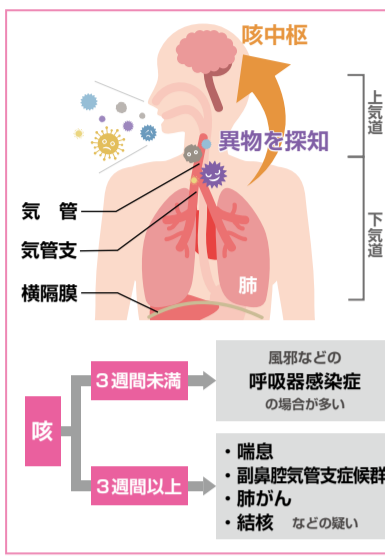


## 風邪か、そうではないか 三週間以上の咳に警戒

気道に埃やウイルスが入ると、人間の体は咳をして、体内から排出しようとします。しかし、咳が長引いた時は注意が必要です。

人間の体には、肺や気管支などの「呼吸器」と呼ばれる器官があります。呼吸をして空気が通る気道に、埃や病原菌などの異物が入った場合には、排除しようとする防御反応が人間には備わっています。それが咳という行為です。



## 長引く咳

### 風邪薬が効かない理由

さがみ野中央病院 内田 耕 医師

県央エリアにある「さがみ野中央病院」で内科を担当している内田耕医師に、長引く咳の原因と対処法について話を伺いました。

「咳が長引く場合、どのような病気の可能性がありますか?」

「原因が肺にあるものだと肺炎や肺がんなどの可能性があります。気管支に原因がある場合には、咳喘息や喘息の可能性ががあります。ですから、咳が長引いている症状には、」

「「原因が肺にあるものだと肺炎や肺がんなどの可能性があります。気管支に原因がある場合には、咳喘息や喘息の可能性ががあります。ですから、咳が長引いている症状には、」



さがみ野中央病院 内科 内田 耕 医師

「咳が長引くことあります。これが咳喘息です」

「長引く咳には、どのような薬が効きますか?」

「去痰薬が成分となった市販の風邪薬を飲まれる方がいますが、これは痰を出しやすくするものです。減らす薬ではないので、痰をとまう咳にはこのような薬は効きません。ステロイドには、喘息などのアレルギーを抑えて痰を減らす効果があります。アレルギー体質の方は咳の出始めから吸入ステロイドを使い、症状を長引かせないことが大切です」

「何でも無い時に出現してしまう咳について、予防する方法はありますか?」

「病気でなくても、気管支が刺激されると咳は出ます。タバコの煙、埃、冷たい風(冷氣)などを避けることが、咳の予防になります」。

「取材協力/さがみ野中央病院 海老名市東柏ヶ谷6の20の20」

## 咳き込む原因

気道に異物が入ってくる、気道の粘膜にあるセンサー(咳受容体)が感じ取ります。その刺激が脳にある咳中枢に伝わり、横隔膜などの呼吸筋に指令が送られて咳を出します。

三週間に満たない程度で治まる咳は、風邪をはじめとする呼吸器感染症であることが一般的ですが、それ以上の期間にわたって咳が続く場合は、喘息などのアレルギーの可能性や、副鼻腔気管支症候群、肺がん、結核などの病気の疑いが出てきます。

また、普通の風邪であっても、気管支炎や肺炎に移行するケースもあります。

咳一つでも気になる症状は、そのままにせず、できるだけ早く内科や呼吸器内科で診てもらいましょう。

## 高齢者の骨折 早期から「寝たきり」を阻止! 術後リハビリの重要性

高齢者の中でも、特に女性に多い大腿骨の頸部(太ももの付け根部分の骨)の骨折。骨粗鬆症を抱えて骨がもろい状態にある年配者が、転倒などによって発症する整形外科疾患です。

この部分の骨は、折れるとくっつきにくいので、歩けるように治すために、多くは手術が行われます。

術後リハビリの重要性

## 整形外科年間手術250件 術後まで充実治療の環境

綾瀬厚生病院 相澤 智史 医師

綾瀬厚生病院の整形外科は、月・土曜日(木曜日は午後のみ、金曜日は午前のみ)に外来診療を行なっています。担当の相澤智史医師に、よくある相談内容を紹介していただきました。

### よくある相談①

日常生活でのけがではなく、交通事故の負傷でも貴院にかかることはできますか? (相澤医師)「はい、可能です。当院の整形外科では、交通事故や労働災害、スポーツでのけがも扱っています。整形外科全体の手術数は、年間250件にも上り、外傷の縫合手術のほか、脊椎手術、人工関節手術、骨折骨接合手術、膝関節鏡手術などを行なっています」。

### よくある相談②

ヘルニアや関節症などの慢性疾患も扱っていますか? (相澤医師)「もちろんです。ヘルニアや関節症などの慢性疾患も扱っています。確かに、手術をした後、次の日から体が元気になるわけではありません。整形外科疾患では、リハビリがとても大切です。当院では、リハビリに特化した『回復期リハビリテーション』

ための治療が、手術という方法になるのですが、患者は高齢であるために、治療による安静が体を動かす頻度を減らし、筋力を衰えさせてしまう場合があります。骨折を原因として、「寝たきり」状態になる高齢者は、少なからずいます。

高齢者が寝たきりにならないように骨折の手術をするためには、治療そのものを早期から行なうこととセットで、充実した術後のリハビリテーションが必要になります。

「訪問リハビリテーション」も、当院にはあります。

患者さまの状況に応じた質の高い医療の提供に努めることで、患者さまが治療に専念できる療養環境を整えています。〈取材協力〉

**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

**介護士さん大募集!**  
介護福祉士・介護職員初任者研修修了者  
年間休日 124日  
ボーナス (前年実績) 4ヵ月分/年  
南林間駅・動園駅から無料シャトルバス通勤が可能。もちろんマイカー通勤もOK! 安心の保育施設完備。  
成和ナーシングプラザ  
お気軽にお問合せください。  
介護福祉士 22.5万円/月  
介護士 1350円/時給  
046-272-1515  
大和市南林間9-8-9 (無料シャトルバスあり)  
n-jimu@fureai-g.or.jp

**看護補助 求人** 常勤 非常勤  
195,000円/月 1,300円/時給  
人と接する仕事が好きな方にピッタリ! 安定した業界でぜひ活躍を。  
ふれあい町田ホスピタル 042-798-1121  
東京都町田市小山ヶ丘1-3-8

**医学講座** 会場: 綾瀬厚生病院 産婦人科棟4階 多目的室  
日時 12月25日(水) 15:00~16:00  
講師 綾瀬厚生病院 眼科 砂田 菜穂子 医師  
参加無料  
**眼科診療について ~白内障の診断・治療とは~**  
目の受診では、暗い部屋に入り、眼科ならではの検査をすることがあります。皆さまは、目の治療というと、どのようなことを思い浮かべますか?今回は、眼科診療の裏側を紹介いたします。白内障の治療や検査についても解説いたします。  
お問合せ・ご予約  
綾瀬厚生病院  
0467-77-5111 (代表)  
神奈川県綾瀬市深谷中1-4-16

**医学講座** 会場: さがみ野中央病院 1階 リハビリテーション室  
日時 12月23日(月) 13:00から  
講師 さがみ野中央病院 整形外科 井上 宏介 医師  
参加無料  
**ロコモティブシンドローム ~ロコモ予防で健康寿命を延ばす!~**  
生命の長さである「平均寿命」と、介護の必要がなく自立して生活できる人生の長さの「健康寿命」との間には、約10年の差があります。健康寿命を脅かす一因となっているロコモティブシンドロームを紹介し、その原因と対策について解説します。  
お問合せ・ご予約  
さがみ野中央病院  
046-233-5110 (代表)  
神奈川県海老名市東柏ヶ谷6-20-20

# 大和成和病院 手術の名脇役となる麻酔科 厳正な術中管理

大和成和病院で麻酔科に所属している渡辺 衿医師に「この人に聞く」で紹介し、麻酔の効果などについて話を伺いました。



麻酔は、痛みを感じさせないために行なうものなですか？  
（渡辺医師）「手術の際には、全身麻酔や局所麻酔が行なわれますが、これは単に痛みをとることを目的としているのではなく、手術によって受けるさまざまなストレスから、体を守る作用があります。麻酔科医の使命は、その患者さまに適するように麻酔を調整し、薬剤や医療器具を用いて心肺機能を補助しながら、術中の体のストレスを最小限にして、安全性を最大限に高めることにあります」

貴院の手術の特徴について、教えてください。  
（渡辺医師）「当院は循環器を専門とする病院ですので、心臓を直接的に扱う繊細な医療となり、より一層、慎重な麻酔管理が必要になります。術前の麻酔方法の検討だけでなく、術中も患者さまの変化する意識や呼吸、体温、免疫機能などについて適切な状態管理を行ない、緊急時はいつでも対処できる態勢を整えています。安全な手術を行なっていくために、厳正に定められた当院ならではの規定もあります」

麻酔科医として、手術に対する心構えなどがあれば教えてください。  
（渡辺医師）「全ては、手術を受ける患者さまのために、執刀医が集中して治療を行なっていくのが麻酔科医です。術後合併症などのリスクをとまなう手術も少なくありません。「患者さまがご自身で歩き、笑顔でお話ししながら退院できることを、心から願っています。そのため、術中の生体モニター（心電図や酸素飽和度など）を麻酔科医として専門的に管理するだけでなく、病室でも、心臓医療の『ハートチーム』の一員として、しっかりと回診しています」



心電図  
心拍数  
血圧  
体温  
尿量  
酸素飽和度  
など

## この「人」に聞く



**渡辺 衿** 医師  
（わたなべ えり）  
大和成和病院  
【麻酔科】

日本麻酔科学会 専門医  
日本小児麻酔学会 認定医

「一般的な病院では、たとえオペ室スタッフであっても、他の外科手術と一線を画す心臓手術の技術を、全員が有しているとは限らないこともあります。しかし当院ではその懸念が不要で、執刀医だけでなく、看護師や臨床工学技士などの全ての医療者が、心臓手術に対して高度な共通認識とキャリアをもつて進めていくので、確実な医療となり、患者さまにより良い治療が提供できています」といいます。

「患者さまがご自身で歩き、笑顔でお話ししながら退院できることを、心から願っています。そのため、術中の生体モニター（心電図や酸素飽和度など）を麻酔科医として専門的に管理するだけでなく、病室でも、心臓医療の『ハートチーム』の一員として、しっかりと回診しています」

「……高校時代に手術を受けたことがきっかけで、医師になつた渡辺医師。「麻酔科は、言語という手段に頼らずとも、術中をほじめ、患者さまのお体の『声』を受け取る先鋒となります。寄り添う医療を大切にしていきたいです」と終始、純直な言葉で語りました。

**看護補助のお仕事**

いつの時代も求められる 安定の職種に就きませんか？

介護職員初任者研修 (旧ホームヘルパー2級) 常勤スタッフ 数名  
資格不問 非常勤スタッフ 数名

給与などの詳細、申込みはこちらへ▼

医療法人社団 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  
✉tsurumi@fureai-g.or.jp

**介護士 常勤スタッフ募集**

介護老人保健施設「ふれあいの町田」

勤務 日勤・夜勤 (非常勤相談)  
資格 特になし ※介護資格所有者歓迎！  
月給 213,000円～  
待遇 介護加算手当 ほか 医療費補助制度 など

応募連絡先/電話またはメール  
応募連絡後、履歴書を郵送  
〒194-0215 東京都町田市小山ヶ丘1-3-7  
採用担当者宛  
☎042-798-2001  
✉machida-rk@fureai-g.or.jp

◆長期勤務によるキャリア形成のため、若年層を積極採用

**シニア応援！ 植栽スタッフ募集**

医療機関の敷地庭園や草花のお手入れ

ふれあいファーム

詳しくは ☎0467-88-1263  
✉recruit@fureai-g.or.jp まで！

勤務地：町田市小山ヶ丘

年齢制限なし 時給1163円 パート(非常勤) 必要な資格なし

**看護師募集**

大和成和病院

担当部署・事業人数はこちらからご確認ください

OPE 病棟 外来

**お住まいと職場をマッチング!!**

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～

まずはご応募から 便利なQRコードでエントリーを！  
ご連絡を差上げます ふれあいグループから追ってご連絡致します。

電話 ☎0467-88-1263 担当/萩原)でのお問合せ・ご応募もOK!

**管理栄養士 常勤スタッフ1名募集**

経験者を積極採用  
キャリアによって優遇あり

ご応募は 電話・メール・ホームページ どれからでもOK!

ふれあい町田ホスピタル  
☎042-798-1121 (受付8:30～17:00)  
✉machida-hosp@fureai-g.or.jp

東京都町田市小山ヶ丘1-3-8 (多摩境駅・南大沢駅から徒歩バス通勤可能)

**シニア生活の安心×高級感**

1月末までの新入居対象 入居一時金 **800万円** 限定4室

ご自身の目と感覚で館内を確認できる **シニアレジデンス町田の3大特徴**  
見学 ランチ体験 体験入居

介護付有料老人ホーム「シニアレジデンス町田」は、多摩丘陵の豊かな環境に恵まれた快適な暮らしと、同一建物内に連携病院を構えているため、日常だけでなく緊急時も同じ屋根の下で解決できる医療の安心感があります。上品なホテルのように、ゆったりとした居心地も評判です。

1 セミナーも受けられる  
2 当日の昼食を味わう  
3 お得なキャンペーン

今回の見学期間は12/7～22の2週間。ご希望者には、施設の選び方が学べるセミナーも開催。事前にお申込みを。

館内の見学だけでなく、施設で実際に提供している当日の昼食そのものをお召し上がりいただけます。要予約。

現在、お得な価格で体験入居を提供中！3食と介護が付いて1泊2日が11,000円で利用できます。

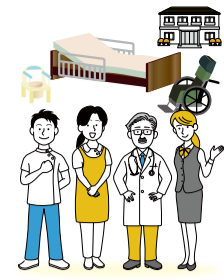
介護付有料老人ホーム **シニアレジデンス町田** 東京都町田市小山ヶ丘1-3-8 ☎0120-86-6534

小山長池トンネル南 パーミヤン 南多摩斎場西 エネオス トイザラス コストコ Pココ

Xmas イベントランチ

### 介護老人保健施設

## 支援のプロが集結「老健」 賢い利用方法とは



高齢者が入所できる施設には、介護付有料（介護付有料老人ホーム）や、特養（特別養護老人ホーム）をはじめとする多くの種類があります。その中でも、老健（介護老人保健施設）は、要介護認定を受けている人が入所できる施設です。病状が安定しているため、病院に入院して治療を受ける必要がない一方で、リハビリテーションや看護、介護などを必要としている状態の高齢者が入所対象です。

老健に所属する専門スタッフの充実さは、その医療的な性質から、高齢者施設の中でも高くあります。利用方法で多いのは、病院を退院した直後はまず老健に入所して、必要な支援を受けることで生活動作に自信をつけ、その後本格的な自宅復帰をしていくパターンです。また、本来の入所形式ではない、期間限定の「ショートステイ」という短期の利用も、盛んに活用されています。

看護師になるための専門的な知識や技術の習得だけでなく、現場で必要な気遣いや、生涯にわたって励まし合える友と出会う「下田看護専門学校」では、来春入学に向けて入試が実施されています。同校のスタッフにお話を聞きました。

「はい。すでに一般入試は2回目まで、推薦入試は1回目を開催し終わりましたが、3回目の一般入試と2回目の推薦入試は、来月の12月7日（土）が試験日です。今回の入試までは年内に合格が判明するので、今年中に進路を決定できます。年末までに進学先を決めたい方には、絶対の入試です。今の受験生は、できるだけ早く入試を終えて、残りの高校生活を満喫したいと願う方が多く、この入試をぜひご利用いただきたいと思っています」

「入試対策でおすめの方法を教えてください。」  
「11月30日（土）13時から開催する学校説明会では、試験の出題傾向や面接対策について解説します。さらに、参加された方には入試の過去問題集を贈呈いたしますので、当日だけでなく、帰宅後も有益な試験対策になると思います」

最後に、看護師を目指している人にメッセージがあれば、お願いします。  
「看護師になりたい！と強く思う気持ちは、本当に大切です。そのような姿勢で頑張る方を、本校では全力で応援しています」

「最後に、看護師を目指している人にメッセージがあれば、お願いします。」

## 今年中に合格決めるラストチャンス 過去問で万全に臨める12月入試

湘南医療大学附属下田看護専門学校

## ふれあいの町田 技術さえる集中リハビリ 療法士などの専門職がそろって所属

医療の専門スタッフが所属している「ふれあいの町田」は、介護老人保健施設（老健）です。スタッフにお話を聞きました。

入所定員は150名です。病院で治療を受けた後にすぐにご自宅での復帰を無理に行なうことを避け、当施設の入所生活を通して家庭での行動訓練を受ける方や、自宅介護が困難になり、入所して生活機能を向上させることを目的としている方などが、主に入所利用されています。当施設では、ADL（日常生活動作）を回復して、安心感あるご自宅生活を送っていただけるように、支援しています。

入所でのリハビリについて、通所との大きな違いを教えてください。

「入所から3カ月以内の方を中心に、週5日を超える短

「ふれあいの町田」は、入所する施設ですか？  
（施設スタッフ、以下同）はい。しかし、施設に寝泊まりして丸1日の行動の介護を受ける【入所】の利用だけでなく、一週間程度の短期的な入所の【ショートステイ】、寝泊まりはせず、自宅から定期的に通って日中に必要な支援を受ける【通所リハビリテーション】でも利用ができます。

入所定員は150名です。病院で治療を受けた後にすぐにご自宅での復帰を無理に行なうことを避け、当施設の入所生活を通して家庭での行動訓練を受ける方や、自宅介護が困難になり、入所して生活機能を向上させることを目的としている方などが、主に入所利用されています。当施設では、ADL（日常生活動作）を回復して、安心感あるご自宅生活を送っていただけるように、支援しています。

入所でのリハビリについて、通所との大きな違いを教えてください。

「入所から3カ月以内の方を中心に、週5日を超える短

「入所から3カ月以内の方を中心に、週5日を超える短

「入所から3カ月以内の方を中心に、週5日を超える短



取材協力

作業療法士による手先のリハビリ訓練習字

「入所から3カ月以内の方を中心に、週5日を超える短

「入所から3カ月以内の方を中心に、週5日を超える短

「入所から3カ月以内の方を中心に、週5日を超える短

**求む!**  
**看護師**  
勤務時間や待遇の詳細、ご応募はこちらから▼  
同院 ☎045-761-3581 (総務課・赤岡)

**康心会汐見台病院** (横浜市磯子区)  
■子育て世代から管理職世代まで募集  
■ケアミックス型の総合病院  
■経験に応じて給与は応相談  
■院内保育園を完備  
選考 書類 面接

**薬剤師** 募集  
病棟業務が中心  
20~50代 積極採用  
大和成和病院 ☎046-278-3911 神奈川県大和市南林園9-8-2

**看護助手** 募集します  
パートタイム 時給1300円〜  
車通勤OK 駐車場無料  
医療費補助 保育所あり ユニフォーム貸与  
看護師免許が不要のお仕事です  
綾瀬厚生病院

**安定の仕事**  
医療・介護 消防設備点検  
系施設での  
経験により給与を考慮 多数の資格所有者は厚遇!  
必須 甲種消防設備士 普通自動車免許  
(株)エフ.アンド.ユアライフ  
本社所在地: 神奈川県茅ヶ崎市円蔵370  
FandY@fureai-g.or.jp ☎0467-84-6680

**大学受験、年内に決着。**  
薬学部 学校推薦型選抜Ⅱ期 (指定校型・一般公募型) 専願・併願可  
12/15 (日) 選抜試験 理科(化学基礎・化学)、面接、書類審査  
評点平均値 基準なし(一般公募型のみ)  
出願期間 11/22 (金) ~ 12/6 (金)

**特待生入学のチャンス!**  
授業料 100% または 50% 免除  
最大6年間適用  
湘南医療大学 薬学部  
臨床一貫型教育  
グループ病院と連携した臨床実習によって患者に寄り添う薬剤師を養成  
Shonan University of Medical Sciences  
湘南医療大学  
薬学部 医療薬学科  
保健医療学部 看護学科  
大学院 リハビリテーション学科 (理学療法専攻/作業療法専攻)  
専攻科  
入試事務室  
045-821-0115  
nyushi@sums.ac.jp  
JR東戸塚駅 徒歩15分  
藤沢 17分 大船 9分 東戸塚 8分 横浜 8分 新橋 42分



大和成和病院  
心臓血管外科 主任部長  
田畑 美弥子 医師

Q. 低侵襲の心臓手術「MICS」に興味があります。希望すれば受けられますか?  
A. MICSの適用は、大動脈弁や僧帽弁の病変、心房中隔欠損症などです。この方法の大きなメリットは、胸骨を切らないため、比較的早期から通常の生活が可能になる



## 大和成和病院で実施 体に負担が少ない手術メリット

心臓血管外科 田畑美弥子 医師

心臓病専門の大和成和病院では、低侵襲で行なう心臓手術を実施しています。執刀医の田畑美弥子医師に話を伺いました。

Q. 心臓手術では、どのくらいで退院できますか?  
A. 手術の痛みがなくなるまで個人差があり、それぞれに応じて鎮痛薬を使用していきます。手術当日は麻酔の効果もありませんが、完全に痛みが消えるまで1カ月程度かかる方もいらっしゃいます。また、人工心肺を用いた後は体がむくみやすくなるので、塩分や水分の制限、利尿剤の使用も行ないます。当院では、術後の専門的なりハビリテーションを行なうことで、平均して10日から2週間退院が可能になる方が多いです。



ふれあい町田ホスピタル  
脳神経外科  
池谷 義守 医師

相模原や八王子方面からアクセス良好な「ふれあい町田ホスピタル」では、頭痛を専門的に扱っている外来があります。担当の池谷義守医師のお話を紹介します。

## 危険な痛みとそうでないもの 安心して良い3つの頭痛

ふれあい町田ホスピタル 池谷医師

群発頭痛は、頭の血管が拡張して起こります。これらの3つのタイプは、命に関わるものではありませんが、同じような痛みでありながら、脳腫瘍や脳血管障害などの死に直結する頭痛もあります。全ての頭痛を何でも安易に考えてしまうことは、とても危険です。

Q. どのような頭痛に気を付けるべきでしょうか?  
A. 片頭痛は、頭の血管を取り囲んでいる三叉神経が刺激を受け、いろいろな物質が出て血管を広げるために、痛みが起ると考えられています。血管の拡張を調節するセロトニンという物質があり、片頭痛の治療薬のうち、トリプタン系の薬やエルゴタミンは、セロトニンと同じ作用をもちます。

### 回復期リハビリ増床 OPEN 大募集

常勤 非常勤 保育所あり

看護師 MSW 検査技師 薬剤師 ほか

綾瀬厚生病院 0467-77-5111

### 募集 地域病院(さがみ野中央病院)の看護師

募集... 看護師または准看護師

勤務地... さがみ野中央病院 (相鉄線「さがみ野駅」から徒歩5分)

046-233-5110

### オンライン 医学講座

日時 12月27日(金) 15:00~15:30 (予定)

講師 ふれあい町田ホスピタル 内科 星野 伸二 医師

#### 高齢者に見られる症候・疾患

お年を召された方に注意していただきたい病気や症状(食欲不振、栄養障害、認知症、肺炎、尿路感染症、廃用症候群、低体温症、サルコペニアとフレイルなど)について解説し、健康寿命についても言及していく講座です。ぜひ、ご視聴ください。

### Web動画 医学講座

公開 11月28日(木)から

講師 大和成和病院 循環器内科 堤 穰志 医師

#### 生活習慣と心臓病について

心臓の病気は、日々の生活習慣が大きく関係しています。心臓と関係が深い食事や運動などを取り上げながら、病気の発症から進行、そして治療方法まで、当院の医師が丁寧に解説しますので、多くの方にご視聴いただきたいと思います。