みに対する研究も進み、さまざまな新薬の開発・対処法が提唱されるようになりました。外科

TOP 5
高齢者が要介護になる原因

- 1位 脳血管障害
- 2位 認知症
- 3位 高齢による衰弱
- 4位 骨折・転倒
- 5位 関節疾患

参考：厚生労働省
[平成25年国民基礎調査]

的治療とともに疼痛・しびれに対する保存的な治療を駆使して上下肢・体幹(首・背中・腰)

の機能回復に全力を注いでおります。
また当院は近隣開業の先生方との連携も親密に行っており、整形外科はもとより内科の先生方からもご紹介をいただいております。
皆さまのQOL (Quality of Life: 生活の質) の向上、自立した生活の一助を担えるように一層努力していく所存であります。今後ともよろしくお願い申し上げます。

整形外科の診療について

当院整形外科は5名の常勤医と3名の非常勤医で診療を行っております。当院ではさらに専門的に対応可能な体制を整えております。整形外科の専門分野について簡単に紹介いたします。

脊椎外科 山下裕・三宅敦

頸胸腰椎の変形や脊髄神経の



整形外科スタッフ

圧迫による手足の痛み・しびれ・運動障害に対する治療を行っております。

椎間板ヘルニア、後縦靭帯骨化症、脊柱管狭窄症、骨粗鬆症による圧迫骨折(含い一つのまにか骨折)、脊柱側弯症(思春期の女子に多い)などの病気や怪我を扱っております。患者さんやご家族とのご相談の上、必要かつ最小限の手術と痛みのケア、体への負担の少ない医療を心がけております。

上肢の外科

森田晃造・吉川泰弘(非常勤)

手・肘を含む上肢の治療は、骨折・腱鞘炎・神経障害など非常に多岐にわたり、当院は横浜の西部地区では珍しく手外科学会の専門医2名が治療にあたっており、早期の機能回復・痛みの軽減を目的に積極的に行っております。
その優れた治療成績は国内外にても好評価をいただいております。

下肢の外科 山下太郎



軽中等症の変形性関節症の患者様に対しては病態に合わせて進行を予防するための生活指導を行っております。

連続歩行可能時間20分未満のような重症の膝・股関節症に対しては人工関節置換術を検討しますが、早期変形性膝関節症に対してはより低侵襲な人工関節単顆置換術も行います。前十字靭帯再建術や膝半月板縫合術等のスポーツ外傷に対する関節鏡手術にも精力的に取り組んでおります。

足の外科 早稲田明生(非常勤)

国内でも数少ない足の専門外来であり、人工足関節置換術、外反母趾、靭帯再建などの治療にあたっております。

一般外傷 板橋正

当院整形外科手術の約半分は骨折の手術です。骨粗鬆症により高齢の方の大腿骨頸部骨折が非常に多いのが現状です。高齢の方は不整脈・心筋梗塞や糖尿病などの病気をもちの方が多く、手術のみでなくきめ細やかな全身管理を行っております。

関節リウマチ 森田晃造

当科ではリウマチ学会の専門医が近隣のリウマチ内科医とも連携し、近年著しい進歩を遂げている生物学的製剤を用いた内科的治療だけでなく、必要に応じて各分野の専門医による外科的治療も行っており、包括的に関節リウマチの最新治療を行っております。

西年のトリセツ

生まれ



村井哲夫
緩和ケア内科部長

チームワークはとて大切にしていきます。でも1人の時間も好みます。こうみえて繊細なので、独りぼっちにはしなくて下さい。

飯田秀夫
副院長 脳神経外科部長

普段は優しいですが大事なときは急に雰囲気は180度変わります。皆さんを元気にするため私を信じてついてきて下さい。



千葉恭司
腎臓・高血圧内科医長

腎臓・高血圧内科医長。いろんなことに興味があります。同じところにあつたりするのは苦手です。



稲葉あゆみ
4A病棟看護師

白米が大好き！3時のおやつ、白米が好きです。



大谷美生
4A病棟看護師

慣れるとよく喋ります。たくさん話しかけてください。



藤原正悟
理学療法士

誰かがボケるとツッコみます！



山下太郎
整形外科医長

三度のメシよりひざ治療！仕事も育児も全力投球します。



北村英里子
作業療法士

美味しい食べ物があれば幸せです！



遠藤路子
栄養科

未知なる子、栄養科。ロック好きです！

掲示板

開催日時	テーマ	講師
1月の健康懇話会はしんぜん院外健康教室のため休会です		
平成29年2月10日(金) 15:00~	頭部外傷について~慢性硬膜血腫を中心に~	脳神経外科医長 馬淵 一樹
平成29年3月9日(木) 15:00~	糖尿病と目の病気	眼科医長 大西 純司

開催日時	会場	テーマ	講師
平成29年1月24日(火) 10:00~	横浜市泉寿荘	がん治療のいろいろ	病院長 安藤 暢敏

手作りパン販売

場所/本館1階外来 時間/11:00~ 売切れ次第終了

毎月	社会福祉法人	共働舎	横浜市泉区中田西1-11-2 TEL:045-802-9955	1/5 (木)	2/2 (木)	3/2 (木)	3/30 (木)
第1木曜日	社会福祉法人 関く会	共働舎					
毎月	特定非営利活動法人	ジョイカンパニー	横浜市泉区中田南3-24-9 TEL:045-805-6623	1/12 (木)	2/9 (木)	3/9 (木)	
第2木曜日	特定非営利活動法人	ぶどうの樹	横浜市泉区和泉町4604-5 TEL:045-801-1090				
毎月	特定非営利活動法人	わいわいクラブ	横浜市泉区岡津町2147-4 TEL:045-811-8989	1/19 (木)	2/16 (木)	3/16 (木)	
第3木曜日	特定非営利活動法人	わいわいクラブ					
毎月	社会福祉法人	ぴぐれっと	横浜市泉区新橋町960-4 TEL:045-442-8818	1/26 (木)	2/23 (木)	3/23 (木)	
第4木曜日	社会福祉法人	ぴぐれっと					

メディカル

管理栄養士の

Recipe No. 10 作り方

- ① 白身魚→1口大のそぎ切り/白菜→ざく切り/人参→スライス/生椎茸→石づきを取る/長ねぎ→斜め切り/空芯菜の新芽→根を切る
- ② 土鍋に合わせ出汁を入れて火にかけ、煮立ったら①の具材を入れ、火が通れば出来上がり。
- ③ お好みで、ゆず・七味唐辛子・刻みネギなど薬味を添えても美味しい。

※ 寄せ鍋は、元々調理場で残り物を取り合わせて煮た鍋料理とも言われており、材料に決まりはありません。お正月の残り物を利用しても良いですね。

スプラウト(新芽)レシピ 寄せ鍋

栄養価(1人前)

エネルギー 119kcal
蛋白質 17.3g
脂質 0.7g
塩分 1.6g

材料(1人前)
★白身魚=80g ★空芯菜の新芽=20g
★白菜=50g ★人参=20g
★生椎茸=1枚 ★長ねぎ=20g

【調味料】 ★醤油=小さじ1杯 ★酒=小さじ1/2杯
★みりん=小さじ1/2杯 ★塩=0.5g ★出し汁

スプラウトの歴史は古く5000年前の古代中国でマメ科のスプラウトであるモヤシが栽培されていたと言われています。日本でも平安貴族たちの食膳にカイワレ大根が使われていたとも伝えられています。スプラウトは、発芽して3日位のもので、植物の赤ちゃんですから、成長するために必要な栄養が豊富。大きくなった野菜より、ビタミン・ミネラル・酵素等をたっぷり含んでいます。日本で代表的な物は「カイワレ大根」ですが、近年ではブロッコリースプラウト等、数多く出回るようになりました。

今回は、空芯菜のスプラウトを使用します。ヒルガオ科のアジアでは一般的に使用されている野菜で、川や湿地で栽培されるアサガオの仲間です。味もクセが無いので、たくさん食べられます。生でも食べられますが、お正月に食べ過ぎ・飲み過ぎで疲れた胃腸に優しい鍋物はいかがでしょうか？



栄養科長(管理栄養士) 高澤 康子

✓ 整形外科 ✓ リハビリ科 ✓ リウマチ科

やよいだい整形外科

相鉄いずみ野線
弥生台駅
国際親善総合病院まえ



おおやま やすお
大山 泰生 院長

国際親善総合病院の前に開院して来年で10年です。
病気を見つけて治療を行い、症状をなくすことが“医療の基本のキ”ですが、整形外科の場合、年を重ねることで起きる身体の不調も多く、身体の調子を整えて症状を和らげることも大切だと考えています。私自身も50歳を越えて腰の痛みが取れず、ストレッチに励む毎日です。当院には理学療法士が三名働いており、身体の調子を整えるリハビリのお手伝いを行っています。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～ 12:00	○	○	○	○	○	○ (～13:00)	—
14:00～ 18:00	○	○	○	—	○	—	—

やよいだい整形外科

〒245-0008 横浜市泉区弥生台 29-1-201
TEL: 045-810-5441
ホームページ: <http://yseikei.jp/>



病院のできごと 10月～12月



10月7日(金)

横浜外国人墓地にて

墓前祭



国際親善総合病院の前身であるジェネラルホスピタルに勤務していた外国人医師7名が眠っています。医療のため遠い異国の地に殉じた先人達の墓前に慰霊の献花を行いました。

10月13日(木)

地域情報便しもっと!!でも放映

泉区内関係6機関竜巻防災訓練



神奈川中央交通株式会社戸塚営業所サービスセンター敷地内で、横浜市消防局泉消防署主催の竜巻災害発生に備えた泉区内関係6機関による連携訓練に参加しました。

10月28日(金)

未来の医療従事者を目指して

高校生病院見学



神奈川県立横浜緑園総合高等学校の12名の生徒さんが、教育活動の一環として総合的な学習をするために当院を訪れました。一人一人が熱心に耳を傾けて病院の事を知るためにメモを取る姿が印象的でした。将来、医療従事者としてご活躍いただける日を楽しみにしております。

12月22日(木)

サンタからの贈り物

クリスマスイベント

クリスマスを先取りして安藤病院長がサンタクロースに扮し、入院患者さんへクリスマスカードをプレゼントしました。病院長の突然の病室訪問で驚かれる患者さんもありましたが、たくさんの笑顔で応えてくれました。



日本医療機能評価機構



ECO 活動推進



敷地内全面禁煙

