

変形性膝関節症

「痛みの緩和」以上の結果を得る治療

人工関節置換術が向上

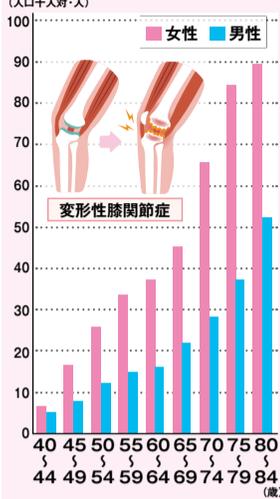
年を重ねると、膝や股関節、肩などに慢性的な痛みや違和感を抱える人が増えます。薬やリハビリによって緩和する方法がありますが、根治を目的とする手術治療もあります。

推定患者数3千万人

いわゆる「自転車こぎ」の自転車の運動経験がある人は、ような運動が、変形性膝関節症の予防に効果的であることが米国の発表されました。自転車が頻回なほどリスクが下がります。

関節症で通院している人

厚労省「国民生活基礎調査」(2013年)などを基に作成



全国的に膝痛に悩んでいる人は多く、「変形性膝関節症」の潜在的な国内患者数は、3千万人以上と推定されています(厚労省「介護予防の推進に向けた運動器疾患対策に関する検討会」2007年より)。

変形性膝関節症をはじめ、立ったり歩いたりすることに、は低下しますので、ご希望者には半年後の鏡視下手術で可動域再獲得を目指します(他院施行の人工関節機能不良例の受け入れも可能です)。

現在、腸骨大腿靭帯垂直度の高い「筋腱温存型」仰臥位前側方アプローチ(AL-Supine)で行なっており、翌日、全荷重歩行が標準です。

人工関節(右)と置換後のX線写真。硬化が進み、心臓疾患や脳卒中といった命に関わる病気を引き起こすことがあります。

取材協力

スポーツ医学と人工関節の融合

湘南東部総合病院 遠藤太刀男 副院長

湘南東部総合病院の整形外科部長を務め、「人工関節・関節鏡センター」を担当している遠藤太刀男副院長に、スポーツ医学における関節鏡視下手術と人工関節置換術について話を伺いました。

Q. 先生は、スポーツ医として活躍していたと聞きました。その頃は、どのような手術を多く扱っていたのですか?

A. (遠藤医師・以下同) 私がスポーツ医として活動していた2000年前後は、関節鏡視下手術(膝ACL鏡視下手術)や、肩反復脱臼・腱板断裂・SLAP損傷・肩関節鏡視下手術/テニス肘鏡視下手術を行っていました。その後、スポーツ可能な人工関節が登場したため、現在

Q. 現在は多くの人工関節手術があり、これらを先生が執刀しているのですか?

A. 人工関節は、2013年に先進医療「実物大臓器立休モデルによる手術支援」を導入、股・膝・足関節の中心が一軸上に並ぶ骨切りデザイン(片脚荷重伝達に有利/理論上は走れる)をcomp uter simulationで作成、個別のデザインガイドによる関節置換を継続しています(現在、保険適用)。

Q. 股関節も、同じような治療なのですか?

A. 人工股関節置換は、難

Q. 先生がセンター長を務めている「人工関節・関節鏡センター」で扱っている他の部位の人工関節手術について教えてください。

A. 人工肩関節については、肩鏡視下手術の技術を基に、リバースショルダー(反転型人工肩関節)の実施が可能です。



遠藤 太刀男 医師
湘南東部総合病院 副院長
整形外科 部長
人工関節・関節鏡センター長

- 日本整形外科学会 専門医
- 日本手外科学会 手外科指導医
- 日本人工関節学会 認定医

困難を生じ、日常生活に大きな支障が出ると、多くの人は「整形外科」を受診して、医師から痛みを緩和する薬の処方を受けたり(薬物療法)、運動療法、理学療法などが行なわれます。

このように質問をよく受けま す。高血圧、糖尿病、不整脈 狭心症...と、誰でも持病はあります。

「持病はありますか」と聞かれたら、何と答えればいいですか。

果たして、持病がない人などいるのでしょうか? 「病気がない」というのは、自分の体のことを知らない人だと思われ ます。一方で、「病気」と言われても、いつも笑っている人、楽しんでる人、幸福をかみしめている人は、健康なのです。

ふれあい健康友の会

入会金・年会費無料で、特別優待など各種サービスが受けられます

お友だち登録募集中!!

ふれあい健康友の会 検索

ふれあいの桜

介護福祉士 22.4万円/月給

介護士 1300円/時給

0466-86-9311

2023年1月オープンの新病棟

看護師・看護補助

を大募集

ご応募は、お電話かHPから

0467(86)6530

オンライン 医学講座

日時 8月29日(木) 14:00~15:00

講師 茅ヶ崎新北院 田畑 美香 ケアマネジャー

オンライン 医学講座

日時 8月28日(水) 14:00から

講師 湘南さくら病院 リハビリテーション科 大累 秀剛 作業療法士

聞いて役立つ介護保険(制度)のお話

介護が必要になった場合や、高齢の家族に対する支援で困った時に、相談できる窓口、あるいは専門的なスタッフについて、理解できていますか? 「介護保険」や「介護サービス」を利用して、どのようなことができるのかをわかりやすく説明していきます。

無料アプリを使って視聴する講座です

視聴には、事前に無料アプリ「Zoom」のインストールが必要です。

ご不明点は、左のお電話番号へお気軽にお問合せください。

茅ヶ崎新北院 0467-53-4111(代表)

作業療法を通した一週間の流れと認知症と誤嚥の関係性について

当院の3階病棟では、手芸や生け花、美容活動などを通した多彩な療養プログラムを用意し、その患者さまごとに合った生活時間を提供しております。今回の講座の後半には、認知症と嚥下の関係、さらに自宅でできる嚥下体操(一部)も紹介します。

QRコードから専用フォームで申込みを Zoom配信で行なう講座です。事前に当院ホームページからお申込みください。

右のQRコードを読み取ると申込みページが表示されます

※申込締切は、8月27日(木)11:00です。

ふれあいの桜(介護老人保健施設) 食事も期待! 通所リハ 毎日選べる献立が評判

湘南ライフタウンにある介護老人保健施設「ふれあいの桜」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。



療法師(右)がリハビリを楽しく提供している
一人ひとりに合う支援を

同施設のスタッフは、次のように話しています。「当施設では、二市に接している立地を活かし、入所だけでなく、ご自宅で生活している高齢の方が日中のお時間にお通いになって、ご自身のお体に必要なりハビリや介護を受ける「通所リハビリテーション」も提供しております。お通いの際、ご自宅への送迎サービスもご評判いただいております。



清廉な外観の「ふれあいの桜」

茅ヶ崎市からも藤沢市からもアクセスの良い「ふれあいの桜」は、介護老人保健施設に不自由を抱えて介護やリハビリを必要としている高齢者が、入所して支援を受けながら生活し、自宅で生活しながら定期的に通うことも、専門的になりハビリテーションや介護士による入浴などのサービスが受けられます。

身体機能を改善させる知識と技術をもつリハビリの専門家(理学療法士、作業療法士)が、その方に合った支援を分析し、心身機能が向上する介護サービスを提供しています。ふれあいの桜では、見学・体験利用が可能です。興味がある人は、お気軽にご相談をふれあいの桜
☎0466-86-9311
藤沢市遠藤446の1

自分の努力が 自分以外の幸せになる

○…新設したウイメンズセンター婦人科で、「女性の幸せと健康のために、できることに挑戦し続けたい」と意欲を語ります。東海大学医学部を卒業後、同大病院で子宮がんや卵巣がんの手術

抗がん剤治療、ライフステージによって変化する女性の悩み(更年期障害など)をはじめとする診療を行なってきた。「当センターでは各医師がさまざまな専門医資格をもっており、ほぼ全ての婦

人科疾患に対応可能です。どのような悩みも一人で抱えることなく、『こんなことも』と思う内容でも支援ができていますので、ご相談いただきたいと思っております。○…子宮頸がんでは、前が

この「人」に聞く



池田 仁恵 医師

(いけだ まさえ)
茅ヶ崎中央病院
【ウイメンズセンター婦人科】

日本産科婦人科学会 産婦人科専門医
日本女性医学学会 女性ヘルスケア専門医 ほか

「自分の努力が、自分以外の人の幸せになる」と即答し、受診者のその日、その時の様子によっても、支援のアプローチを繊細に変える池田医師。女性に寄り添う真の姿がありました。

ん病変(異形成)の段階で発見することで、(金午後)入院し、(土)に手術、(日)に退院して、翌月曜日から実生活に戻るスムーズな治療日程を実現させています。『サクセスフルエイジング』の考えから、ライフステージに合わせてた女性特有のニーズを意識した健康ケアや治療が大切です。時代に即したスピード感も」と、多忙な女性を応援する言葉が自然と続きます。(土)は手術だけでなく、外来診療も行なっています。○…医師になった理由を

求人 湘南東部総合病院
茅ヶ崎市西久保500

職種	医療事務
人数/資格	3名/資格不問
月給	182,300円〜

電話 ☎0467-83-9111
インターネット QRコードから

ふれあいグループ ~医療・介護・福祉・教育の関連施設(主に神奈川県内)でのお仕事をご案内~

お住まいと職場をマッチング!!

① まずはご応募から ② ご連絡を差上げます

☎0467-88-1263 担当/萩原 でのお問合せ・ご応募もOK!

急募 ワークライフバランスが良好! 医療・介護施設でのお仕事です。

正社員 調理師 または 栄養士

書類選考なしで 即、面接!

☎080(9455)2394 担当/タケシロ

保健師(または看護師)

採用は1名のみ

保健師・ケアマネ (看護師) 募集

☎0467-84-6321

経験ナシ OK

力仕事 自信アリ

正社員募集!

☎0467-84-0167

医療用品などの仕入れ・在庫管理・配送業務!

未経験スタートの先輩多数

安定の仕事

消防設備点検

☎0467-84-6680

夏の一時期入居 受付中

1泊2日3食付 11,000円

湘南ふれあいの園 湘南東部

で夏を過ごしませんか?

一時的に自宅での介護が難しい時、ご退院直後の不安定な時、ご家族の介護休暇等、短期間のショートステイや、「猛暑が心配なので夏の間だけ利用したい」などのご要望にお応えし、1カ月以上のミドルステイ、夏季の一時期入居を受け付けています。

お問合せはお気軽にご連絡ください。

☎0467-57-6050 茅ヶ崎市西久保745

茅ヶ崎中央病院・ウイメンズセンター婦人科

実は増えている「骨盤臓器脱」 外来で矯正治療が可能

茅ヶ崎中央病院は、今年度から新しい診療科「ウイメンズセンター婦人科」を開設し、婦人科疾患の相談、診断、治療を行なっています。所属医師は、三上幹男医師、池田仁恵医師Ⅱ号「この人に聞く」で紹介Ⅱ、信田政子医師、呉屋憲一医師、仲村勝医師です。今回は仲村医師に、婦人科疾患の中でも受診数が多い「骨盤臓器脱」について話を伺いました。

（仲村医師）「いきんだ時に、股から何か飛び出した感覚があったり、下着にいつも何か付着しているように感じている人はいませんか？それらのお悩みは、もしかすると『子宮脱』や『膀胱脱』の症状によるものかもしれません」

「こちらのウイメンズセンター婦人科で相談することができず、治療にならなったら、どのようなことをするのですか？」

（仲村医師）「はい、ぜひご相談ください。子宮脱、膀胱脱などは、総じて『骨盤臓器脱』と呼ばれます。骨盤臓器脱は、膣の前後の壁、子宮が下がってきてしまうことと定義付けられていて、原因は分娩による骨盤底筋の損傷や、加齢による子宮周囲の組織の衰えと考えられています。」

治療は、骨盤底筋を鍛える運動や、入院せず外来で処置が可能な『ペッサリ』という器具を挿入して矯正する方



診察室での仲村医師

法があります。これらを実施して改善されない場合は、手術による治療が選択されます。当院では、手術ではない保存的治療と手術法のどちらも行なっております」

手術では、お腹を切りますか？

（仲村医師）「手術の方法は、一つの術式に限られているわけではありませんが、その患者さまごとにベストな方法を考え、提案していきます。例えば、腹部を切らずに膣からアプローチして行なう『膣式手術』や、従来の開

腹手術のような切り方ではなく、腹部に小さな孔をあけて行なう『腹腔鏡下手術』を組み合わせた方法もあります。骨盤臓器脱では、重症度によって術式の選択が変わってきます。世の中的には、ロボット支援下でメッシュを用いた術式も多く行なわれております。骨盤臓器脱の程度によって術式は変わりますし、最近では特に、もとの体の組織を用いて修復する『膣式手術』が見直されてきています」

治療にも幅広い方法があるのですか？

（仲村医師）「はい。当院では、ロボット手術は行なっておりませんが、膣式手術や腹腔鏡下手術では、日本産科婦人科内視鏡学会認定技術認定医が担当することで、患者さまが安心できるように、安全な手術を提供しております。骨盤臓器脱をはじめとする婦人科疾患は、当院にご相談ください。」

取材協力

茅ヶ崎中央病院
ウイメンズセンター
婦人科

	月	火	水	木	金	土
午前	●	●	●	●	●	●
午後	●	●	●	●	●	●

骨盤臓器脱
腹腔鏡 子宮鏡 切開手術 アスリート 産後ヘルニア

記載のある内容以外も診察しています。詳細はHP参照、またはお問合せください。

ウイメンズセンター婦人科の所属医師



☎0467-86-6530(代)
茅ヶ崎市茅ヶ崎2-2-3 / 茅ヶ崎駅北口徒歩5分

湘南医療大学附属
下田看護専門学校

体験入学や学校説明会を通して入学を決めた約25%
新入生アンケート2024

一度、見学会や説明会にご参加を！

湘南医療大学附属
下田看護専門学校
静岡県下田市柳崎289
☎0558-25-2211
www.shimodakango.ac.jp

看護体験で得た喜び
実を結ぶための着実な歩み

湘南医療大学附属下田看護専門学校では、学生の生活をしっかりとサポートしていくために、毎年、新入生にアンケート（入学を決めた理由や、入学後の生活などについて）を実施しています。

今年度のアンケート結果では、「実際に学校を訪れ、説明

明などを聞いて進学を決めた」という回答が多く、25%にのびりました。新入生の4人に1人が、看護の世界にふれ、自分で体験をした上で、入学を決意したことがわかりました。

1年次は勉学に苦勞しても、3年次に飛躍的な成長を遂げる学生もいて、諦めずに頑張った姿を見ると、私たちも嬉しい限りです。

大変なことも多い看護師への道ですが、同じ夢をもつクラスメイトと一緒に、必ず乗り越えていけるのが、本校の特長です。

有意義な時間をお約束！
現役学生による学校紹介

茅ヶ崎看護専門学校

病院やクリニック、介護現場、福祉施設などで起る課題や、現代医療に求められる力をカリキュラムの中に反映させて、基礎知識だけでなく、即戦力となる人材を育てている「茅ヶ崎看護専門学校」を紹介します。

7月9日・24日にOC

同校は、神奈川県最大級の医療グループ「ふれあいグループ」に所属する看護師養成が大きな特徴です。

同校では、夏休み中の8月7日(水)、9日(金)、24日(土)（各13時～16時）にオープンキャンパスを開催し、看護師を目指す人が、看護技術の体験ができた、学生生活の疑問を解決できる絶好の機会を設けています。

同校のスタッフは、次のように話しています。

「勉強や学生生活の中で困難に直面することもありますが、看護師になりたい気持ちは強ければ、本校での3年間の中で多くが解決できます。私たち教職員は、国家試験に合格して全員が卒業し、看護師として羽ばたいてほしいと思います。学生と接しています。

保護者の参加も多い

開催日ごとに異なる内容を企画し、在校生も積極的に参加する同校のオープンキャンパス。有意義な学校見学会を期待している人は、茅ヶ崎看護専門学校に申し込みを！特に同校のオープンキャンパスでは、友人や保護者と一緒に来校する人が増えています。

開校して以来、茅ヶ崎看護専門学校は、友人や保護者と一緒に来校する人が増えています。

成校です。グループ内の各施設（医療・保健・福祉・教育）が綿密に連携しているため、看護の専門性だけでなく、横断的な知識も習得できることが大きな特徴です。

同校では、夏休み中の8月7日(水)、9日(金)、24日(土)（各13時～16時）にオープンキャンパスを開催し、看護師を目指す人が、看護技術の体験ができた、学生生活の疑問を解決できる絶好の機会を設けています。

同校のスタッフは、次のように話しています。

「勉強や学生生活の中で困難に直面することもありますが、看護師になりたい気持ちは強ければ、本校での3年間の中で多くが解決できます。私たち教職員は、国家試験に合格して全員が卒業し、看護師として羽ばたいてほしいと思います。学生と接しています。

すきま時間のドライバーデビュー！

湘南東部総合病院の送迎ドライバーの求人広告です。

主に茅ヶ崎市内を運転(送迎車)していただきます

詳しくは **お電話** または **ホームページ** で!

☎0467(83)9111

担当/総務課 ワタナベ

応募書類
自動車運転免許証(普通または中型)・運転記録証明書など

介護のお仕事

未経験でも大歓迎

今時代に重要視されている職種です。現場経験がなくてもご応募を！

入所フロア担当 3名
通所リハビリ担当 1名

常勤/非常勤の選択可能
医療費の補助あり(勤務制による)
ボーナス年3回(同上)
社会保険完備 など

給与などの詳細、ご応募はこちら▼

介護老人保健施設 **湘南シルバーガーデン**

〒平塚市袖ヶ浜1-12(平塚駅南口から徒歩12分)
☎0463-23-7151 silver-g@fureai-g.or.jp

医療スタッフ募集

薬剤師 / 臨床検査技師 / 介護福祉士(デイケア担当)

ご希望者・お問合せはお気軽にご連絡ください

医療法人 大樹会 **ふれあい鎌倉ホスピタル**

〒248-0012 鎌倉市御成町9-5(鎌倉駅西口から海方面・御成通りを徒歩3分)

☎0467-23-1111(代) kama-hos@fureai-g.or.jp

2020年竣工の新病院
ブランク明け歓迎
駅近!人気エリア

詳細・応募はこちら

おそうじ好きさん!

わたしたちと一緒に働きませんか?

勤務:茅ヶ崎,平塚,鎌倉などの主に医療・介護系施設での清掃業務

お問合せ...リード商会 清掃事業部 ☎080-7646-1764(菅原)

パート 時給1112円
常勤 要自動車免許

湘南医療大学

公開講座

申込み受付中

全講座受講無料

教育・研究の成果を社会に還元し、地域の健康増進に資するため、無料の公開講座を開催します。当日は大学の入試相談会も行ないます。

8/9(金)

18:00開演

海老名会場
海老名市文化会館

8/21(水)

18:00開演

蒲田会場
TIME SHARING 蒲田第二美須ビル

演題	講師
骨粗鬆症の診断と治療	相澤 医師 鎌瀬厚生病院
薬局薬剤師のお仕事紹介~薬局から出て、こんなこともしています~	竹内 准教授 湘南医療大学 薬学部
認知症の方の感じている世界を知る	佐々木 准教授 湘南医療大学 看護学科
作業療法士はこころと身体に関わるリハビリテーションの専門職	三川 准教授 湘南医療大学 リハビリテーション学科
演題	講師
肝胆膵がんについて	大川 医師 湘南東部総合病院 院長
痛みを取り除く!緩和ケア~医療用麻薬を中心に~	鳥越 准教授 湘南医療大学 薬学部
ストレスコーピングでセルフケア	片山 教授 湘南医療大学 看護学科
運動による認知症予防~理学療法士がどこまで貢献できるか?~	斉藤 准教授 湘南医療大学 リハビリテーション学科



ふれあい鎌倉ホスピタル 呼吸器専門外来 平田 敏樹 院長

（平田院長）「当院では、神経内科や血液内科、循環器内科、呼吸器内科の部門を専門とする医師をそろえ、総合的な内科診療を可能にしています。さらにそれぞれの専門診療の時間を確保して多様な専門外来を設置し、各症状・病気に長けた医師が直接診療

「当院には呼吸器の専門性をもつ医師が、私を含めて3名おります。肺がん、アレルギー性疾患（喘息など）、肺炎や肺結核を含む感染症、慢性閉塞性肺疾患（COPD）などを扱っています。治療は、薬を処方する薬物療法だけでなく、酸素療法、人工呼吸療法、理学療法、食

療も行なっております。当院は外来だけでなく、入院診療も承っております。ふれあい鎌倉ホスピタル 0467-23-1111(代) 鎌倉市御成町9の5



「お尻から太ももの裏やふくらはぎにかけてしびれ、重むと歩けるようになる」といった症状に心当たりはありますか？「腰部脊柱管狭窄症」を発症している方も少なくありません。腰部脊柱管狭窄症は、背骨の中にある神経の通り道「脊柱管」が、腰の辺りで狭くなっていく状態です。その中を走る神経が圧迫されるので、下肢などに痛みやしびれが起こります。症状の中でも「間欠跛行」は大きな特徴です。長い距離を歩くことができず、歩いては休み、歩いては休みという行動を繰り返します。しゃがんだり前屈すると、脊柱管の圧迫が解放されて痛みが楽になり、歩けるようになるからです。シヨッピングカートを押して歩くと楽に動けるのも、この痛みや症状が影響している可能性があります。

「便秘などの症状が出るケースもあります。腰部脊柱管狭窄症はこの他にも、一見して腰と関係がないように思える「排尿障害」も、この痛みや症状が影響している可能性があります。腰部脊柱管狭窄症は、この他にも、一見して腰と関係がないように思える「排尿障害」も、この痛みや症状が影響している可能性があります。

「腰部脊柱管狭窄症」が関係している場合があり、整形外科では、保存的治療（薬物療法、装具療法、運動療法など）によって、痛みの改善を行なっています。さらに当院には、リハビリテーション科がありますので、理学療法士を中心に、腰痛悪化の予防に効果的なリハビリテーションの提供も可能にしています。リハビリテーション科について、もう少し詳しく教えてください。ふれあい平塚ホスピタル 0463-22-4105(代) 平塚市袖ヶ浜1の12

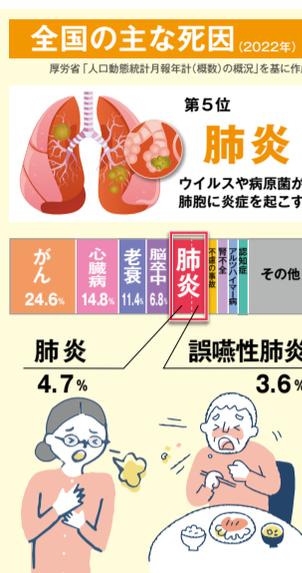
ふれあい鎌倉ホスピタル・呼吸器診療 専門の3医師が直接治療 酸素療法なども取り入れ

ふれあい鎌倉ホスピタルで院長を務めている平田敏樹医師に、同院の専門治療や呼吸器の外来について話を伺いました。〈取材協力〉

ふれあい平塚ホスピタルでは、今春から「整形外科」の診療枠を拡大しただけでなく、リハビリテーション科と連携し、それぞれの症状に合う治療・施術内容を考え、提供しています。同院スタッフにお話を聞きました。

初めて貴院にかかる場合に、特別料金などが必要になりますか？（医事課スタッフ）「当院は、初診でも診療費以外の特別料金はかかりませんので、ご安心ください。腰痛や腰部脊柱管狭窄症でお悩みの方は、お気軽にご相談ください。手術が必要になる場合でも、当院が所属する『ふれあいグループ』の連携を活かし、多くの手術実績をもつ『湘南東部総合病院』や『茅ヶ崎中央病院』などの近隣病院の紹介を行なっております。〈取材協力〉

「腰部脊柱管狭窄症」が関係している場合があり、整形外科では、保存的治療（薬物療法、装具療法、運動療法など）によって、痛みの改善を行なっています。さらに当院には、リハビリテーション科がありますので、理学療法士を中心に、腰痛悪化の予防に効果的なリハビリテーションの提供も可能にしています。リハビリテーション科について、もう少し詳しく教えてください。ふれあい平塚ホスピタル 0463-22-4105(代) 平塚市袖ヶ浜1の12



「肺炎」とはその名の通り、肺に起こる炎症のことです。細菌やウイルスの感染が原因で発症します。症状は、咳・痰などの、多くの人が思い浮かべる呼吸の困難だけではない。重症化しないように、注意を払っていく必要があります。

「お尻から太ももの裏やふくらはぎにかけてしびれ、重むと歩けるようになる」といった症状に心当たりはありますか？「腰部脊柱管狭窄症」を発症している方も少なくありません。腰部脊柱管狭窄症は、背骨の中にある神経の通り道「脊柱管」が、腰の辺りで狭くなっていく状態です。その中を走る神経が圧迫されるので、下肢などに痛みやしびれが起こります。症状の中でも「間欠跛行」は大きな特徴です。長い距離を歩くことができず、歩いては休み、歩いては休みという行動を繰り返します。しゃがんだり前屈すると、脊柱管の圧迫が解放されて痛みが楽になり、歩けるようになるからです。シヨッピングカートを押して歩くと楽に動けるのも、この痛みや症状が影響している可能性があります。

「腰部脊柱管狭窄症」が関係している場合があり、整形外科では、保存的治療（薬物療法、装具療法、運動療法など）によって、痛みの改善を行なっています。さらに当院には、リハビリテーション科がありますので、理学療法士を中心に、腰痛悪化の予防に効果的なリハビリテーションの提供も可能にしています。リハビリテーション科について、もう少し詳しく教えてください。ふれあい平塚ホスピタル 0463-22-4105(代) 平塚市袖ヶ浜1の12

死を招く肺炎 暮せる・無気力は要注意！ 初期の気付きが大切

日本人の死因で5番目に多い「肺炎」。人ごとと思わず、自分や家族が罹患する可能性を考え、予防していきましょう。

「肺炎」とはその名の通り、肺に起こる炎症のことです。細菌やウイルスの感染が原因で発症します。症状は、咳・痰などの、多くの人が思い浮かべる呼吸の困難だけではない。重症化しないように、注意を払っていく必要があります。

肺炎球菌と誤嚥性肺炎

成人の肺炎では、「肺炎球菌」という細菌に感染して発症する場合があります。これが血液中に回ると敗血症を引き起こします。しかし肺炎球菌には、予防のためのワクチンがあります。まだワクチン接種を受けていない高齢の家族がいる場合は、自治体や実施医療機関に聞いてみましょう。他にも、肺炎の種類に「誤嚥性肺炎」という危険なものがあります。高齢や病気が影響して、飲食物をうまく飲み込むことができず、菌と一緒に気道（呼吸器）に入ることによって発症する肺炎です。

間欠跛行

「お尻から太ももの裏やふくらはぎにかけてしびれ、重むと歩けるようになる」といった症状に心当たりはありますか？「腰部脊柱管狭窄症」を発症している方も少なくありません。腰部脊柱管狭窄症は、背骨の中にある神経の通り道「脊柱管」が、腰の辺りで狭くなっていく状態です。その中を走る神経が圧迫されるので、下肢などに痛みやしびれが起こります。症状の中でも「間欠跛行」は大きな特徴です。長い距離を歩くことができず、歩いては休み、歩いては休みという行動を繰り返します。しゃがんだり前屈すると、脊柱管の圧迫が解放されて痛みが楽になり、歩けるようになるからです。シヨッピングカートを押して歩くと楽に動けるのも、この痛みや症状が影響している可能性があります。

「腰部脊柱管狭窄症」が関係している場合があり、整形外科では、保存的治療（薬物療法、装具療法、運動療法など）によって、痛みの改善を行なっています。さらに当院には、リハビリテーション科がありますので、理学療法士を中心に、腰痛悪化の予防に効果的なリハビリテーションの提供も可能にしています。リハビリテーション科について、もう少し詳しく教えてください。ふれあい平塚ホスピタル 0463-22-4105(代) 平塚市袖ヶ浜1の12

オンライン 医学講座

日時 **8月28日(水) 15:00から**

講師 **ふれあい平塚ホスピタル 日本糖尿病療養指導士 黒島 知穂 管理栄養士**

公開栄養指導 ～食生活で変わる、あなたの未来～

生活習慣病の予防・治療には、バランスのとれた食生活が大切です。しかし、長年の習慣はやめられないというのが、本音だと思います。糖尿病の療養指導士として活躍している管理栄養士が、病院の食事指導と、食生活の改善方法を紹介します。

視聴には、事前にお申込みが必要です

右のQRコードから、当院ホームページの「お申込みフォーム」を表示できます。

視聴希望の方は、こちらのページから事前にお申込み(ご予約)をお願いいたします。

お問合せ 0463-22-4105(代) 平塚市袖ヶ浜1-12

オンライン 医学講座

日時 **8月27日(火) 14:00から**

講師 **ふれあい鎌倉ホスピタル 外科 小島 淳一 医師**

機能性ディスぺプシアについて

胃痛や胃のもたれなどの症状を抱え、胃の検査を受けてみたが「異常なし」との結果に、困惑している人は、もしかすると「機能性ディスぺプシア」を発症しているかもしれません。あまり知られていない一方で、患者数は少なくないこの病気を解説します。

視聴方法はホームページをご覧ください

事前に当院のホームページをご覧ください。設定の準備をして視聴ください。

不明点などは、お気軽にお電話(左記)でお問合せください。

お問合せ 0467-23-1111(代表) 鎌倉市御成町9-5

ナースグローブヴィラ鎌倉

介護付有料老人ホーム

0467-42-8666

rosevilla@fureai-g.or.jp

2名 大募集!

人柄重視 資格取得を支援 人に喜んでもらう仕事

ふれあいファーム

シニア応援! 植栽スタッフ募集

0467-88-1263

recruit@fureai-g.or.jp

年齢制限なし 時給1112円 パート(非常勤) 必要な資格なし