

あなたの頭痛、放っておいても大丈夫？

実は多い「頭痛持ち」

頭痛は、誰もが一度は経験している悩みの種であり、いわゆる「頭痛持ち」の人は、とても多くいます。慢性的な

頭痛に悩み、日常生活に支障をきたしてしまい、仕事などに影響がでてしまう人もいます。しかし、「頭痛」と一言で

頭痛に悩む、日常生活に支障をきたしてしまい、仕事などに影響がでてしまう人もいます。ここでは、慢性的な頭痛で代表的な「片頭痛」と「緊張型頭痛」を紹介しましょう。

緊張型頭痛の可能性

- 脈を打つような痛み
- 光や音に敏感になる
- 吐き気がおきることもある
- チョコレート、チーズ、アルコールなどの飲食で痛くなる



片頭痛の可能性

- 全体的に重苦しい
- 締め付けられる感じ
- 目が疲れる
- めまいや肩こりがおきる



緊張型頭痛の可能性

緊張から開放された瞬間や、チョコレート・チーズ・アルコールなどの飲食によって頭痛が始まることもありま

これらの頭痛は、すぐに命の危険がある脳出血や脳腫瘍のような疾患ではありませんが、日々の生活のリズムを乱し、ほかの病を誘発しかねない危険性を秘めています。

重く締め付けられる

【緊張型頭痛】の特徴は、頭の痛みのほかに、全体的な重苦しさや締め付け感を生じることです。また、目の疲労感やめまい、肩こりなどをともなうケースがあります。

主な原因はストレスであることが多いので、気分転換やリラクゼーションを心がけることが大切です。

院レポート

専門の医師（林明宗 医師）を迎え

汐見台病院「脳神経外科」を直撃！

康心会汐見台病院に脳神経外科が新設されました。同院の脳神経外科で部長を務めているのは、数々の病院で脳神経外科部長を歴任してきた林明宗医師です。漢方（東洋医学）にも精通している医師です。

康心会汐見台病院で新設された脳神経外科では、専門外来に「頭痛外来」、「しびれ外来」、「もの忘れ外来」を設置し、専門性の高い診療を行なっています。

脳神経外科で扱っている主な症状は次の通りです。

脳卒中後遺症
脳卒中予防を目的とした生活習慣病などの管理

脳神経外科部長を務める林明宗医師は、漢方にも詳しい医師であり、かつて「東洋医

脳神経外科
頭痛
めまい、しびれ
頭部のけが
脳卒中
脳梗塞、脳出血、くも膜下出血、一過性脳虚血発作

「がんサポート診療」では、



「お気軽にご受診を」と話す林明宗医師

「がんサポート診療」では、

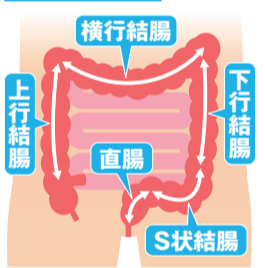
「がんサポート診療」では、

意外に広範囲な大腸でも、早期発見でがん完治へ

大腸の構造

大腸は「上行結腸」「横行結腸」「下行結腸」「直腸」「S状結腸」に分けられ、「大腸がん」はこれらのいずれかに発生したがんです。日本では、

大腸の部位



大腸がんは近年急増し、がんの原因と対処法

内視鏡でのがん治療「ESD」について

ふれあい横浜ホスピタル・消化器内科 石垣智之 医師

ふれあい横浜ホスピタルで消化器内科を担当している石垣智之医師に、内視鏡で行なうがん治療（ESD）について、お話を伺いました。

Q. 内視鏡によるがんの治療は、従来の手術と比べて何が異なるのですか？

A. 早期がんに対して行なわれる多くの内視鏡治療は、従来の開腹手術に比べ、入院が短期間で済みます。また、患者さまへの体や精神的な負担も軽減できるため、従来の外科治療に代わる新しい治療法として注目されています。

Q. 近年、「内視鏡的粘膜剥離術」が脚光を浴びていますね。

A. 内視鏡的粘膜下層剥離術（ESD）とは、専用処置器具を用いて病変の下にナイフを入れ、直接切る方法です。全体を剥ぎ取ってしまうので、広範囲の病変を切り取る

Q. 治療側面以外のメリットはありますか？

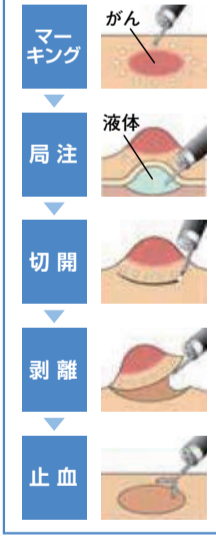
A. ESDは早期のがんであれば大きな病変も一塊りを取り除けるので、病理検査でもより正確な診断に役立つ方法として考えられています。

胃・大腸には、がん以外にも重大な疾患があります。人間ドックや健康診断で消化器系の異常所見がありましたら、まず内視鏡検査を受けることを強くおすすめします。



日本消化器内視鏡学会 専門医
日本消化器病学会 専門医
日本消化管学会 胃腸科指導医 ほか

ESDの手技



内視鏡で病変の周辺に目印
薬剤で浮かせる
病変部の周囲の粘膜を切る
専用ナイフで慎重に剥ぎ取る
止血処理後、病変部は病理検査へ

「取材協力」康心会汐見台病院 045-761-3581

医学講座 参加無料

日時 1月30日(水) 14:00から
会場 ふれあい横浜ホスピタル 2階 会議室
講師 福田 周平 理学療法士

転ばぬ先の杖 ～身体と頭のリハビリテーション～

転倒予防のための運動や、認知症の予防になる脳のトレーニングなどの解説と実演!さらに家庭でできる簡単な体操もわかりやすく丁寧に紹介します! 皆さまお誘い合わせの上、是非ご参加ください。

次回予告
2月下旬開催予定 14:00から
【講師】 栄養科 山根慶子 管理栄養士
「生活習慣病と食事について」

医学講座 参加無料

日時 1月30日(水) 14:00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 栄養科 羽立 彩乃 管理栄養士

食事を取り組む認知症予防 ～今から認知症をしっかりと予防!～

高齢になると不安になる認知症。治すことは難しくても、予防することができるのが認知症です。今回は、予防のポイントである「食事」について説明します。どんな食材、どんな食べ方が良いのかをわかりやすくお話ししますので、お気軽にお越しください。

次回予告
2月下旬開催予定



アクセス 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
お問合せ ふれあい横浜ホスピタル 045-681-5101 (代表) 横浜市中央区万代町2-3-3



アクセス JR磯子駅、京急屏風浦駅よりバスで「汐見台ストア前」バス停下車徒歩2分
お問合せ 康心会汐見台病院 045-761-3581 (代表) 横浜市磯子区汐見台1-6-5

ふれあい横浜ホスピタル・通所リハビリテーション

効果的なりハビリと楽しいイベントで 心も身体も充実

内容が組まれたプログラムに
そって、週1〜4日にわたって
訓練を受けています。

地域病院である「ふれあい
横浜ホスピタル」では、日帰
りでリハビリテーションを受
けられます。ここでは、要介
護(1〜5)認定者あるいは
要支援(1〜2)認定者に、
心身の維持・向上を目的とす
るリハビリ訓練が提供され、
各利用者はそれぞれに必要な

訓練のほか、楽しいイベント
利用時間は10時〜16時。こ
の間、リハビリテーションだ
けでなく、体操やレクリエー
ションなどの楽しい内容にも
参加が可能。誕生日会や季節
のイベント、ボランティアの
訪問による合唱会の
鑑賞など、年間を通
してバラエティ豊か
な催しがあります。
その内容にはリハビ
リの要素が含まれて
いるものが多く、楽
しみながら機能改善
を図れる施設です。

スタッフが次のように話し
ます。「リハビリを必要とし
ている方の中には、ご自身
人では通所が難しい方も多
いのですが、当院でしたらそ
のような心配は不要です。
中区を中心とする地域で、ご
自宅まで送迎サービスを実施
しております(その他の地区
はご相談ください)。
また、ご希望の方は入浴も

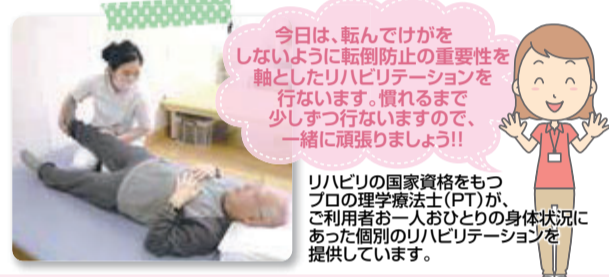


多彩なレクで毎回楽しむ姿が見られる
(「手洗いエッセッサー」を試す様子)

ふれあい横浜ホスピタル 中区万代町2-3-3 ☎045-681-5101

病院併設の高齢者施設 通所リハ ちょっとのぞいてみました Vol.1

病院併設のリハビリテーション施設として、国家資格保有者が、本格的なりハビリテーション・プログラムを提供しています。



ふれあい横浜ホスピタルでは、通所リハビリテーションの利用者を募集しています。施設の見学や詳細・リハビリの具体的な相談などは直接、ふれあい横浜ホスピタルにお問合せください。

司令塔として院内をまとめ、患者視線を最重要視する院長

○…「医師になりたい!」したいと強く感じたからで
と小学生の頃から思っています。昭和医科大学卒業後、
した。無医村問題などを 同大医局でキャリアをつみ、
り、人命に関わる仕事に尽く 2010年にふれあい東戸塚
ら、一医師として外来や病棟

この「人」に聞く



石代 欣一郎 医師
(こくだい きんいちろう)

ふれあい東戸塚ホスピタル 院長

【消化器内科】

日本外科学会 専門医
日本消化器外科学会 認定医
日本救急医学会 救急科専門医

○…「これまで消化器外科医
として幅広い手術を経験。「胃
や食道、大腸のほか、肝・胆・
膵などの消化器全般を治療し
てきました。『内科の服薬治
療では難しい疾患を、外科で
治したい』と思い、メスを執
りオペ室に立ちました。そ
のキャリアをもつて現在、ど
の診療科を受診すべきかわか
らないという来院者を、院長
自ら診察する「総合診療科」
(月午前/午後/金午前)
を担当。そのほか、消化器内
科外来診察・巻き爪専門外来
診察・内視鏡検査・人工透
析療法(全身管理)なども行
います」と精力的に語りました。

可能ですので、お気軽にご相談
ください。
当施設は病院に併設してい
るリハビリテーション施設の
ため、国家資格を有する理学
療法士(PT)が、専門的な
知識と技術を介してご利用者
さまに効果的なりハビリテー

シオンを提供しております。
是非、見学においでくださ
い。生き生きと、心と身体
健康のために、スタッフ一同
お待ちしております。
詳しくは、ふれあい横浜ホ
スピタル☎045・681・5
101代へお電話を。

住宅型のサウスウイングで
は、自宅で介護サービスを受
けるのと同じように介護保険
が利用できます。近くのケア
マネジャーがその人にあった
介護サービスを提案し、利用
者側も自分の希望を伝えるこ
とで、自分らしい介護ケアを
受けられる魅力があります。
それに対し、介護付のイー
ストウイングでは、いつも一
緒に過ごしているホームのス
タッフが介護サービスを提供
するので、気兼ねなくサービ
スが受けられ、さらにちょっ
と



サウスウイング
介護付の
イーストウイング

シニアホテル東戸塚 住宅型・介護付 選べる次世代型ホーム

食事付き見学会で体感を

「シニアホテル東戸塚」は、
東戸塚駅近隣の豊かな自然に
囲まれた閑静な住宅地にあり
ます。住宅型有料老人ホーム
「サウスウイング」と介護付
有料老人ホーム「イーストウ
イング」があり、どちらも病
院やリハビリ施設、ケアマネ
ジャーの事業所などが周辺に
ある安心感が人気です。



9階のレストラン(イースト)

「実際に行って見てみたいと
わからない上に、食べられる
とは、実生活を体感できてよ
かった」老人ホームの食事つ
て、意外と美味しいのね」な
どの声があがります。隣接病
院の診察科目も確認できるの
で、人工透析や糖尿病の治療
などで定期的に通院の必要が
ある人にもとても好評です。
今回の見学会は18日間で
す。土日や三連休もあるので、
家族など身内や友達を誘っ
て、都合のつく日にちを選ん
でみてはいかがでしょうか?
■期間
1月25日(金)〜2月11日(月)祝
※各日3組まで。要予約。
■交通
JR東戸塚駅西口・無料バス
施設には専用の無料駐車場有
■予約・問合せ
フリーダイヤルサウスウイング
☎0120・35・2240

ナッシングローズヴィラ鎌倉 通信 第2号

小さめである特徴を最大限に活かした小回りの効く、
手厚い介護が人気。家庭的な雰囲気が、
「高齢者施設に入居している」という一般的な感覚
とは異なり、温かいアットホームな日々を過ごすことが
できる珍しい介護付き老人ホームです。

特徴1 運営は医療・福祉の総合グループ「ふれあいグル
ープ」なので、管轄病院から現場の理学療法士が訪
問してリハビリテーションを提供します。医療現場で
施している本格的な内容で、さらにメニューも豊富。
リハビリを目的に入居する人も多いようです。

特徴2 季節催事も各家庭で行なわれるよう
に、お一人おひとりが関わりを感じる
ことができます。看護師も常駐して
いることから、イベントで張り切り
すぎても大丈夫。過剰介護を避け、「で
きることは自分で行ない、身体機能
の維持・向上を図る」という方針な
ので、ご自身が心ゆくまで楽しめます。

入居対象 ●おおむね65歳以上の
「自立」〜「要介護5」まで
空室のお知らせ 2018.12現在
●一人居室(19.12m²)
●二人居室(33.62m²)
※夫婦や姉妹入居用
ココ 鎌倉市上町733-1
TEL:0467-42-8666
1/26土〜2/10日 13:00から
予約・問い合わせ
「いつも誰かがそばにいる」
大船駅から2駅目の「湘南町屋駅」(湘南モノレール)から近く、
古都・鎌倉ならではの風情ある環境に佇むホームです。

看護・リハ職 体験してみませんか?

どんな思いを持つ中高生(または社会人)を対象に、
看護・リハ職スタッフの体験を実施しています。興味のある方(学校・個人)は是非どうぞ!
●「普段は知ることができない内容に触れ、
医療の世界に興味をもてました!」
●「病院の仕事の大変さがよく分かりました!」
●「見ていると簡単に思えたことも、
実際にやってみると難しかった…」
参加した生徒さん
からこんな声が!
＜リハ体験中の舞岡中の生徒さん＞
＜血圧測定体験中の名瀬中の生徒さん＞
＜理学療法士の指導を体感＞
★体験希望の方はお気軽にご連絡ください。日時・参加人数等、ご相談に応じます。
ふれあい東戸塚ホスピタル 045-827-2637



多発するのは今の時季！脳卒中にご用心

寒さが厳しい今の季節は、脳卒中（脳梗塞／脳出血／くも膜下出血）が増えます。冷たい空気に交感神経が刺激され、血管が収縮して血圧を上げ、血管が詰まるものです。血管が破れてしまうと（脳出血）や、出血の部位によっては（くも膜下出血）になります。

こんな症状は 脳梗塞の前兆かも？

すぐに検査を!!!

5~15分で消えたら危険

- 手や足の力が急に抜ける
- 片方の手や足がしびれたり、動きにくくなる
- 片方の目が一時的に見えにくくなる
- ろれつが回らなくなったり、言葉が出てこない
- 物につまづきやすい
- 片方の足をひきずって歩く
- 急にめまいが起こる

「脳・神経の心配ごと」は当院で解決を

ふれあい鶴見ホスピタルは、脳や神経に関する診療が充実している病院です。今回は、脳卒中の診療や脳ドック、専門外来を紹介します。

ふれあい鶴見ホスピタルは、脳や神経に関する診療が充実している病院です。今回は、脳卒中の診療や脳ドック、専門外来を紹介します。

「脳神経外科医」「リハビリテーション科」のほかに、「神経内科医」「リハビリテーション科」をはじめとする専門的な医師が診療

脳神経外科 (月)午後(水)(土)午前

診療項目
頭部外傷、嘔気・嘔吐、けいれん発作、顔面けいれん、めまいなど

物忘れ外来 (火)午後

加齢による忘れか、病的認知症の初期段階での忘れかを専門的に診る完全予約制の外来です。

MRIでの脳萎縮、動脈硬化性変化、無症候性脳梗塞、微小出血、脳動脈瘤(3mm以上)などのチェック、頸動脈超音波・血液・心電図の検査などから、専門医が総合的に脳卒中の起こりやすさを診断します。

石井 映幸 副院長 (脳神経外科専門医)

土屋 喜照 外来医長

神経内科 (金)午前

回復期 リハビリテーション病棟 102床

脳卒中後遺症などに対し、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が、日常生活の活動向上を目的としたリハビリテーションを専門的に実施する病棟です。

ふれあい鶴見ホスピタル

横浜市鶴見区東寺尾4-4-22

☎045-586-1717(代)

ふれあい鶴見ホスピタル

新設大学院の入試スタート!

湘南医療大学

横浜市戸塚区にある湘南医療大学は、今春開設する大学院「保健医療学研究科」へ修士課程の入試を始めました。受験区分は、「一般入試」「推薦入試」「社会人特別入試」に分かれています。入学希望者は、それぞれ1期(1月)と2期(2月)と3期(3月)の計3回、受験チャンスがあります。

Ⅰ期試験日/1月16日(水)	▽一般入試	▽推薦入試	▽社会人特別入試
Ⅱ期試験日/2月26日(火)	▽一般入試	▽推薦入試	▽社会人特別入試
Ⅲ期試験日/3月18日(月)	▽一般入試	▽推薦入試	▽社会人特別入試

湘南医療大学・大学院

横浜市戸塚区上品濃 16-48
JR 東戸塚駅から徒歩12分

募集要項(ダウンロード可)
や試験科目、出願などは大学公式HPで確認を。事前相談は入試事務室☎045・821・0115へお電話下さい。

通信教育で国試の受験資格を

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校の社会福祉専攻科は通信課程の学科です。次年度の入学生を募集しています。働きながら勉強したい人などのために、通信教育の方法で学習を進めていくため、学習の柱となるのは「自宅学習レポート作成」と「スクーリ

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校 社会福祉専攻科

【第6回】1/24(木)~2/13(水)

【第7回】2/14(木)~2/28(木)

出願 小論文(800字以内)

結果 出願最終日より10日以内

授業料 355,000円 (実習費含む、教材費別)

修業年限 1年6ヵ月

特典 厚労省教育訓練給付制度指定講座

問合せ 茅ヶ崎リハビリテーション専門学校 社会福祉専攻科 ☎0467(88)6725

受験希望者の願書受付開始

下田看護専門学校

下田看護専門学校は、段階を踏んだ着実なカリキュラムによって、専門知識と豊かな人間性を育む看護師育成の専門学校です。

国家試験に対する独自のサポートプログラムがあり、入学時から、長期にわたるフルサポートに定評があります。

25病院・49施設を有する「ふれあいグループ」に所属しているため、医療機関(病院)での実習のほか、幼稚園や介護老人保健施設、訪問看護ステーションなど、幅広い実習体験も可能です。同校卒業生は、グループ施設をはじめとする全国の病院・施設で活躍しています。開校以来、安定した就職を実現し、奨学金制度も充実している堅実な専門学校です。

同校のスタッフは「ぜひ一度、学校説明会や見学にお越しください。個別訪問も大歓迎です」と話しています。

一般入試の日程は、上表のとおり。詳細はホームページでご確認を。

一般入試日程

出願期間(必着)	試験日	合格発表
1回目 1/4(金) 1/22(火)	1/26(土)	2/5(火)
2回目 1/29(火) 2/12(火)	2/16(土)	2/26(火)

下田看護専門学校 静岡県下田市柿崎289
お問合せ: ☎0558-25-2211

入試のご案内 — 2019年度生募集 —

<p>茅ヶ崎リハビリテーション専門学校 ☎0467-88-6611</p> <p>一般入試 (理学療法学科、作業療法学科、言語聴覚学科)</p> <p>出願期間 1/28(月)~2/7(木)</p> <p>試験日 2/14(木)</p> <p>試験科目 理学療法学科、作業療法学科 ▶面接、小論文、英語 言語聴覚学科 ▶面接、作文</p>	<p>湘南医療大学 ☎045-821-0115</p> <p>一般入試Ⅰ期</p> <p>出願期間 1/7(月)~1/24(木)</p> <p>試験日 1/31(木)</p> <p>試験科目 看護学科 ▶面接、英語、国語、選択科目(1科目) リハビリ学科 ▶面接、英語、選択科目(1科目)</p>
<p>医療ビジネス観光情報専門学校 ☎042-744-9711</p> <p>指定校推薦</p> <p>出願期間 12/17(月)~1/31(木)</p> <p>面接、学科試験ともに免除 (選考を全て在学校長に一任し、書類受理と同時に入学許可となります)</p>	<p>下田看護専門学校 ☎0558-25-2211</p> <p>一般入試</p> <p>出願期間 1/4(金)~1/22(火)</p> <p>試験日 1/26(土)</p> <p>試験科目 面接、国語総合、作文、基礎学力(計算)</p>
<p>茅ヶ崎看護専門学校 ☎0467-86-6011</p> <p>一般入試</p> <p>出願期間 2/1(金)~2/22(金)</p> <p>試験日 3/2(土)</p> <p>試験科目 面接、国語総合、数学、小論文</p>	

募集中 一日看護&療法士体験

学校または学生ご本人からのご応募をお待ちしております。看護師やリハビリ療法士と共に行動し、実際の医療現場を体験してみませんか?

実施内容

- 患者さまの日常生活のケア援助の見学や一部体験
- 車椅子での介助、誘導
- 入院患者さまの食事配膳見学、一部体験
- シーツ交換、ストレッチャー乗車の体験
- 血圧測定の体験

※このほか、ご希望はご相談下さい。(救急の現場を見学したい、など)

白衣を着て体験します。(記念撮影あり!) 医療従事者を目指す方々の一助になれば嬉しいです!

MAP 康心会 汐見台病院 京急 横須賀街道 16 磯子駅

康心会 汐見台病院 横浜市磯子区汐見台1-6-5

☎045-761-3581

アクセス JR磯子駅、京急屏風浦駅よりバスで「汐見台ストア前」バス停下車徒歩2分

管理栄養士が監修 今月の絶品ごはん

胃腸の消化を促進/ 鶏肉の治部煮風

材料(1人分) 1人分カロリー:215kcal /塩分:1.4g

- 鶏もも肉 70g
- 生しいたけ 20g
- かぼちゃ 30g
- にんじん 30g
- 小松菜 15g
- 大根 70g
- 片栗粉 2g
- わさび 適量
- 塩 適量

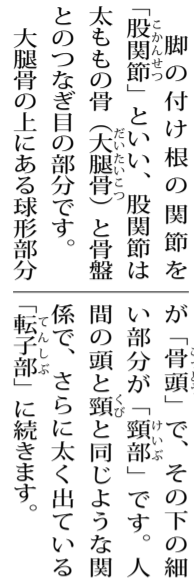
調味料

- しょうゆ 8ml
- 酒 5ml
- 砂糖 2g
- みりん 6ml
- 出汁 80ml

金沢の郷土料理「治部煮」に大根おろしを加えることで、大根の消化酵素「ジアスターゼ」の効果によって胃液の分泌が促されます。胃腸の消化を促進し、健胃効果が期待できます。 管理栄養士:穴田律子

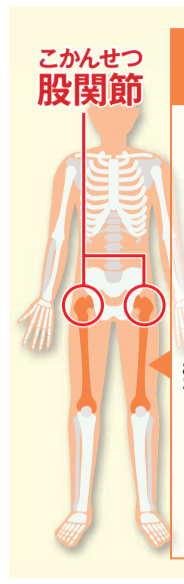
高齢者に多発！ 脚の太い骨が簡単に折れる原因は

歩行や直立に欠かせない脚の骨とそれをつなぐ関節。しかしこの部分の骨折は高齢者に多く、主な原因に骨粗鬆症があげられます。重症になると、ちょっとした接触でも骨が折れてしまうことがあります。



この大腿骨頸部の骨折は「大腿骨頸部骨折」、大腿骨転子部の骨折を「大腿骨転子部骨折」とよび、この骨折は高齢者に多く起きています。大きな外力が加わる交通事故や転落の際には若年層にも起きる骨折ですが、頻度はとても低いです。

原因は骨粗鬆症
高齢者に多発している理由は、大きな衝撃や転倒などがなくても、骨粗鬆症によって骨の強度が低下し、比較的軽い外力で骨折が起きています。



この大腿骨頸部の骨折は「大腿骨頸部骨折」、大腿骨転子部の骨折を「大腿骨転子部骨折」とよび、この骨折は高齢者に多く起きています。大きな外力が加わる交通事故や転落の際には若年層にも起きる骨折ですが、頻度はとても低いです。

骨粗鬆症 の専門診療とりハビリ

ふれあい鶴見ホスピタル
J.R・京急新子安駅から5分(無料シャトルバス)の「ふれあい鶴見ホスピタル」では、骨粗鬆症や股関節骨折に対する整形外科診療が評判です。担当の坂巻豊教副院長と田口英医師にお話を伺いました。

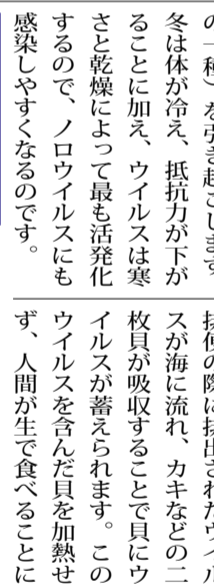
整形外科の患者さん
に年齢の偏りがありますか？
(坂巻副院長)「一般的な外傷(打ち身、捻挫、切り傷など)は、年齢層に限らず誰にでも起こり得るものです。しかし、骨粗鬆症と股関節の骨折は、加齢による影響が大きく、高齢者と切っても切れない関係にあります」

骨粗鬆症に対する主な診療内容を教えてください。
(坂巻副院長)「当院(ふれあい鶴見ホスピタル)では、外来診療で骨質を強くする注射治療を定期的に行なっています。また、骨密度を測るために適宜、X線検査を実施しております」

同じように、骨折対策についても教えてください。
(田口医師)「その通りです。当院の『回復期リハビリテーション病棟』では、バランス良い栄養摂取や、自分に合った運動習慣のほかに、つまづく可能性があるものを片づけるといった環境の整備も重要になります。身体面でいえば、やはり骨粗鬆症の予防が、骨折の回避につながります」

ノロウイルスが拡大感染しやすいワケ

「ノロウイルス」はウイルス性の感染症で、子どもから高齢者まで幅広い年齢層に急性胃腸炎(いわゆる「食中毒」の一種)を引き起こします。冬は体が冷え、抵抗力が下がることが加え、ウイルスは寒さと乾燥によって最も活性化するので、ノロウイルスにも感染しやすくなるのです。



感染ルートの一つに、二枚貝の生食があります。人間の排便の際に排出されたウイルスが海に流れ、カキなどの二枚貝が吸収することで貝にウイルスが蓄えられます。このウイルスを含んだ貝を加熱せず、人間が生で食べることに



判断が難しい感染の有無
ノロウイルスの感染判断はとも難しく、医療機関でないとわかりません。だからこそ、知らぬまま拡大感染するウイルスなのです。自分のためだけでなく周囲への感染を防ぐためにも、疑わしい時はすぐに検査を受けましょう。

東戸塚ホスピタル ノロ・インフル・麻疹徹底した感染対策

ノロウイルスやインフルエンザウイルスの対策
チームを組み、感染防止に努めている東戸塚ホスピタルの活動や、外来診療を紹介いたします。(取材協力)

(東戸塚HPスタッフ)「当院では、『感染制御チーム(ICT)』があり、患者さまやご家族(ご面会者さま)のほか、病院長スタッフを含めて、院内全体での感染症対策を行っております」

このチームのリーダーを務めるのは、総合診療科・織本健司医師です。専門的な医学知識から、流行している感染症の予防や薬剤耐性対策などを先頭に立って行なっています。さらに勉強会や感染症に関する院内の各種委員会の活動、病院全体の環境ラウンドチェックも毎月、実施しています」

チームリーダーの医師より
(織本医師)「今の時期は、ノロウイルスをはじめ、インフルエンザや麻疹などの感染症が流行ります。下痢や嘔吐、38度以上の高熱など、感染症が疑われる症状がありましたら、とにかく早めに当院・総合診療科(月・土曜日の午前午後)をご受診ください。*織本医師の担当日: 火曜日午前、金・土曜日午後
受診が遅れると、かえって症状が重くなり、治るまでに多くの時間や体力を消耗します。寒く乾燥するこの時期に「おやつ?」と感じる体調変化は、早めの受診が間違いないです。(東戸塚ホスピタル 045・827・2637)

医学講座 参加無料

日時 1月24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

ふれあい東戸塚ホスピタル 腎臓・人工透析内科 井上 純雄 副院長 東京大学 医学部卒

健康的な腸内環境とは ~腸管は内なる外界~

私たちの体内にある消化管の臓器には、億の単位の微生物が常在しています。微生物がいることで、腸内環境が保たれます。腸内環境について、当院の井上純雄副院長がわかりやすく説明いたします。

次回予告
2月28日(木) 13:30~14:30
【講師】呼吸器内科 本間和夫 副院長
「冬場の感染症対策」

アクセス 東戸塚駅西口より無料シャトルバス(13時00分、15分、30分)
ふれあい東戸塚ホスピタル
お問合せ 045-827-2637(代表)
横浜市戸塚区上品濃16-8

医学講座 参加無料

日時 1月24日(木)13:00~14:00
会場 ふれあい鶴見ホスピタル 1階 会議室

ふれあい鶴見ホスピタル 脳神経外科・総合診療科 土屋 喜照 医師 日本プライムケア連合学会認定医

誰にでも起こりうる脳梗塞の予防法 ~知っておきたい予防法について~

特別な病気ではない「脳梗塞」。誰にでも発症する可能性があります。今回はこの予防法について、当院の外来医長であり脳神経外科医である土屋喜照医師がわかりやすく解説します!

次回予告
2月21日(木) 13:00~14:00
【講師】内科 川崎 潤 医師
「その痛み、取りませんか? ~痛みを感じることなく、痛みを取る~」

アクセス JR(京浜急行)新子安駅より無料シャトルバス(約5分)
ふれあい鶴見ホスピタル
お問合せ 045-586-1717(代表)
横浜市鶴見区東寺尾4-4-22