

健康生活お役立ち新聞

横浜版

2018年10月

No.30

発行所 (有)エフ.アンド.ユアライフ 〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370-20 電話(0467)58-5678

周産期の不安が

払拭できる産科選びを

今では当たり前になった「30代での初産」。しかし、出産リスクは完全になくなったわけではなく、むしろ新たな不安要素もあります。自分に必要なケア内容を考えて、産科病院を選びましょう。

＝＝＝＝＝＝＝＝

出産は、新しい生命の誕生と家族が増えるという喜ばしいことです。今でさえ、「お産は無事にすんで当然」と考える人が多くなりましたが、実際は妊娠・出産に関するリ

スクが完全に払拭されているわけではありません。

アラフォー出産も普通
ライフスタイルの変化によって、日本人女性の出産平

均年齢は上がりました。1985年に第一子出産平均年齢は26.7歳でしたが、2015年には30.7歳となり、この30年間に4歳も上がりました。30～40代女性の出産も増え、分娩時だけでなく、妊娠中にも新たな注意が必要になってきているのです。

例えば30代になって持病を抱えるようになった人が妊娠した場合や、妊娠中に他の病

気(糖尿病など)に罹ってしまう「妊娠合併症」などがあげられます。

ケア内容を考え産科選びを

妊娠中から出産後までの期間を「周産期」と呼び、この時期は、母体と胎児・乳児に関する身体的な不安を抱えたり、精神的に不安定になりやすいです。

妊娠期間には妊婦健診にしっかりと通い、心身ともに健康であるために適度なリフレッシュが大切です。そして出産後には、母子ともに健やかな日々を送るために、乳児の定期検診はもちろん、子育ての悩みなどもすぐに相談できる環境も必要です。

核家族が進んだ今日では、自分が必要としているケア内容やフットー体制まで整えられた産科選びが大切なのかもしれません。

周産期 (一般的な例)



ふれあい横浜ホスピタル 産婦人科

充実のマタニティライフを提供！

マタニティライフを満喫するための環境や、専門医による医療サポートを提供している横浜ホスピタルの産婦人科を紹介。ヨガやアロマといった安らぎの時間や、ホテルのような院内に注目です。

人科学会専門医資格を持つ常勤医師(女医含む)のほか東京女子医大や昭和医大などからの非常勤医師が、病棟看護師(助産師資格も保有)とともに女性目線に寄り添った診察を行なっています。横浜・関内エリアにありアクセスが良好な上に、(日)例を除く毎日に外来受診ができるので、「仕事があつても通いやすい」「土曜

関内駅すぐ・土曜日診療
分娩実績が高い(約300件/2017年度) ふれあい横浜ホスピタル。日本産科婦

人科学会専門医資格を持つ常勤医師(女医含む)のほか東京女子医大や昭和医大などからの非常勤医師が、病棟看護師(助産師資格も保有)とともに女性目線に寄り添った診察を行なっています。横浜・関内エリアにありアクセスが良好な上に、(日)例を除く毎日に外来受診ができるので、「仕事があつても通いやすい」「土曜

日があるの、夫とも一緒に通院できる」と評判です。一見してホテルにも見える内外装で病棟(入院生活にも定評があり、「ホテルに泊まっているみたい」「大部屋でも十分なスペースがあつてよかった」との感想も多く、さらに充実したマタニティ

ホテルのような空間が広がる横浜ホスピタルの待合ロビー

◀アロマでリラックス
▼人気のヨガも



産婦人科担当医(上)／病棟看護師(下)でも通いやすい」「土曜

実したマタニティ

＼大好評！／
4Dエコー検査 完全予約制
ママのお腹の中の赤ちゃんの様子を動画で見られます!!
おすすめは妊娠25～26週です。

検査料(3D画像付き)

- 当院で出産予定の方 3,000円
- 当院で妊婦健診を受診中の方 5,000円
- 他院を受診中の方 7,000円

※+540円でDVDが購入できます。

17週頃 イメージ 25週頃 イメージ

ふれあい横浜ホスピタル
☎045-681-5101

食物アレルギーは

全身ショック状態まで至らす危険が！

子どもに多く発症

「食物アレルギー」とは、ある特定の食材を食べることによってアレルギー反応が起こることを指します。この発症は幼

児に多く、アレルギー反応の原因物質(「アレルゲン」と呼ぶ)に免疫の機能が反応して、かゆみなどが現れます。代表的な症状に「湿疹(じんましん)などの皮膚に現れるもの」があげられますが、

す。この状態だと、意識がもうろうとする(「血圧が低下する」といった命の危険が生じかねません。疑いがある時には、すぐに救急車を呼びましょう。

原因物質の判別を

時には意識障害も



さらに場合によっては、全身に症状が現れる「アナフィラキシーショック」の状態になってしまうケースもあります。

そして、このような状態にならないように食物アレルギーの不安を抱えている場合は、専門的に診てもらえる医療機関で検査などを行なうて、予防対策を講じておきましょう。

「アレルゲンは半日の検査で判明します」

康心会汐見台病院・小児科 小林尚明 医師

康心会汐見台病院で小児科長を務めている小林尚明医師に、子どもに多い食物アレルギーとその検査について伺いました。〈取材協力〉

食物アレルギーの

疑いがある場合、どのような検査を行なうのですか？

(小林医師)「検査の一つに『食物経口負荷試験』があります。これは食物アレルギーの疑いがある場合に、その診断をつけるために行なう専門検査です。

食物アレルギーが改善しているかを確認する場合にも、この検査が行なわれます」

その検査は、どの



小林 尚明 医師

この検査は、1時間程度かけて負荷試験食を数回に分けて、食べていきます。経過中に、医師や看護師が症状について変化を注意深く観察し、症状が出た場合は治療を実施します。

屋食には、アレルゲンを避けたお食事をご提供いたしますので、ご安心ください。その後も症状がゆっくり現

れる場合もあるので、14時頃まで様子をみて、試験終了(退院)となります」

アレルゲンの判明によって、日常生活にどう活かすことができますか？

(同)「この食物経口負荷試験は、食物アレルギーの診断にとっても信頼性が高いものですので、検査結果によって、その食品をどの程度まで食べられるかが判明し、お子さんの食生活の幅が広がり、食物アレルギー反応の予防も可能になります。

当院では、食物経口負荷試験を積極的にこなっておりま

す。食物アレルギーだけでなく、他のアレルギー症状についても当院の小児科にご相談ください。

貴重なお話、ありがとうございます。(同院

☎045-761-3581)

医学講座 参加無料

日時 10月29日(月) 13:30から

会場 康心会汐見台病院 地下2階 会議室

講師 康心会汐見台病院 小児科 小林 尚明 科長



子どもの病気の疑問にお答えします! ~小児の病気の予防と対策~

「子どもの病気の予防にどんな方法があるの?」「予防接種のワクチンに副作用があるって本当?」「多少の熱がでも大丈夫っていうけど心配…」など、皆さんが疑問に思うことや小児科医が心配する危険な症状についてお話しします。質問にもお答えしますので、ぜひお越しください!



交通のご案内 JR磯子駅、京急風浦駅よりバスで「汐見台ストア前」バス停下車徒歩2分

康心会汐見台病院
お問合わせ ☎045-761-3581
横浜市磯子区汐見台1-6-5

次回予告
11月下旬開催予定

医学講座 参加無料

日時 10月25日(木) 14:00から

会場 ふれあい横浜ホスピタル 2階 会議室

講師 ふれあい横浜ホスピタル 泌尿器科 川地 義雄 医師



知って治そう、尿の悩み

男女問わず年齢とともに増加傾向にある「尿の悩み」。予防策についてと治療方法の最前線の様子をわかりやすく説明します。尿意の切迫感・夜間頻尿・過活動膀胱など人には中々話せないことも、じっくり聞けるチャンスです。ふるってご参加ください。



交通のご案内 JR関内駅南口徒歩3分、横浜市営地下鉄伊勢佐木長者町駅徒歩3分

ふれあい横浜ホスピタル
お問合わせ ☎045-681-5101
横浜市中区万代町2-3-3

次回予告
11月28日(水)開催予定
「感染予防について」

「退院後の不安解消はお任せ下さい」

ふれあい横浜ホスピタル・訪問看護

地域の声を受けて

「住み慣れた愛着あるこの地域で、できる限り暮らし続けたい」「孫や娘夫婦が遊びに来る自宅で、なんとかして療養したい」。このように考える人は、社会の高齢化とともに年々増えています。その一方で、「家族だけで、介護や医療的なケアはできる

のだろうか」「何かあったら、一人じゃ対応できない」などの不安もあるようです。そのような声に応え、「訪問看護サービス」を提供しているのが、横浜ホスピタルです。自宅療養している患者本人の看護ケアだけでなく、家族の悩みにも相談にのるサポートをしています。

担当している小林清美看護師にお話を聞きました。――看護ケアとは、具体的にどのような内容を行っているのですか？

（小林看護師）「患者さまお一人おひとりによってケア内容は異なります。主なサービスは左表の通りです。それぞれの患者さまの（できること／できないこと）を多方面から検討して、看護サービスの提供を行なっております。例えば、当院にご入院されていた患者さまでしたら、退院がみえてきた段階で、ご自宅の状況（必要に応じてご自宅へ訪問）を把握し、患者さまご本人だけでなく、介護者となるご家族さまともコミュニケーションをとり、良好な関係を築けるようにサポートしていきます」

主な訪問看護サービス

- 健康状態の観察
- 医療的処置
（医師の指示による点滴、注射など）
- 病状悪化の防止・回復
緊急時の対応
- 服薬管理や
痛みの軽減
- リハビリテーション
（嚥下リハビリ、呼吸リハビリ）
- 主治医・薬剤師・
ケアマネなどとの連携
- 療養生活のアドバイス

ふれあい横浜ホスピタル

訪問看護

☎045-681-5101

お問合せ／月～土曜日

9:00～17:00

（年末年始除く）



お話を聞いた
小林 清美 訪問看護師
（ふれあい横浜ホスピタル）

ら検討して、看護サービスの提供を行なっております。

例えば、当院にご入院されていた患者さまでしたら、退院がみえてきた段階で、ご自宅の状況（必要に応じてご自宅へ訪問）を把握し、患者さまご本人だけでなく、介護者となるご家族さまともコミュニケーションをとり、良好な関係を築けるようにサポートしていきます」

退院に向けたスムーズな連携が構築されているのですね。

（小林看護師）「患者さまご本人やご家族さまの思いを尊重し、よりよい在宅療養を送れるような支援を重要視しています。」

お話をありがとうございました。（取材協力）

横浜ホスピタルの訪問看護について詳細は、上記連絡先へお問合せ下さい。

東戸塚の住宅型有料老人ホーム

シニアホテル+安心Ⅱ「サウスウイング」

今がチャンス！入居者募集

「シニアホテル東戸塚サウスウイング」は、元気なうちから入居が可能で、手厚い介護が必要になっても、転居の必要がなく、介護サービスなどを利用しながらそのまま暮らせるホームとして人気です。

現在、入居者を募集している「シニアホテル東戸塚サウスウイング」はその名前の通り、シニアのために用意されたホテルのように快適な暮らしが送れる老人ホームです。

快適な暮らしとは、具体的には次の点をあげることができま。

▽高齢者に必要な施設が隣接
病院（東戸塚ホスピタル）／介護老人保健施設（ヒルズ東戸塚）／居宅介護支援事業所（ケアマネジャーの拠点）／訪問介護事業所／訪問看護／通所リハビリ施設など

▽「住宅型」なので、介護が必要になったら、自分が希望するサービスを、自宅で受けるのと同様に利用できます。

一人用居室（タイプA）は24.8㎡、前払金は1700万円。月額利用料22万2017円（食費込）です。

また、夫婦など2人での入居を希望する人のために、夫婦部屋やコネクトルーム（タイプC）もあります。

10月20日（土）から11月11日（日）まで、入居者が当日食べるラ

各日3組 10/20（土）～11/11（日）

お申し込み・ご予約先
シニアホテル東戸塚サウスウイング
☎0120-35-2240 JR 東戸塚駅西口より
シャトルバスあり
横浜市戸塚区上品濃 16-15

○施設概要○
所在地：横浜市戸塚区上品濃16-15 / 土地・建物の権利形態：通常借家契約
自動更新条項あり（契約期間：2037年7月9日迄） / 敷地面積：6605.51㎡
／延床面積：7515.79㎡（うち有料老人ホーム5422.14㎡；鉄筋コンクリート造・地上7階建） / 住居の権利形態：利用権方式（返還金制度あり） / 開設日：2007年10月1日 / 5室募集（全112室） / 入居一時金：1,700～3,200万円（1人） / 管理費：160,457円～226,285円（1人） / 食費：1日3食30日の場合（90食分）61,560円 / 入居資格：65歳以上の自立・要支援・要介護 / 事業主体：湘南ふれあいの園 / 広告有効期限：2018年11月19日

○料金・1人入居の場合○
入居一時金：2,800万円～3,200万円（非課税）
管理費：月額287,845円（消費税込・食費込・3食×30日分）

○お部屋の設備○
・洗浄機付きトイレ ・浴槽 ・キッチン
・エアコン ・収納 ・ナースコール
・テレビ端子 ・電話接続端子 ・カーテン



居室一例（タイプC / 46.4㎡・約28畳）＊ご夫婦・ご兄弟での入居も可能な広いお部屋



Aタイプの部屋

各日3組 10/20（土）～11/11（日）

お申し込み・ご予約先

シニアホテル東戸塚サウスウイング

☎0120-35-2240 JR 東戸塚駅西口より

シャトルバスあり

横浜市戸塚区上品濃 16-15

ナーシングローズヴィラ鎌倉

「いつも誰かがそばにいる――。」家庭的で温かな暮らしを

小規模な老人ホームである特徴を活かし、アットホームな雰囲気の中で、手厚い介護と理学療法士による「個別リハビリ」や看護師の「生活リハビリ」が受けられます。この秋、1日1組様ずつ施設を案内する個別見学会を開催！ショートステイも期間限定の特別料金です。ぜひ一度、お試ください。

個別見学会 各日1組様のみ限定

10月20日（土）～11月4日（日）

時間：13:00 から

会場：ナーシングローズヴィラ鎌倉



▲療法士による個別リハビリ

▲アットホームな雰囲気でも大盛り上がり



ショートステイ
【1泊3食付き】

8,640円

※11月末日まで
※最大14泊まで利用可能

申し込み・問い合わせ

ナーシングローズヴィラ鎌倉

☎0467-42-8666

鎌倉市上町屋 733-1

湘南モノレール
「湘南町屋駅」より
徒歩5分



キリトリ

中高生の医療現場体験

ふれあい東戸塚ホスピタルでは、近隣の中学生・高校生を対象に、看護師やリハビリテーション・セラピスト等の業務体験を実施しています。

体験した舞岡中学校の生徒さんからは「見ていると簡単に思っていたことも、実際にはこんなに大変かと病院の仕事の重みを感じました」「普段知ることができないこともわかり、医療に興味をもりました」などの言葉が寄せられています。

日時・人数や体験内容など、ご希望に応じること可能です。お気軽にご相談ください。お待ちしております。

ふれあい東戸塚ホスピタル

☎045-827-2637

横浜市戸塚区上品濃 16-8

<交通のご案内>
JR東戸塚駅西口から無料のシャトルバスを運行しています。



リハビリテーションの模擬体験をする舞岡中学校の生徒さん



血圧測定では興味深げに看護師の話に聞き入っていました

9月実施

透析室にいる

「臨床工学技士」の役割とは

腎臓機能の維持に透析

今、「新たな国民病」とも
いわれている慢性腎臓病。進
行して「慢性腎不全」となっ
た場合は、生命を維持するた



めに人工透析治療（または腎
臓移植など）が必要です。

医療スタッフ「ME」

この人工透析治療を行なっ
ている専門の医療施設が「透
析センター」や「透
析室」で、多くの
施設では透析患者
用ベッドが並び、
各ベッドサイドに
は透析機器がそれ

ぞれ配置されています。
そしてそこに従事している
医療スタッフの中に、「臨床
工学技士（ME）」がいます。
医師や看護師などは、職務内
容の想像はつきやすいもので
すが、「臨床工学技士」は職
名自体、馴染みがない人が多
いのではないのでしょうか？

専門知識をもって操作

近年の医療機器は発達し、

透析スタッフ「患者さまのために全力で」

康心会汐見台病院（取材協力）

横浜市磯子区にある「康心
会汐見台病院」では、入院・
通院どちらでも、慢性腎不全
に対する人工透析治療を行
なっています。

同院の透析室スタッフは、
「患者さまに最適な透析療法
をお受けいただくために、
日々、患者さまやご家族さま
の思いやご希望などを考え、
スタッフはお一人おひとりと
向き合って、透析治療にあ
らせていただいております」と
話しています。



清潔感ある同院の透析室の様子

透析治療の時間以外の病棟生
活においてもお声がけをした
り、何気ないお話も大切にし
ています。こういったことが
ら得られる情報も、患者さま
の透析時間や透析曜日、ダイ
アライザーなど、適切な透析
療法を検討するために重要な
要素になります。

患者さまごとの「オーダー
メイド治療」のため、当院で
は、医師をはじめ看護師・臨
床工学技士・看護助手らが
チーム一丸となって、人工透
析治療に取り組んでいます」
ほかの病気やけがで



透析通院患者の無料送迎を行なっている康心会汐見台病院

の治療入院でも、透析治療も
並行してできるという利便性
から、入院希望者が増えてい
るそうです。

（透析室スタッフ）「はい。

とくに回復期リハビリテー
ション病棟にご入院された方
が透析治療を望まれるケース
が多いです。患者さまの中に
は、お身体の状態や治療内容
によって、透析室まで移動で
きない方もいらっしゃるいま
す。そのような場合、当院で
は透析室へお越しただかなか
くても、病室まで出張治療を
しておりますので、ご自身の

高校生・社会人の願書受付開始

茅ヶ崎看護専門学校

茅ヶ崎看護専門学校（茅ヶ
崎市今宿390）では、高校
生を対象とした「第一回推薦
入試」と、社会人・既卒者を
対象とした「第一回社会人入
試」の願書受付を、10月15日
から開始しています。

同校担当者は「本校では、

『看護師になりたい』『患者さ
ま一人ひとりとかわり、看
護を行いたい』という方を
支援しておりますので、是非
ご応募ください。皆さんの熱



看護師を目指して、まず出願を

看護・リハビリ学科の入試始まる

湘南医療大学

現在、約700名の学生が
医療のスペシャリストを目指
して学んでいる「湘南医療大
学」では、来春入学にむけた
選抜試験がスタートします。
今年（2018年）の年内
に実施される同大の入試は、
「AO入試Ⅱ期」「推薦入試Ⅰ
期」「推薦入試Ⅱ期」の3種
なスタッフ対応と、人工透析
治療に定評のある病院です。

（透析室スタッフ）「はい。

とくに回復期リハビリテー
ション病棟にご入院された方
が透析治療を望まれるケース
が多いです。患者さまの中に
は、お身体の状態や治療内容
によって、透析室まで移動で
きない方もいらっしゃるいま
す。そのような場合、当院で
は透析室へお越しただかなか
くても、病室まで出張治療を
しておりますので、ご自身の



来春に向けた受験シーズンが到来
湘南医療大学
住所：横浜市戸塚区上品濃 16-48

さらに同大には、認定看護
師養成課程「認知症看護分
野」のコースが設置されてい
ます。11月5日(月)から願書受
付がはじまりますので、募集
要項（同大ホームページから
ダウンロード可能）などを確
認の上、申し込みください。
■問合先／湘南医療大学
☎045・821・0115
（入試事務室直通）

介護職員初任者研修

- 日 程：11月15日(木)～3月14日(木)
- スクーリング：全17日間【週1回】
茅ヶ崎リハビリテーション専門学校別館3F 演習室にて
（茅ヶ崎市南湖1-6-11・JR 茅ヶ崎駅徒歩18分）
- 募 集：20名（11月8日まで申込み先着順）
- 受講料：60,000円（税・テキスト代込）
- 申 込：ふれあい医療福祉研修センター
☎0467-84-0576

■問合先／ふれあい医療福
祉研修センター
☎0467・84・0576

家族の介護にも！「初任者研修」

ふれあい医療福祉研修センター

ふれあい医療福祉研修セン
ターでは、「介護職員初任者
研修」の受講生を募集してい
ます。

この研修は、介護の基本的
知識から応用技術までを学べ
る「介護の入門的資格」とし

て人気です。主に通信教育で
行なうので、スクーリング（通
学）はありますが、17日間で
終えることができ、比較的ス
ケジューリングがしやすい日
程になっています。

介護職の希望者はもちろ
ん、家族の介護が必要な場
合も、とても役に立つ内容
なのでおすすめです。

就職時の「キャッシュ
バック制度」や「受講料ペ
ア割」などの特典もありま
すので、詳しくは、ふれあ
い医療福祉研修センターに
直接お問い合わせください。

一目看護体験のご案内

ふれあい横浜ホスピタルでは、看護の仕事に興味がある中学生・高校生・社会人
を対象にした看護体験を実施しています。先日も横浜市内の中高生みなさんにご
参加いただきました。『看護師ってどんな仕事かドキドキして体験にのぞきましたが、
実施後は本格的に看護師への道を考えるようになりました』との感想をいただきました。
今回は看護体験で実施した内容の一部を紹介します！

実施内容は・・・

- ・オリエンテーション～病棟見学～
- ・体温・脈拍／呼吸測定
- ・ストレッチャー移送
- ・洗髪／手浴／足浴／清拭の介助
- ・車椅子の介助
- ・入院患者さまへのお声かけの様子を見学
- ・血圧測定（参加者同士、または看護師に実施）

*ご希望に沿うことも可能ですので、お気軽にご相談ください。

お問合せ ふれあい横浜ホスピタル 中区万代町 2-3-3

☎045-681-5101 kango-yokohama@fureai-g.or.jp（担当：看護部 山岡）



医療ビジネス観光福祉専門学校

来年4月より「医療ビジネス観光情報専門学校」が
に生まれ変わります。

管理栄養士が監修
今月の絶品ごはん

高血圧の予防に/
栗ごはん

材 料(4人分)

- 米……………3カップ
- 栗(むいたもの)……………150g
- 塩……………小さじ1
- みりん……………大さじ2
- しょうゆ……………小さじ1

(1人分カロリー:475kcal/塩分:2g)

堅果類の中で唯一、糖質を主成分としている栗は、砂糖が普及される
以前は貴重な甘味資源で、栄養成分のバランスの良さも特徴です。

- ビタミンB1…チアミンと呼ばれる酵素によって、糖質やアミノ酸を代謝
- カリウム…ナトリウムを排泄し、高血圧の予防に効果的
- ビタミンC…でんぷん質に包まれ、加熱でも摂取しやすい
- タンニン…強い抗酸化作用が、老化やがんの予防に効果的

管理栄養士：穴田律子

健康生活お役立ち新聞

横浜版

2018年10月

No.30

発行所 (有)エフ.アンド.ユアライフ 〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370-20 電話(0467)58-5678

認知症は脳の病気！

だから診断も専門的

認知症を素人判断することは危険です。認知症の診断は、専門的な医療機器を用いて脳神経系の専門医が、医学的に判断するものです。認知症は脳の病気であることを考えれば、当然なことですね。

脳の機能が壊される

多くの人は、記憶の不確かさについて、初めは「加齢によるもの忘れ」と思っています。それがおかしい言動や不可解なことが多くなるに



認知症検査では、MRI 検査を行なう医療機関もある

つれ、「もしかすると、認知症？」と疑いをもち始めます。しかし認知症は、脳細胞の病気です。「もの忘れが激しくなったから、認知症になったのだろう」というものではなく、脳に備えられた認知機能が、何らかの病気や症状によって障害されてしまった病気なのです。

脳組織や知能を調べる

当然、脳の病気であるので、認知症の検査は専門的な内容が行なわれます。

患者本人からだけでなく、家族などの身近で生活している人の情報も併せることが一般的です。「いつから」「どのようなことが」などの問診が代表的です。

認知機能検査

簡単な質問を行ない、その回答でどのくらい認知機能が低下しているかを判断する「長谷川式認知症簡易評価スケール」や、「ミニメンタルテスト検査(MMSE)」などが代表的なものです。

◇画像検査

CTやMRIなどの脳の画像検査の結果も、判断の基準になります。認知症のタイプ(アルツハイマー型/血管性認知症など)や、進行度を診断します。

◇血液・尿検査など

他の病気が影響しているかを調べるために、検体検査を行います。例えば、認知症と間違えやすい高齢者の「うつ病」などのほか、「糖尿病」や「脂質異常」などを検査する医療機関もあります。

素人判断は危険

認知症かどうかをきちんと判断するには、専門外来で専門医に診てもらふ必要があります。認知症のほか、他の重大な病気である場合もあります。記憶や判断力に不安がある場合は、自己判断せず医師に診てもらいましょう。

合併症の怖さを知り

「なんだ、糖尿病か」と言えますか？

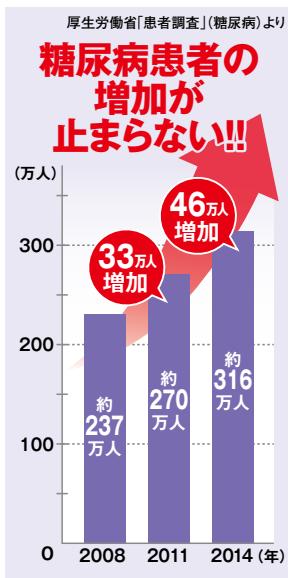
今や広く知られている「糖尿病」。罹患者は増え続け、

◇足の切断

高血糖によって引き起こされる神経や血管の障害などでは、足の一部の組織が腐ってしまい、壊疽を引き起こしてしまう。壊疽はほとんど治ることもなく、足の切断を免れないケースもあります。

◇失明

血糖値が高い状態が続く



と、目の毛細血管が破れ、酸素や必要な栄養が届かなくなり、目が見えなくなります。この合併症は、かなり進行しているても、自覚症状が出にくいのが特徴です。

◇心筋梗塞・脳梗塞

糖尿病を抱える成人男性が、心筋梗塞や脳梗塞などの重病で死亡するリスクは、健康男性の約3倍ともされています(発症後15年以内)。

糖尿病は初期には症状がほとんどないので、早くから治療を始められない人が多いのが問題です。まずは、早期発見を心がけましょう。

ふれあい東戸塚ホスピタル(取材協力)

チーム医療で一緒に「打倒！糖尿病」

東戸塚ホスピタルの糖尿病内科では、キャリアある医師と、協力的なスタッフが患者に寄り添うチーム医療を実践しています。

ふれあい東戸塚ホスピタル「糖尿病内科」では、糖尿病患者に併発していることが多い「高血圧症」「動脈硬化症」などを含めた幅広い診察を行っています。

一人じゃない、みんなが支援

例えば同院では、糖尿病を招いている乱れた生活を正しく導く「糖尿病患者さまのための教育入院」があります。糖尿病の主な原因である食べ過ぎ／運動不足／不規則な生活の改善のために、入院して医師や看護師などがいる環境で、正しい食生活への誘導を支援するものです。



糖尿病内科 外来担当医
織本 健司 医師 (金沢大学卒業)
松井 稔 医師 (京都大学卒業)

医学講座 参加無料

日時 **11月1日(木)13:30~14:30**

会場 **ふれあい東戸塚ホスピタル 2階 会議室**

講師 **ふれあい東戸塚ホスピタル 心臓血管外科 東館 雅文 医師**



不整脈になったらどうすれば…? ～心臓ペースメーカーの話も含めて～

不整脈は健康な人でも起こりますが、高齢者や高血圧、肥満などの心臓病の要素を持っている人は、特に発生しやすいといわれています。もし不整脈になったら、ペースメーカーは欠かせません。これについて当院の医師がわかりやすく説明します。



交通のご案内 東戸塚駅西口より無料シャトルバス運行(13時00分、15分、30分)

お問合わせ **ふれあい東戸塚ホスピタル(総務課)**
045-827-2637
横浜市戸塚区上品濃16-8

次回予告 **11月27日(火)13:30~14:30**

【講師】総合診療科 松井 稔 医師
「インフルエンザ対策」

医学講座 参加無料

日時 **10月25日(木)13:00~14:00**

会場 **ふれあい鶴見ホスピタル 1階 会議室**

講師 **ふれあい鶴見ホスピタル 山中 淳子 薬剤師**



ウイルスや細菌が強くなる!? ～薬剤耐性菌とは～

ウイルスや細菌が薬に抵抗力を持ち、その増殖を抑えられなくなることがあります。例えば、抗生物質を使い続けることで、細菌の薬に対する抵抗力が高くなって薬が効きにくくなるなど。今回は当院の薬剤師が分かりやすく解説します!



交通のご案内 JR(京浜急行)新子安駅より無料シャトルバス運行(約5分)

お問合わせ **ふれあい鶴見ホスピタル**
045-586-1717
横浜市鶴見区東寺尾4-4-22

次回予告 **11月21日(水)13:00~14:00**

【講師】石井 映幸 副院長
「認知症予防の基礎知識」