

国際親善総合病院
病院だより

NO. 267
Summer
 2021.7



新規CT導入	2	メディカルレシピ	6
耳鼻咽喉科のご紹介	3	あなたの街のお医者さん	7
特集 高血圧の合併症	4	しんぜんクリニック通所リハビリ	7
皆さまのご意見について	6	【7月】外来診療担当表	8

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

ヘルプマークについて知っていますか？



義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、または妊娠初期の方など、外見からは分からないが「援助」や「配慮」を必要としている方々が、周囲の方に「配慮」を必要としていることを知らせることで「援助」を得やすくなるよう東京都が作成したマークです。神奈川県でも平成29年3月からこのマークを導入し、東京都と連携して普及に取り組んでいます。

電車・バスの中で優先席以外でも席を譲る、駅や商業施設で立ち上がる、歩く、階段の上り下りなどの動作で困っている方を見かけたら、優しく声をかけるなどの配慮をお願いします。



新規 CT 導入

Computed Tomography

256列のCT装置が稼働



かねてより放射線再整備計画のひとつであったCT装置の更新が行われ、2009年より使用していた16列装置に替わり256列のRevolutionCT（GE社製）が導入されました。

この10年ほどでCTの世界は、通信・ネットワークや映像界などと同様に大きく発展しています。

近年では高分解能、1回転広範囲撮影、高速撮影が実現され、臨床利用に貢献されてきており、当院でも導入後2か月で、患者さんの負担が大きく減っていることをスタッフ一同実感しております。

高速・1回転広範囲撮影により、息止めが困難な方の負担が軽減され、ブレの無い画像も提供できています。これは心臓の動きにも対応ができるため、心臓CTでは心拍調整の負担や時間も軽減されています。また、撮影エネルギーを変えることで造影剤を減量して腎機能の負担を軽減できており、低被ばくに関しても平均して3割減を実現できています。

その他、各種機能を使用しながら患者さんにとってさらに有益な

画像を診療に提供できるよう考えております。

なお、予約の方法は従来通り各科外来で行っておりますが、心臓CTは循環器内科・脳血管科は脳神経外科での専門外来の受診が必要となっております。



耳鼻咽喉科

のご紹介



ごあいさつ

令和3年度7月より耳鼻咽喉科に着任いたしました福生瑛です。

私は2016年に当時の医長 井田裕太郎 医師の下、1年半研鑽を積ませていただいております。今回医長として着任いたし、ご恩をお返しできる機会をいただいたことを誠に感謝しております。

今後は泉区の患者さま、近隣医療機関の先生方の期待に応えられるように努力してまいります。

当科では、常勤一名体制ではありますが、神経耳科や急性炎症にも入院対応させていただいております。手術症例としては鼻副鼻腔疾患、中耳疾患、喉頭（音声障害）、扁桃疾患に対して積極的に行っています。特に鼻副鼻腔領域は内視鏡手術の一領域として、内視鏡下に鼻副鼻腔手術を安全に施行しています。

専門領域としては嚥下障害を積極的に扱っております。喉に違和感がある、飲み込みがしづらい、飲水でむせこむ、そのような症状が気になりましたら是非一度受診していただければと思います。

地域の方々に頼りにされる耳鼻咽喉科医を目指し精一杯勤めさせていただきます。よろしくお願いいたします。



耳鼻咽喉科医長

福生 瑛

ふく お あきら

耳鼻咽喉科を支えるスタッフ



私たち耳鼻科外来では、内視鏡による嚥下評価だけでなく、手術前後、めまい、難聴、鼻出血など様々な耳鼻科疾患を外来だけでなく入院を通し一貫して対応しています。

私たち外来スタッフは医師と協力し、ST【言語聴覚士】などのリハビリスタッフ、検査科や病棟のスタッフなどと連携して、患者さんの個性に合わせてケアを心がけております。また、補聴器外来などもありますので、ご相談ください。

高血圧の合併症

腎臓・高血圧内科 森 梓

はじめに

高血圧とは、安静状態での血圧が慢性的に正常値よりも高い状態を言います。日本の高血圧数は約4300万人と推定され、そのうち3100万人が管理不良と言われていて、120/80mmHgを超えて血圧が高くなると、脳心血管疾患、慢性腎臓病にかか



腕帯の中心は心臓の高さです。

るリスクが高くなり、日本では高血圧が原因の脳心血管疾患で年間約10万人が亡くなられています。高血圧になることによつて、脳卒中による死亡リスクが3〜7倍、心疾患による死亡リスクが3〜5倍に上がります。高血圧の状態が続くと、血管に負担がかかるので、血管の壁が傷つき、動脈硬化（血管の内側が厚くなって柔軟性が失われること）を引き起こします。動脈硬化が進むと、脳出血や脳梗塞といった脳血管疾患、心筋梗塞などの心疾患にかかりやすくなります。

高血圧の合併症

● 脳血管疾患

高血圧は脳血管疾患の最大の危険因子と言われていて、日本では高齢化に伴って特に脳梗塞の患者さんが増加しています。また高血圧は脳血管疾患の再発にも大きく関わっており、再発予防のためには血圧管理が必要です。

● 心疾患

高血圧によって心臓への負担が増大すると、心臓の壁が厚くなったり、心臓を栄養している血管が障害されて、心

● 腎疾患

筋梗塞や心不全、不整脈を起こします。特に脂質異常症や糖尿病を合併していたり、喫煙歴があるるとリスクが高まります。血圧を十分かつ持続的に下げることが重要です。

高血圧と腎臓は密接に関係しています。血圧上昇に腎臓は極めて重要な役割を果たしていると共に、高血圧は慢性腎臓病の原因となります。また、慢性腎臓病では、血圧の内リズムの異常を来とし、脳心血管疾患の危険因子となります。

表 7-1 メタボリックシンドロームの診断基準

8学会策定新規準（2005年4月）

● 腹腔内脂肪蓄積			
ウエスト周囲長	男性 ≥ 85 cm	女性 ≥ 90 cm	
(内臓脂肪面積 男女とも ≥ 100 cm ² に相当)			
上記に加え下記のうち2項目以上			
● 脂質値			
高トリグリセライド血症	≥ 150 mg/dL		
かつ/または			
低HDLコレステロール血症	< 40 mg/dL	男女とも	
● 血圧値			
収縮期血圧	≥ 130 mmHg		
かつ/または			
拡張期血圧	≥ 85 mmHg		
● 血糖値			
空腹時高血糖	≥ 110 mg/dL		

参考文献：高血圧治療ガイドライン 2019

他疾患を合併する高血圧症

● 糖尿病

糖尿病と高血圧はメタボリックシンドロームの診断基準にも関係しています。

両者を合併すると、脳心血管疾患にかかるリスクが大きくなります。生活習慣を改善し、適

正な血糖管理、血圧管理を行うことが大切です。

● 脂質異常症

LDL（悪玉）コレステロールが高いと、動脈硬化のリスクが高くなります。また、LDLコレステロールだけでなく、中性脂肪が高かったり、HDL（善玉）コレステロールが低いと心疾患の発症や死亡リスクが高まること

● 肥満

肥満の人の高血圧の発症率は肥満ではない人と比べて2〜3倍です。特に若年からの体重増加が高血圧の重要な危険因子となります。3%以上の減量で降圧効果が期待されています。

● 睡眠時無呼吸症候群

睡眠時無呼吸症候群は、夜間睡眠中に無呼吸といびきを繰り返す疾患で、高血圧を引き起こします。更に、心臓突然死や心筋梗塞、心不全などの心疾患、脳梗塞を含む脳血管疾患の危険因子となります。

● 高尿酸血症

尿酸値が高い状態が続くと、痛風や尿管結石の原因となります。高尿酸血症は高血圧の危険因子であり、尿酸値

を下げることで降圧効果を得られることが分かっています。

まとめ

収縮期血圧を10mmHg、拡張期血圧を5mmHg低下させると、脳卒中のリスクを30〜40%、心疾患のリスクを20〜40%、死亡率を10〜15%減らせることが知られています。血圧の適正な管理は、様々な疾患の発症を予防する上で非常に重要と言えます。

塩分の摂取を控え、
野菜や果物を
積極的に摂取しましょう。
適正体重を維持しましょう。



Q1
epimico

開けても危なくない窓、掃出しは
換風をよくするために開けていただきたいと思います。

A1
Answer

新型コロナウイルス感染症が拡大する中、手洗い、うがい、咳エチケットや日中はできるだけ換気をするなどが注意喚起されております。当院の窓やドアは通常閉じておりますが、外来は院内の換気システムが稼働（日本医療福祉設備協会 病院設備設計ガイドライン・HEAS準拠）しております。窓やドアを開けなくても自動で換気が行われておりますので、ご安心ください。

当院は
空調システム
により、
常時換気を
実施しております

皆さまのご意見についての回答

Q2
epimico

エレベーターにて：面会の後、ホッとして階下のボタンを押し降りてしまうのが1階です。どうしてもB1を忘れてしまいますので、大変申し訳ないのですがエレベーター内に「夜間・休日はB1より、お帰り下さい」と書いていただけませんか？

A2
Answer

当院では新型コロナウイルス感染拡大を受け、院内でのクラスター等の発生を防ぐため正面玄関の施錠時間を早める対応を行ってきました。一方で、周知が不足しておりご不便をおかけいたしましたこと申し訳ありません。

今回いただきましたご意見を基に、正面玄関開放時間のご案内を各エレベーター内に掲示させていただきました。貴重なご意見をいただきましてありがとうございました

正面玄関 開放時間のご案内

Information on opening time of the front door

平日 Weekday	7:30 ~ 18:00
土曜日 Saturday	7:30 ~ 14:00
日曜祝日 Sunday and Holiday	終日閉鎖 Closed

開放時間外は地下1階北玄関(守衛室側)をご利用ください。
時間外の駐車券の割引認証については、守衛室で承ります。

Please use the north entrance (guard room side) on the 1st basement floor outside the opening hours.
Discount authentication for parking tickets is available at the guard room.



Recipe
No. 21

作り方

- ① ところてんは、一口程度にカットして水洗いし、よく水を切る。
- ② 調味液（トマトジュース、レモン汁、はちみつ）を混ぜておく
- ③ 果物を適当なサイズに切っておく。レモンは農薬を取り除くため塩でもみ洗う。
- ④ ところてんと調味液を混ぜ、果物を添える。冷蔵庫で冷やして完成！

夏にさっぱり！
ところてん
～食物繊維～



栄養価（1人前）

エネルギー40kcal 蛋白質：1.0g
脂質：0.12g 食物繊維：2.0g
カリウム：230mg

材 料（1人前）

★ところてん：70g ★トマトジュース（無塩）：25cc
★レモン汁：大さじ1/2杯（約7cc） ★はちみつ：小さじ1/2杯（約3g）
★国産レモン：1/6程度（25g）

☆はちみつ→きび糖やオリゴ糖でも可。果物はお好みのもの適量。

「心太」はテングサ（海藻）を主原料とし100gあたり約2kcalとローカロリーで食物繊維に富み、便秘の解消や血糖値の上昇を抑える働きなどがあります。ところてんは江戸時代に広まり涼を感じられる食べ物として好まれてきました。関東では酢醤油+海苔胡麻+辛子。関西では、黒蜜きなこ味が主流ですが、発汗で失われやすいカリウムも補給できるので、おすすめです。



管理栄養士
遠藤 路子

✓循環器内科 ✓呼吸器内科 ✓内科

清水内科クリニック

地下鉄ブルーライン

立場駅
徒歩2分



しみず さとる
清水 学院長

清水内科クリニックは、2017年9月に開院した立場駅前にある、循環器内科、呼吸器内科を中心とした内科のクリニックです。

患者さんの健康の窓口になることが私たちの役目です。優しく、親しみやすく、何でも相談しやすい雰囲気スタッフとともに作り、日々診療しております。

国際親善総合病院の先生方には、診療で困った際はいつもご相談させて頂き、的確な診断・治療を行って頂き大変感謝しております。

今後も病診連携を通じて、地域の方々の健康を守っていきたく思いますので宜しくお願いいたします。

	診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前	9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	/	/
午後	15:00~19:30	○	○	/	○	○	/	/	/

休診日：水曜午後・土曜午後・日曜・祝日



清水内科クリニック

所在地：〒245-0024 横浜市泉区和泉中央北2-1-6
ヒルズタテバ青木第3ビル2階
電話番号：045-827-3337

介護 予防

この先も今の生活を続けられるように介護保険サービスを利用して
のりハビリをしませんか？

- 個別性を意識したリハビリテーションの提供
 - ▶▶▶ 専門職による個々に合わせたトレーニング内容
(個別リハビリ・マシントレーニング・自主トレーニング)
- 短時間(90分)で充実したリハビリテーションの提供

見学も随時受付しています。

ケアマネージャーと連携し
心身の状況をお伺いします。

ご利用内容を詳しくご説明し
ご契約を取り交わします。

相鉄ローゼン
提携駐車場有り!
(90分無料)
弥生台駅前すぐ!

社会福祉法人 親善福祉協会

しんぜんクリニック
通所リハビリテーション

〒245-0008 横浜市泉区弥生台16-1
(しんぜんクリニック1F)

【受付・営業時間】 9:00~17:00
(月~金)※祝日を除く

TEL: 045-443-5398 (直通)

外来診療担当表

2021年7月1日現在

		月	火	水	木	金	土	
内科	総合	AM	中山理一郎 交代	中山理一郎 交代	中山理一郎 交代	中山理一郎 交代	交代(新患のみ)	
		PM	中山理一郎	中山理一郎	中山理一郎	中山理一郎	-	
	循環器	AM	清水 誠 高村 武	高村 武	飯沼 直紀 植村 祐公	清水 誠 安田章沢(心臓血管外科)	植村祐公(1,3,5週) 園谷紘乃(2,4週)	-
		PM	ペースメーカー(清水) 門屋 芽以	清水 誠	高村 武	清水 誠 飯沼 直紀	園谷 紘乃 松田 蒼	-
	消化器	AM	猪 聡志	城野 文武	小林 智(1,3,5週) 上野 誠(2,4週)	宮尾 直樹	日引 太郎 玉井 直希	-
		PM	-	猪 聡志	日引 太郎 公美 一樹	-	宮尾 直樹	-
	腎臓・ 高血圧	AM	堀米 麻里	安藤 大作	毛利 豊田	安藤 大作	森 梓	交代(2,4週 予約のみ)
		PM	腹膜透析外来	-	-	-	-	-
	糖尿病・ 内分泌	AM	本間 正史	金澤 昭雄	本間 正史	栗田 実佳	本間 正史	-
		PM	本間 正史	金澤 昭雄	本間 正史	栗田 実佳	本間 正史	-
	呼吸器	AM	中田 裕介	-	林 玲奈	西井 康人	田中 克志	-
		PM	中田 裕介	-	-	中田 裕介	-	-
	脳神経	AM	-	三富 哲郎	-	-	三富 哲郎	-
		PM	三富 哲郎	三富 哲郎	-	-	三富 哲郎	-
	緩和ケア (完全予約制) 膠原病・ リウマチ	PM	-	村井 哲夫(2,4週) 江口 研二	-	-	日引 太郎(1,3,5週)	-
PM		-	井畑 淳(14:00~)	-	-	-	-	
脳神経外科	AM	谷崎 義徳(～11:30)	秀 拓一郎(～13:00)	飯田 秀夫(～11:30)	手術日	飯田 秀夫(～11:30)	谷崎 義徳(～11:00)	
	PM	谷崎 義徳	-	-	-	-	-	
外科	外科一般	AM	安藤 暢敏	富田 真人 高木 知聡	佐藤 道夫 徳田 敏樹	富田 真人	高木 知聡 佐藤 道夫	百瀬ゆずこ
		PM	-	(富田 真人)	佐藤道夫(内視鏡外来)	(徳田 敏樹)	(佐藤道夫/徳田敏樹)	-
	WOC	PM	WOC外来	-	-	WOC外来	-	-
呼吸器外科	AM	-	-	-	-	成毛 聖夫	鈴木 高弘	
	PM	-	成毛 聖夫	-	大塚 崇(2,4週)	-	-	
整形外科	初診	AM	石原 啓成	梅澤 仁	三宅 敦	山口 桜	吉川 泰弘	交代(新患のみ)
	一般	AM	-	山口 桜	石原 啓成	-	-	-
		PM	装具外来	-	-	装具外来	-	-
	脊椎 膝 手・肘 足	AM	山下 裕 川崎 俊樹	-	-	三宅 敦 川崎 俊樹	山下 裕	-
		PM	-	森田 晃造	森田 晃造	-	梅澤 仁	-
泌尿器科	AM	滝沢 明利 横井 勇毅	野口 和美 石橋裕香里	水野 華子	滝沢 明利 刃部樹里衣 野口 剛	山下 大輔 岩佐 裕連 入部 康弘	交代	
	PM	滝沢 明利 山下 大輔 刃部樹里衣(2,4週)	野口 和美	村井 勝(名誉院長) 上村博司(前立腺2週) 三好康秀(前立腺4週)	滝沢 明利 横井 勇毅	山下 大輔 刃部樹里衣 横井 勇毅(2,4週)	-	
産婦人科	初診	AM	坂本 理恵	多田 聖郎(2,4週) 中野 真(1,3,5週)	交代	李 龍姫	中野 真	交代
		AM	-	與那嶺正行 李 龍姫	多和田哲雄	地主 誠	安藤奈々子 坂本理恵(1,2,3,5週)	交代
	婦人科	PM	地主 誠/安藤奈々子 坂本 理恵	與那嶺正行 小関 聡(特殊外来)	安藤奈々子	地主 誠 李 龍姫	西井 文乃	-
		AM	多田 聖郎	安藤奈々子	李 龍姫	與那嶺正行	地主 誠	交代
産科	PM	多田 聖郎 2週間健診	安藤奈々子 1ヵ月健診	西井 文乃(2,4週) 交代(1,3,5週) 1ヵ月健診	與那嶺正行 2週間健診	多田 聖郎	-	
	眼科	AM	渡邊 佳子 木川 智博 塚本まどな	立石 守 木川 智博(2,4週) 岡田 浩幸(1,3,5週) 山田香代子	大西 純司 渡邊 佳子 長野 綾子	大西 純司 渡邊 佳子(1,3,5週) 立石 守(2,4週) 非常勤	渡邊 佳子(2,4週) 立石 守(1,3,5週) 岡田 浩幸 遠藤 和人	交代
PM		立石 守 岡田 浩幸	大西 純司 渡邊 佳子 岡田 浩幸	大西 純司 渡邊 佳子 木川 智博	木川 智博 立石 守	立石 守 岡田 浩幸	-	
耳鼻咽喉科	AM	福生 瑛	福生 瑛	松島 康二	福生 瑛	松島 康二	交代	
	PM	福生 瑛	-	-	福生 瑛	福生 瑛(1,3週)	-	
皮膚科	AM	松井矢寿恵 李 民	松井矢寿恵 李 民(2,4週)	松井矢寿恵 李 民	松井矢寿恵	李 民	交代(新患のみ)	
	PM	手術	予約	手術	予約	手術	-	
形成外科	AM	-	-	-	-	浅野さおり	-	
	PM	-	-	梅田 龍(1,3週) 田村詩保子(2,4週) 交代(5週)	-	浅野さおり	-	
小児科	AM	和田 宏来 及川 愛里	和田 宏来 及川 愛里	青木智香子 伊藤 育容	和田 宏来 及川 愛里	青木智香子 今野 裕章	和田宏来(2,4週) 及川愛里(1,3,5週) 青木智香子	
	PM	及川愛里/青木智香子 稀代雅彦(心臓1,3週) 高橋 健(心臓2,4週)	及川 愛里 青木智香子	青木智香子 池田 順治	和田 宏来 及川 愛里	青木智香子 沼沢 慶太	-	

健診・予防接種(完全予約制)

※最新情報はホームページでご確認ください。

◆受付時間：初診 8:15～11:00 ・午後は原則、予約外来となっております。

○腎臓・高血圧内科：土曜日は、再診予約のみ診察。紹介状をお持ち頂いた場合も基本的に総合内科での診察となります。

○脳神経外科：木曜日の診察はお問い合わせください。

○耳鼻咽喉科：金曜日の診察はお問い合わせください。

○午後初診受付可能外来：14:00～15:30 膠原病リウマチ内科(火)・乳腺外科(金)・呼吸器外科(木2, 4週)・小児科(月～金)

○緩和ケア内科：完全予約制。予約は『がん・緩和相談室』(月～金：TEL 045-813-0221) にお願ひします。

◆休 診 土曜午後・日曜・祝日・年末年始(12月29日午後～1月3日)

◆救急外来は24時間受付



日本医療機能評価機構



ECO 活動推進



敷地内全面禁煙

