寺岡記念病院情報誌
2012.10
Vol.34

てらおか
メディカル・クオータリー
TERAOKA MEDICAL QUARTERLY

社会医療法人社団陽正会
寺岡記念病院

特集

通所リハビリテーション（デイケア）「フォース」開設

寺岡記念病院は短時間通所リハビリテーション（デイケア）「フォース」を8月1日より開始致しました。医療保険を適用できるリハビリテーション期間は限られています。こうした場合は、介護保険制度のもとでリハビリテーションを引き続き受けることができます。

P4

- 鼠径ヘルニアについて …… P2
- 地域医療連携の会 …… P3
- 通所リハビリテーション（デイケア）「フォース」開設 …… P4
- 栄養管理室より …… P5
- 看護部より …… P6
  - ·第30回芦田川レガッタ大会
  - ·呼吸音聴取の出前研修
  - ·KYT活動（出前研修）
- 病院カレンダー …… P7
- 外来診療表 …… P8

鼠径（そけい）ヘルニアについて

外科主任医長　浦久保　直澄

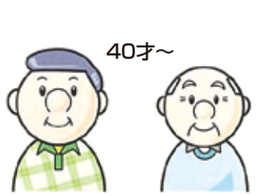
鼠径ヘルニアとは一般的に〝脱腸〟と呼ばれる良性の病気です。加齢とともに鼠径部の組織が脆弱になり、本来なら、お腹の中にあるはずの組織（小腸、大腸、大網など）が皮膚の下にでてくる病気です。立ったときやお腹に力を入れた時に、鼠径部が膨らんでいることに気がつき、時に痛みや違和感を伴います。

成人の鼠径部は自然には治ることはなく、手術が必要です。

鼠径ヘルニアになりやすい人

加齢

- 特に40歳以上の男性



日常生活

- 咳をよくする人
- 妊娠している人
- 過激な運動をする人

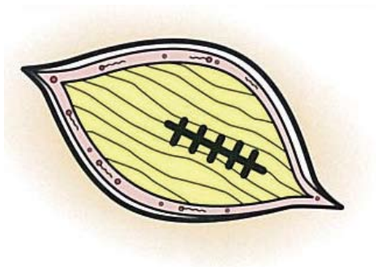
職業

- お腹に力がかかる仕事
- 立ち仕事に従事する人

病気など

- 便秘症
- 肥満
- ぜんそく
- 慢性肺疾患

これまでの手術は弱くなった部分を糸で引き寄せて縫い合わせていました。

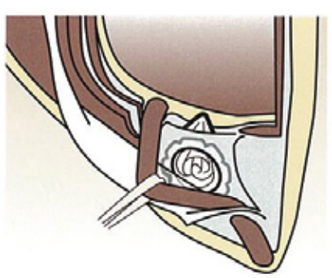


最近では人口補強材を使った手術が主流となっています。

当院でも図にあるようなプラグ、メッシュを使用する手術を取り入れています。

ヘルニアはときに腸が大きく脱出して引っ込まなくなり（嵌頓といいます）、腸閉塞を起こすことがあり、この場合は緊急手術が必要になります。

そのようなことが起こる前に手術をして治すことをお勧めします。



鼠径ヘルニアの手術方法

鼠径ヘルニアはお薬では治すことはできません。下腹部に隆起を認め、不快な症状がある場合は、専門医に相談して下さい。

従来法

従来法の手術はヘルニアの出口を糸で縫って塞ぐ方法でしたが痛みが強く、入院期間が長いものでした。

プラグ法

現在も多く用いられる手術法です。ポリプロピレン製のプラグを筋膜の弱い部分に入れて、ヘルニアの出口を塞ぐ方法です。

ポリプロピレンメッシュは40年ほど前から使用され、プラグは現在世界で400万個以上の臨床使用の実績があり、体内使用の安全は確立されています。

従来との違い

- 手術時間が短い
- 再発率が低い
- 手術創の大きさは4cm程で術後の痛みも軽い
- 医療機関によっては、日帰り手術も可能

手術件数

国内の手術件数は年間15万件（2004年）患者の8割が男性です。

地域医療連携の会

8月30日（木曜日）、府中市の末広殿にて『地域医療連携の会』を開催しました。今年で2回目の開催となりますこの会は、当院の医師や看護師その他の職員と地域の先生方や福祉施設の方々との交流・医療連携の一層の発展を目的として、開催いたしました。当日は、32の医療機関、12の施設から、114人と、お忙しい中多くの方々にご参加いただきました。

冒頭、院長武田の挨拶に続き、外科医長　矢野より「大腸がんに対する腹腔鏡下大腸切除術」の講演を行いました。その後、府中地区医師会会長　池田純先生の乾杯のご発声により、懇親会へと移行しました。途中、老年内科医長　竹原より「高齢者の地域医療連携」の講演、副院長　小坂より通所リハビリテーションのご紹介、脳神経外科医長 竹信より第16回日本病院脳神経外科学会のご案内を致しました。第16回日本病院脳神経外科学会は、寺岡記念病院が運営事務局を務め来年7月福山で開催されます。

懇親会では、参加していただきました方々との活発な意見交換を行い、終始和やかな雰囲気で交流を図ることができました。文字通り厳しい医療環境のなかで全ての医療機関は、苦労しながらその困難を乗り越える努力をしているのが昨今の状況であり、寺岡記念病院も様々の課題を抱えつつも、可能な限りの医療資源を活動させて、その病院機能を社会に還元すべく努力を続けているところでございます。

申すまでもなく地域医療の要は、医療・福祉を包含した幅広の地域医療連携であり、今後も毎年この地域医療連携の会を開かせて頂きます。今後とも、皆様からお寄せいただいたご意見を迅速に反映させて、より一層有機的な連携を進めてまいりたいと存じます。

どうぞ宜しくお願いいたします。

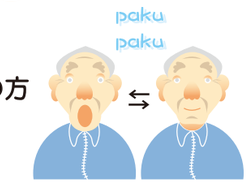
（地域医療連携室）

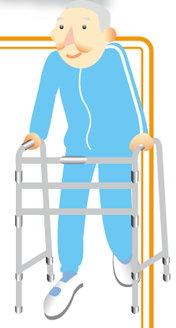
通所リハビリテーション（デイケア）「フォース」開設

寺岡記念病院は短時間通所リハビリテーション（デイケア）「フォース」を8月1日より開始致しました。

病気やケガで入院した場合、医療機関で治療やリハビリを受けることになりますが、医療保険を適用できるリハビリテーション期間は限られています。こうした場合は、介護保険制度のもとでリハビリテーションを引き続き受けることができます。当院の通所リハビリテーション「フォース」は、要支援・要介護の認定を受けておられる方が対象のサービスで『入浴・食事はなくていい…、リハビリがしたい…』という方にお薦めです。身体機能・言語機能・高次脳機能・日常生活動作などの維持向上を目的として、理学療法士・言語聴覚士が個別でリハビリを提供いたします。1～2時間のご利用でリハビリを中心としたサービスになります。

こんな方に向いています





- ☑ 医療保険でのリハビリテーションができなくなった方
- ☑ 言語聴覚士のいる通所リハビリテーションをお探しの方
- ☑ 退院後での引き続きのリハビリを希望される方
- ☑ 個別でのリハビリテーションを希望される方
- ☑ 「1日は居たくないがリハビリだけできないか…」とお考えの方 など

ご利用日時

- 曜日:／月曜日～金曜日
- 時間／9:00～12:00・13:00～16:30(そのうちの1～2時間)

※土・日・祝日・お盆・年末年始はお休み

お問い合わせ

社会医療法人社団陽正会　寺岡記念病院
東棟4階　通所リハビリテーション（デイケア）「フォース」
Tel・Fax0847-52-7655（担当:戸田光政／加門堂智佳子）

秋風のさわやかな季節となりました

栄養管理室より

読書の秋、芸術の秋、スポーツの秋、そして食欲の秋ですね。実りの秋とも言われるように、秋は様々な食材が旬を迎えます。旬の食材は、おいしく、栄養価も高く、しかも経済的。味もさることながら、その栄養価もやはり旬が一番です。秋が旬の食べ物と、その働きをご紹介しておきましょう。 外食でも旬のものは多く登場してきます。　うまく旬のものを選んで、おいしく栄養を摂りたいものですね。

かき

柿にはビタミンCが多く、大きめのモノ1個には1日に必要なビタミンCがとれます。またビタミンAや食物繊維ペクチンやカリウムの働きで動脈硬化や高血圧の防止にも効きます。「二日酔いには柿」といわれている訳は、柿のビタミンCとタンニンが血液中のアルコール分を外へ排出してくれるからで、豊富なカリウムの利尿作用のおかげともいわれています。

さんま

漢字で書くと秋刀魚で、秋の代表的な魚ですよね。身は上質なタンパク源であるとともに、血合いの部分には貧血に効くビタミンB2が多く含まれています。そしてカルシウムの吸収率をアップさせてくれるビタミンDも豊富。このほかビタミンAや不飽和脂肪酸の多い脂質など、栄養価の高い食材です。

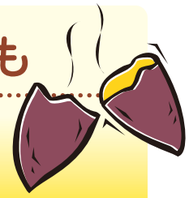
なす

秋茄子は有名ですね。ナスは秋になると皮は柔らかくなり、実が引き締まっておいしくなります。ナスは94%が水分で、それ以外の主な成分は、食物繊維や糖質です。ナスには、体の熱を冷ましたり、血液の流れをよくする効果があると言われています。ナスは油と一緒にすることで、血中コレステロールを抑制する働きが高まるので、油を使って加熱調理した料理がオススメです。

さば

サバは、好き嫌いが分かれる魚ですが、栄養学的には、タンパク質をはじめ、脂肪やビタミン、ミネラルがバランスよく含まれ、特に、ビタミンB2とナイアシンが多く含まれています。動脈硬化・高血圧症などの予防効果があります。

さつまいも



サツマイモといえば秋の焼き芋ですよね。サツマイモは、熱に強いビタミンCが豊富に含まれています。それ以外にも、ビタミンEは玄米の2倍、食物繊維も多く含まれています。サツマイモには消化器系の働きを高めて、胃腸を丈夫にする効果があります。

おすすめレシピ　さつまいもグラタン

（材料）（2～3人分）

- サツマイモ:1本
- 玉ねぎ:1/2
- ベーコン:30g
- しめじ:100g
- バター:大さじ2
- 小麦粉:大さじ2.5
- 牛乳:1.5カップ
- 塩・こしょう:適量
- とろけるチーズ:適量

（作り方）

①さつまいもはサイコロ状にカットし、耐熱皿に入れラップをし500Wで3分ほど加熱します。（軟らかくなるまで）
②フライパンにバターを溶かし、玉ねぎを炒め、ベーコン・しめじを順に炒めます。
③全体的に火が通ったら、小麦粉を入れ、弱火にし炒めます。
④粉がしっとりし、全体的に絡まったら牛乳を入れ、だまにならないよう混ぜます。
⑤とろみがついてきたら、さつまいもを入れます。
⑥塩・コショウで味を調えて耐熱皿に入れてとろけるチーズをかけて焦げめが付くまで焼いたらできあがりです。

第30回芦田川レガッタ大会

看護師　田邊　直人

8月5日、第30回芦田川レガッタ大会に寺岡記念病院代表として医師・看護師・学生混成の2チームで参加しました。

一隻に5人のクルーが乗り、レガッタを進めるためにはクルーのチームワークが必要となります。日頃の仕事で培われたチームワークで即席チームながらAチームは準決勝戦まで進むことができました。チームワークではどこにもひけを取りませんでしたが体力的には……。来年こそ決勝を目標にと誓い合い、改めて他者と協力し何かを成し遂げる喜びを知る事ができました。

応援して下さった皆様にも感謝申し上げます。

呼吸音聴取の出前研修

呼吸療法認定士　安部　雅志

8月に呼吸音の聴取及び記録方法を院内で統一するために、各病棟を回り研修会を行いました。四回に分けて研修会を行いましたが、数回に分けることで参加しやすく多くの看護師の方が参加され質問が飛び交う活気のある研修会となりました。一回の研修会ではなかなか参加できない方も多くおられるので、今後も数回に分けて研修会を行っていきたいと思っています。

KYT活動（出前研修）

KYT活動とは、起こりうる危険を未然に防ぐため、チームでトレーニングを行う試みです。つまり、危険（K）予知（Y）トレーニング（T）です。寺岡記念病院看護部主任会では病棟に出向き、このKYT活動を行っています。

イラストを見ながらイラスト内にどんな危険が潜んでいるか、特に事故に繋がりやすいと思われるポイントを洗い出し危険を回避するためにお互いに意見を出し合い、それに対する対策を話し合ってみんなで実践していく試みです。

患者さんの安全を考え、危険を排除するための判断・行動への意識変化を促していきたいと取り組んでいます。

寺岡記念病院　理念

トータル＆シームレスケア
全人的で切れ目のない医療提供の推進

スローガン

保健・医療・福祉の統合とネットワーク形成による新地域医療を実践しよう

方　針

① 地域住民の健康と安心を守る医療機関であり続け、健康地域づくりに貢献します
② 医療を受ける人の個々のニーズに応える医療を提供します
③ 安全で良質な医療提供のためスタッフの職務能力と人格能力を高めます
④ 社会の要請に対応した医療を提供します
⑤ 長期的に安定した医療を提供するため健全な経営を行い病院の総合力を高めます

2012年 寺岡記念病院 カレンダー

10月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

11月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

12月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23・30	24・31	25	26	27	28	29

休診日のご案内　①日曜日・祝日　②年末（12/31・1/1・2・3）③お盆（8/15・16）

外来受付時間　●平日／午前8：30～11：30　●土曜日／午前8：30～11：00

外来診察時間　●平日（月～土）／午前9：00～午後12：00　午後1：30～午後5：30

■ 日曜・祝日以外の休診日

寺岡記念病院　外来診療表

2012.10.1現在

診察室		月	火	水	木	金	土
内科	1診	松本　寛	武田　昌	福田　真治	武田　昌	竹内　康人 (肝臓)	武田　昌
	2診	熊谷　功	熊谷　功	松本　寛	福田　真治	熊谷　功	松本　寛
	3診	水田　真琴	水田　真琴	竹原　幸人	藤原　英晃	藤原　英晃	福田　真治
	4診	河野　博行	西森久和(月2回) (血液内科)	武田　昌 (初診)	河野　博行	竹原　幸人	
	専門外来			上野　弘貴 (脳神経内科)		中村 重信(月2回) (パーキンソン)	槇野博史(月1回) (腎疾患)
	専門外来	前島　洋平 (糖尿病)		中川　晃志 (循環器)	武田　昌 (アスベスト)		岩崎良章(月2回) (肝臓)
脳神経外科	1診	寺岡　暉	寺岡　暉	寺岡　暉	寺岡　暉		寺岡　暉
	2診	竹信　敦充	竹信　敦充	中川　大地	鳥取大	竹信　敦充	東京大
	3診	中川　大地	北川　陽介	東京大	竹信　敦充	北川　陽介	竹信　敦充
	4診			竹信　敦充			
	専門外来		東京大	東京大		脳健診	竹信　敦充(月2回) (頭痛)
外科	1診	矢野　匡亮	浦久保　直澄	矢野　匡亮	浦久保　直澄	矢野　匡亮	浦久保/矢野
	2診	岡山大	矢野　匡亮	浦久保　直澄	大西　哲平	浦久保　直澄	
	専門外来		黒子　洋介 (心臓血管)				
整形外科	1診	小坂　義樹	小坂　義樹	小坂　義樹	岡山大	小坂　義樹	小坂/周 (第1·3·5週/第2·4周)
	2診	小坂　義樹	小坂　義樹	小坂　義樹	小坂　義樹	小坂　義樹	小坂　義樹 (第1·3·5週)
	専門外来			小坂　義樹 (小児整形)			
	専門外来			岡山大 (形成外科)			岡山大(第2·4周) (形成外科)
泌尿器科	1診	志田原　浩二	志田原　浩二	志田原　浩二	志田原　浩二	志田原　浩二	志田原　浩二

専門外来

糖尿病	月	午後2:00～4:00(予約制)	脳健診	水·金	(予約制)
肝臓病	金	午前9:00～12:00(予約制)	パーキンソン病	金(月2回)	午後2:00～4:00(予約制)
	土(月2回)	午前9:00～12:00(予約制)	頭痛	土(月2回)	午前9:00～12:00(予約制)
脳血管障害	火·水	午後2:00～4:00(予約制)	腎臓病	土(月1回)	午前10:00～12:00(予約制)
小児整形外科	水	午後2:00～3:00	禁煙外来	火·木	午前9:00～11:30(予約不要)
形成外科	水·土	午前10:00～11:00(予約制)		土	午前9:00～11:00(予約不要)
心臓血管外科	火	午前9:00～12:00(予約制)	もの忘れ外来	月·火·水·木·土	午前9:00～11:00(予約不要)
循環器内科	水	午後2:00～4:00(予約制)			

地域医療連携室

外来·入院紹介　TEL.0847-40-3656

CT·MRI検査予約　TEL.0847-51-8045

寺岡記念病院

TEL.0847-52-3140(代)　FAX.0847-52-2705

本誌について、ご意見ご感想がございましたら、是非お聞かせください。

てらおか メディカル・クオータリー　Vol.34　2012.10

発行：社会医療法人社団陽正会 寺岡記念病院

〒729-3103 広島県福山市新市町新市37　TEL0847-52-3140　E-mail:info@teraoka-hosp.jp

http://www.teraoka-hosp.jp/