

五十鈴の風

平成25年1月発行
発行：市立伊勢総合病院

安心していただける医療を



- 年頭のあいさつ・・・・・・・・・・院長 藤本 昌雄
- 新任医師の紹介・・・・・・・・・・よろしくお願ひします
- 看護部シリーズ・・・・・・・・・・2病棟
- 院内トピックス・・・・・・・・・・①ふれあい祭りを開催しました
②クリスマスコンサートを開催しました
③心機能検査(NT-proBNP)のご案内
- 健康メモ・・・・・・・・・・変形性膝関節症について
- 院内部署シリーズ・・・・・・・・・・視能訓練室
- 栄養管理課だより・・・・・・・・・・栄養士おすすめメニュー「南瓜プリン」



「日の出(宇治橋)」 仁木 康雄 (内科) 撮影

事務局だより

皆様から『五十鈴の風』の表紙を飾る写真を募集しています。広報図書委員会事務局(総務課 中村)までお願いします。

市立伊勢総合病院 の基本理念

- 患者さんの立場より 愛情と責任を持ち、安全で安心していただける医療
- 病院機能の立場より 良質かつ高度の医療
- 地域医療の立場より 円滑かつ密な機能分担、合理的かつ効率的な医療

迎春

年頭のあいさつ



病院事業管理者 院長 藤本 昌雄

新年おめでとうございます。新しい年が皆様にとりまして幸多き年でありますようお祈りいたします。

さて、昨年は新病院建設等のことでご心配をおかけしていましたが、新病院の規模、機能は300床で、一般病床220床、回復期リハビリテーション病床40床、療養型床20床、緩和ケア病床20床となります。回復期リハビリテーション病床等を併設できたことは皆様のニーズに合わせた対応ができ、急性期治療をあわただしく終えるや否や他の病院、施設へ転院するよりも皆様がゆとりや安心感をもつことができるようになり、職員にとっても余裕を持ち、より親身な対応ができるようになるものと確信しています。場所については現在地の拡充が市から提案されたところです。

さて、病院のメインテーマの一つとしてメタボリック症候群やロコモティブ症候群（以下まとめて生活習慣病）対策による「健康寿命の延伸」を掲げることに致しました。健康寿命とは「介護を必要としない、自立した生活が出来る状態」とされています。本邦における平均寿命、健康寿命はそれぞれ（男性）79.6歳、70.4歳、（女性）86.3歳、73.6歳です。平均すると男性は永眠されるまでの約9年間、女性は約13年間介護を受けることとなります。

そして健康寿命の延伸、介護予防を妨げる3大要因はメタボリック症候群、ロコモティブ症候群と認知症ですが、最近日本人では耐糖能異常・糖尿病は、脳血管認知症とともにアルツハイマー病の有意な危険因子と考えられています。生活習慣病の予防、あるいは早期診断・治療を行うことが、健康寿命の延伸、ひいては膨らみ続ける医療費や介護費の抑制に繋がるものと考えています。また、脳卒中や心筋梗塞などで救急搬送される入院患者の6割以上が糖尿病あるいは糖尿病予備軍であったとの報告があります。このことは生活習慣病対策をしっかりと行えば脳卒中や心筋梗塞で搬送される救急患者数を減減できるチャンスがあることを示唆しているものと思います。更に生活習慣病を有する人の受療率が低いことも問題となっており、その対策も大切であります。皆様の健康寿命の延伸、QOLの向上には糖尿病をはじめとする生活習慣病対策が重要課題であります。当地区の医療機関、市行政や企業などが連携し、生活習慣病の予防と早期診断・治療を地域ぐるみで推進する必要があります。その中心的な役割を果たすことが私ども市民病院に課せられた最も重要な任務の一つであると考えています。

病院の再生（新生）に向け、市民病院としての任務を果たしながら、様々な問題を乗り越えていかなければなりません。今年も職員一同力を合わせ、着実に前進していきますので、宜しくご理解、ご支援をお願い致します。

新任医師の紹介

よろしくお願ひします



武井 英之（外科）

出身地：長野県 出身大学：三重大学

前任地：桑名東医療センター

特技趣味：J a z z

尊敬する人：ジャック・パウアー

一言：まだまだ出来ない事が多く、皆様にご迷惑をおかけすることもあると思いますが、日々勉強し、頑張っていきたいと思っておりますので、何卒、よろしくお願い申し上げます。



上杉 研介（研修医）3月着任予定

出身地：東京都 出身大学：京都大学

前任地：三重大学医学部附属病院

特技趣味：ピアノ演奏

好きな言葉：人に優しく

一言：病院に早くなじむことができるよう、一生懸命がんばります。どうぞよろしくお願い致します。

看護部シリーズ

2 病棟



当病棟は、内科・婦人科・眼科・口腔外科・皮膚科・耳鼻咽喉科・形成外科等多くの診療科の患者さんを看護させていただく混合病棟です。外科的治療と内科的治療、化学療法に加え、慢性期からターミナル期までトータルにサポートできるよう、各診療科医師と多職種の方とチーム医療に取り組んでいます。今年度は、患者さんの意思を尊重し安全で安心できる看護に努め、患者さんの思いに沿ったより良い退院支援に取り組んでいます。患者さんに安心して入院生活を過ごして頂くために、病棟スタッフ一同頑張っています。

院生活を過ごして頂くために、病棟スタッフ一同頑張っています。

(2病棟 師長 永田 佳子)

院内トピックス

第8回 伊勢病院ふれあい祭りを開催しました

「地域とともに歩む病院 市民の健康増進・生活の質の向上を目指して」をテーマに「伊勢病院ふれあい祭り」を昨年11月3日に開催しました。

当日は、当院医師による講演やスタッフによる健康相談等を通じ、来場されました1,000人を超える皆様とふれあうことができました。ご参加・ご協力いただきました皆様に心から感謝申し上げます。

これからも市立伊勢総合病院は、皆様にとって、身近な存在であり続けられるように、さまざまなイベントを開催してまいります。



クリスマスコンサートを開催しました

12月18日に、伊勢ハンドベルクワイアーの皆さんによるクリスマスコンサートを開催しました。ハンドベルの清らかな音色を、入院患者さんやそのご家族の皆様楽しんで頂きました。



心機能検査(NT-proBNP)のご案内

NT-proBNPは心臓から分泌されるホルモンの一種です。心臓に負担がかかった状態になると血液中の値が高くなりますので、潜在する心臓の異常を把握するための検査として有用です。

当センターでは、人間ドック等のオプション検査（血液検査）として追加できますので、検査をご希望される方は、まずはお電話にてお問い合わせください。

【検査名】

- NT-proBNP（血液検査）

【料 金】

- 追加料金 2,900円（税込）



● 健診センター Tel : 0596-23-5416

健康メモ

変形性膝関節症について

あなたの膝は大丈夫？

- ①歩き始めに膝が痛みますか？
- ②膝が腫れる、熱をもった感じはありますか？
- ③膝を動かすと、中で引っかかった感じがありますか？
- ④太ももの筋肉がやせたり、靴底が片方ばかり擦り減ったりしませんか？

この中でひとつでも該当する方は膝の病気の可能性があります。いろいろな膝の痛みの原因のなかで、今回は一番多い、変形性膝関節症についてお話します。

変形性膝関節症は軟骨がすり減って、軟骨の下にある骨がむき出しになり、動かすたびに大腿骨とすねの骨が直接ぶつかりあうことで、痛みが出たり、炎症が起きて水がたまったりします。進行すると関節が変形し、膝の動きが悪くなり、膝を動かしていなくてもじんと痛みがとまらないようになりもします。

このような経過をたどらない様には日常生活で膝の負担を減らすことが大切です。

- ①肥満を改善
- ②正座をしない、なるべく床に座らずに椅子を使う
- ③重いものを持ち運んだりしない
- ④杖を使う

痛みが投薬にて改善しない場合、極度の膝変形があり、歩行困難な場合は、当院では人工膝関節置換術を行っております。

人工膝関節置換術とは・・・

変形した関節表面の軟骨・骨を取り除き人工膝関節部品（インプラント）に置き換える手術です。インプラントは関節の滑らかな運動を再現できるように大腿骨部・脛骨部（すねの骨）・膝蓋骨部（おさらの骨）の3つの部品からできています。大腿骨部・脛骨部は金属製、膝蓋骨部と脛骨部の上面には軟骨の代わりをする耐久性にすぐれたポリエチレンという硬いプラスチック製です。

インプラントの耐久性はますます向上し、海外・国内のデータでも95%以上の方が15年以上の間、インプラントが破損することなく生活が可能です。

人工膝関節によって、ゴリゴリ擦れる痛みを取り除くことができ、変形した関節表面を取り除くことでO脚などの膝の変形も矯正されて、まっすぐな足にすることができます。

手術前は痛くて楽しめなかった散歩や買い物、旅行、スポーツも手術後は制限なく楽しむことができます。人工関節置換術を含めた変形性膝関節症の治療に関するご相談のある方は、是非当院へお越し下さい。お待ちしております。詳しくは病院のホームページにも掲載していますのでご覧下さい。

（整形外科 副部長 吉田 格之進）



インプラント

当院の視能訓練室では、医師の指示の下視力検査や、眼鏡・コンタクトレンズ検査、視野検査・斜視検査、網膜電気生理の検査などの眼の検査全般を行っております。また、当院眼科の特色として小児の斜視や弱視の視能訓練や視覚障害に対して視覚補助具を用いたりハビリ（ロービジョンケア）も行っています。



眼の病気で視力が低下し、眼鏡などで読み書きができるような視力が得られない方でも、特殊なルーペや拡大読書器といった視覚補助具を使うことで、文字の読み書きが可能になる事があります。

当院眼科では、見えにくい方のための視覚補助具を多数常備しております。視覚補助具の相談や試用品も承っておりますのでお気軽にご相談ください。

(視能訓練士 小椋 祐樹)



栄養管理課だより

栄養士おすすめメニュー

【風邪にはビタミンACE】

エース

南瓜プリン

今回は、風邪予防によいといわれる『ビタミンACE』が豊富な、南瓜を使ったプリンの紹介です。

- ◎ビタミンA・・・のどや鼻の粘膜を保護する
(ほうれん草・人参・南瓜などの緑黄色野菜、うなぎ、チーズなど)
- ◎ビタミンC・・・免疫力を高める
(いちご、みかん、キウイフルーツ、ブロッコリー、ほうれん草、南瓜、いも類など)
- ◎ビタミンE・・・血行をよくする作用
(アボカド、大豆、アーモンド、ごま、南瓜、ナッツ類など)

バランスのよい食事を心がけ、適度に体を動かし、十分な休養をとることで風邪に負けない身体をつくりましょう！

材料(4人分)

- 南瓜……………80g
- 卵(Lサイズ) ……1個
- 牛乳……………160cc
- 砂糖……………32g

作り方(レシピ)

- ① 南瓜を柔らかくなるまで茹で、皮をむいてミキサーにかけペースト状にする。(飾り用に少量、残しておく)
- ② 牛乳を人肌程度にあたためておく。
- ③ ②に砂糖を入れ、溶かす。
- ④ ③に①と卵を入れ混ぜる。
- ⑤ しっかり混ざったら、目の細かいざるなどでこす。
- ⑥ こした⑤を器に入れアルミホイルなどでしっかりと蓋をし、蒸し器で30分～40分蒸す。
- ⑦ 荒熱がとれたら、ゆでた南瓜を上にも飾り冷蔵庫で冷やしてお召し上がりください。
(南瓜のかわりに、カラメルソースをかけてもよいでしょう)

