

Jiaino Tobira

季刊誌「じあいのとびら」

発行/財団法人 慈愛会 今村病院分院

平成22年12月発行

●ご自由にお持ち帰りください。

季刊

じあいの
とびら

第6号

The Sixth number

秋号

題字 作平瀬戸めぐみ

各部署の紹介

リハビリテーションセンター

検査室だよりNo.5

| 糖尿病の検査

| 人間ドック

TOPICS

慈愛会レーシングクラブ

じあいのとびらコラム

「温泉に行こう」事務長 田中宏一

2010. Autumn



リハビリテーションセンターを支えるスタッフ

理念

慈愛の心を持ち、患者様と共に考え、その方の目標を達成できるよう最大限の努力をしましょう。

基本指針

- 一、患者様へ質の高い安全な医療を提供できるよう常に努力する
- 二、治療者の知識・技術・人間性の向上
- 三、丁寧な言葉遣いと笑顔を

紹介・取組等

疾患別リハビリテーション施設基準 脳血管疾患等リハ(I)、運動器リハ(I)、呼吸器リハ(I)の承認を受けた施設です。

入院中の患者様のリハビリ治療だけでなく、退院後の日常生活の向上のために、特に脳血管障害の急性期と回復期を中心に、約50名のセラピスト(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士)がリハ専門医・回復期リハナース・ソーシャルワーカー等と協働して患者様の一日も早い家庭・社会復帰を目指しています。

その他、糖尿病や骨髄移植のリハビリ、また高次脳機能障害・摂食嚥下のリハビリにも力を入れています。

また、平成22年度からはスポーツ整形外科もスタートし、スポーツ復帰のリハビリにも力を入れています。

作業療法(OT)部門

作業療法では、疾病により身体や認知面に不自由が生じた方々に対し、「在宅復帰」を目標に更衣・入浴などの日常生活動作練習を行います。また炊事などの家庭動作練習、公共交通機関利用の練習、住み良い住環境整備に向けてのご自宅訪問によるアドバイス支援等にも取り組んでいます。さらに麻痺した腕や手指の機能・能力訓練や、記憶力等の高次脳機能訓練を行い皆様が可能限り病前の生活に近づけるよう努めています。



言語聴覚療法(ST)部門

言語聴覚療法室では、失語症をはじめとする高次脳機能障害や構音障害によるコミュニケーション上の問題の評価・治療を行います。また摂食・嚥下機能の評価に基づく適切なリハビリを実施し、誤嚥性肺炎などの合併症を起さずに、できるだけ患者様の可能性を引き出せるように援助することを心がけています。



リハビリテーションセンター

今村病院分院
各部署の
紹介
リハビリテーション
センター

理学療法(PT)部門

脳卒中などで障害を持った方々に対し、寝返り・起き上がり・座位・立位・歩行などの基本動作をスムーズにできるように練習し、日常生活動作の獲得、家庭・社会復帰を援助します。また温熱療法等で痛みの緩和も行います。肺炎・その他の病気による安静で起る廃用症候群に対し、運動療法にて体力回復をお手伝いします。また、糖尿病等生活習慣病に対する運動・活動的な生活の工夫を一緒に考えます。スポーツ整形外科では、肩関節の腱板損傷や関節唇損傷、膝関節の半月板損傷や靭帯損傷を中心に手術後の理学療法を、また、スポーツ活動による



あらゆる障害に対しての理学療法(ストレッチや体の使い方指導など)を実施しながら、スポーツ復帰へ向けてのサポートを行っております。右記に関して、現在22名の理学療法士で対応しています。



表紙の絵について



約50年前、私が小さかった頃の桜島は休火山に近い状態で頂上に登ることは子供達の楽しみの一つであった。ところが私が中学1年か2年の時、大爆発が起こり、登山中の若者に多数のケガ人が出て、一人が死亡した。以来、6合目以上へは登山禁止となり今日に至っている。私の中学2年～高校時代は、桜島の噴煙は3～5千メートルの高さまでのぼることが多く、夕暮れ時に爆発が起こると噴煙と桜島の頂上付近まで真っ赤に燃え、一方、山の中腹から鹿児島市の市内はすでに夕闇に包まれ、明かりが点灯し、その対照的なコントラストが今でもはっきり脳裏に焼き付いている。あの時の感動を再現したくて、記憶を頼りに絵筆をとり、日本画の朱一色で描いたもの。『朱の墨絵』とも呼べよう。

日本画

財団法人慈愛会 会長 納 光弘

人間ドックで生活習慣病の早期発見を!!

●糖尿病、高血圧、高脂血症などの生活習慣病は自覚症状がなく進行することが多い病気です。
以下のことに当てはまる方はいませんか？

- 20歳のころから体重が10kg以上増えている
- 最近、お腹まわりの脂肪が気になる
- 食事は早食いである
- タバコを6ヶ月以上吸っている
- お酒を毎日1合以上飲む
- 運動不足である

1項目でも該当する方は、年1回は健診を受けて、
将来の自分や・家族のために健康管理をしましょう。

人間ドック専用ご予約・お問い合わせ電話

TEL.099-285-3916 メールアドレス:bunindock@jiaikai.jp
●月～金曜日/10:00～17:00 ●土曜日/9:00～12:00



人間ドック(1泊2日人間ドック):64,050円(税込)

検査項目	検査内容
身体計測	身長・体重・肥満度・腹囲・BMI・視力
診察	問診・内科検診
眼科検査	眼底検査 眼圧検査
循環器検査	血圧・心電図(安静)
動脈硬化検査	血圧脈波検査
胸部検査	胸部レントゲン撮影(直接)
呼吸器検査	肺機能検査
消化器検査	検便(潜血反応・2回法) 胃透視(胃カメラは要予約) 腹部超音波検査
肝機能	総ビリルビン・GOT・GPT・LDH・ALP・ZTT・γ-GTP A/G比・総蛋白・蛋白分画・HBs抗原・HCV抗体
血清脂質検査	総コレステロール・中性脂肪 HDLコレステロール・LDLコレステロール
梅毒検査	梅毒血清反応(STS)【希望者のみ・要予約】
炎症反応	CRP
糖代謝	尿糖・血糖(空腹時) 糖負荷試験(1時間値・2時間値)
膵臓検査	血清アミラーゼ
腎機能検査	尿蛋白・潜血 ※尿沈査は必要と認めたときのみ クレアチニン・尿素窒素
血液一般検査	白血球 赤血球・血色素・血小板・ヘマトクリット MCV・MCH・MCHC 血液型【希望者のみ・要予約】
痛風検査	血清尿酸
聴力検査	1000Hz・4000Hz
乳腺検診	マンモグラフィ【女性のみ】
婦人科検診	子宮癌検診【女性のみ】

人間ドック(日帰り人間ドック):40,950円(税込)

検査項目	検査内容
身体計測	身長・体重・肥満度・腹囲・BMI・視力
診察	問診・内科検診
眼科検査	眼底検査 眼圧検査
循環器検査	血圧・心電図(安静)
胸部検査	胸部レントゲン撮影(直接)
呼吸器検査	肺機能検査
消化器検査	検便(潜血反応・2回法) 胃透視(胃カメラは要予約) 腹部超音波検査
肝機能	総ビリルビン・GOT・GPT・LDH・ALP・ZTT・γ-GTP A/G比・総蛋白・蛋白分画・HBs抗原・HCV抗体
血清脂質検査	総コレステロール・中性脂肪 HDLコレステロール・LDLコレステロール
梅毒検査	梅毒血清反応(STS)【希望者のみ・要予約】
炎症反応	CRP
糖代謝	尿糖・血糖(空腹時) HbA1c
膵臓検査	血清アミラーゼ
腎機能検査	尿蛋白・潜血 ※尿沈査は必要と認めたときのみ クレアチニン・尿素窒素
血液一般検査	白血球 赤血球・血色素・血小板・ヘマトクリット MCV・MCH・MCHC 血液型【希望者のみ・要予約】
痛風検査	血清尿酸
聴力検査	1000Hz・4000Hz

糖尿病の検査

はじめに

「糖尿病は検査の病気である」という言葉があります。糖尿病は自覚症状が乏しく、症状はかなり進行しないと現れません。糖尿病の治療がうまくいっているかどうかは検査でしかわかりません。また、糖尿病合併症も早期に見つけて治療することが大切ですが、これも定期的な検査でわかることが多いのです。

○血糖検査

正常の人では、血糖値(血液中のブドウ糖)は食後でも140mg/dlを超えることはありません。これはインスリンの働きですぐに処理されるからです。しかし糖尿病の人では、インスリンによる処理がスムーズにいかないために、**食後の血糖値は上昇します**。食後1～2時間目が最も高くなります。**合併症の予防や阻止のための治療の目標値は、食前で130mg/dl未満、食後1～2時間目で180mg/dl未満です**。ただし、合併症のある場合や高齢者の場合など、個人によって目標値が異なる場合があるので、自分の目標値を主治医に必ず確認しておきましょう。



○グリコヘモグロビン(HbA1c:ヘモグロビン・エー・ワン・シー)

HbA1cは検査をした日から過去約1～2ヶ月間の血糖コントロール状態をよく反映し、血糖のコントロールがうまくいっているかどうかの最もよい指標になる重要な検査です。HbA1cの正常値は4.3～5.8%です。**コントロール目標は一般的には6.5%未満**ですが、合併症の進み具合、現在の状態、年齢などによって異なりますので、**自分の目標値を主治医に確認しておきましょう**。現在用いられているHbA1cの測定法(JDS法)は日本独自のもので、来年から国際標準化法(NGSP法)になり、現在の値に0.4をプラスした値が新しいHbA1cの値になります。

HbA1cの基準値とコントロール指標(JDS法)

	優(とてもよい)	良(よい)	不十分	不良	不可
HbA1c(%)	5.8未満	5.8～6.5未満	6.5～6.9未満	7.0～7.9未満	8.0以上

○尿蛋白検査

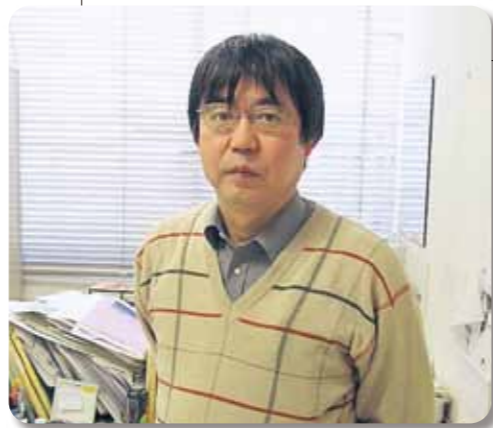
尿蛋白の出現は、糖尿病腎症が始まっていることを示しています。糖尿病腎症のために人工透析療法を開始する方が近年増加しています(年間16000名で、透析導入の原因第1位)。また、**尿中の微量蛋白は微量アルブミンと呼ばれ、早期の糖尿病腎症を診断できる検査です**。早期腎症であれば、血糖や血圧のコントロールを充分に行うと、約50%が元の正常の状態に戻ると報告されています。**糖尿病腎症は早期に見つけてきちんと治療することが肝要です**。

○動脈硬化の検査

心筋梗塞や脳梗塞を起こす動脈硬化は糖尿病の重要な合併症の1つです。糖尿病があると3～4倍高率に起きます。定期的な心電図検査や血管のエコー検査などは動脈硬化を早期に見つけて治療するのに大切です。

温泉に行こう

事務長 田中 宏一



鹿児島市内は手軽に利用できる温泉銭湯が多くあり私も休みの日にはよく利用します。鹿児島市には源泉が約280ヶ所もあって県庁所在地の中では日本一だと聞きました。実は今村病院分院内にも源泉があります。泉質は塩化物泉で無色透明・弱塩味・無臭、源泉温度55・9℃で残念ながら飲用はできませんが、患者様用の2Fのお風呂で利用されています。職員も9年頃までは職員用の浴室があり利用できたのですが、外来機能を拡充する為に閉鎖され、現在は泌尿器科外来の処置室になっています。そのころは温泉に行くという習慣がなかったのが特になにも感じませんでした。せっかくなので今後なにかに利用しないといけないですね。

また、市内には約60か所の温泉銭湯がありこれまた他にはない特徴とのこと、近くにある銭湯が天然温泉でサウナや気泡風呂などの設備があり金額は大人360円。これは我々にとってはごく当たり前のことですが、どうも他県では違うようです。そういえば広島で鹿児島にもあるようなスーパースタイル銭湯にいったことがありますが、内風呂に入るのに400円さらに露天風呂とサウナを利用するのであればプラス350円の別料金で計750円にびっくりしたことがあります。ここ以外の他県の銭湯に入ったことがないのでわかりませんがこのようなものではないでしょうか。

「鹿児島市街地の温泉をインターネットのウィキペディアで調べてみると、鹿児島市街地はもともと温泉のなかった地域で1850年代に島津斉彬が命じて河頭で温泉の開発を行ったと書いてあります。西郷隆盛、大久保利通を登用した幕末の四賢侯の一人斉彬侯が鹿児島市の温泉開発の先がけだったわけですね。実際には市内で温泉銭湯が増えてきたのは、調査方法や掘削技術の発展によるもので昭和40年代以降のことです。歴史は約45年程度、以外に歴史は浅いようです。10年くらい前から温泉をよく利用するようになりましたが、場所や設備に違いがあるため、自分たちの要望にあった温泉を選んで利用できるのが嬉しいですね。たとえば息子達が幼稚園・小学生ぐらいの頃は子供が飽きないように広いスーパースタイル銭湯か温泉プールのある銭湯を選んでいま

た。今は一人で気ままに行くことが多いので、息子を部活で学校に送って行くついでに今日は伊敷の〇〇温泉、今日はサウナで汗をかきたいのでサウナが広く水風呂が2ヶ所ある●●温泉、さくらの季節は露天でさくらが見える□□温泉など、その日の気分を選んで行っています。広い湯船でのびのびと手足を伸ばしゆたゆたと過ごし、サウナでは先に入っている人より先に出るものかと小さな心の戦いをしながらドット汗をかいて、冷たい水風呂につかるとスツと1週間の疲れが癒されストレスが発散される気がします。だいたい、1時間〜2時間ぐらいいつたり過ごすとなかなか心身の修復も終了、帰りにビールを買ってルンルン気分帰宅となります。

温泉の場所や情報は、南日本新聞に入ってくるフェリアや鹿児島市のタウン誌の記事も参考にしています。鹿児島市のホームページの温泉三昧ページに鹿児島市のホームページの温泉施設が載っている「温泉三昧 鹿児島市」のパンフレットがPDFでダウンロードできこれを利用していただけます。温泉の場所(地図)や泉質、営業時間や休み、料金などの情報が載っていますので重宝しています。利用されたいかがでしょうか。さて、今度の休みは、この前乗った新幹線のJRの冊子に城山の西郷洞窟前の温泉の記事が載っていました。そこに行ってみようと思っ

慈愛会レーシングクラブ

こんな事やっています。みなさんいかがですか〜?

- 廣橋㊦(リハPT)
- 浜田㊦(リハPT)
- 谷山㊦(薬剤師)
- 亀甲㊦(リハPT)
- 松元龍㊦(リハPT)
- 新納先生(脳外)
- 川原先生(脳外)
- 村岡先生(脳外)
- 久永㊦(相談員)
- 川崎㊦(リハPT)
- 田原㊦(リハPT)



- 篠原先生(神内)
- 伊集院先生(研修医)
- 川本㊦(リハPT)
- 村田㊦(リハOT)
- 本室㊦(リハPT)
- 加治屋㊦(看護師)
- 豊丸㊦(リハPT)
- 吉住㊦(クラーク)
- 地頭所㊦(相談員)
- 松元潤㊦(リハST)
- (H22.10月末現在)

8階ラウンジでの昼食時にレーシングクラブ結成。第1回参加人数は平成22年3月30日の2人。第2回は4月6日で6人と徐々に増え、多いときは15~6名が参加しています。走る速さは時速8~9km/時から10~12km/時とそれぞれ自分の体力・その日の調子に合わせて走っています。

開催日:毎週火曜日
時間:18時10分頃
集合場所:ローソン前
コース:3km・5km・10km・15km
お気軽に覗きにいらしてください。当日参加も大歓迎です。



JRC Tシャツ作りました



(文責:リハビリセンターPT松元龍)



Information

今村病院分院からのお知らせ

診察日一覧表

		月	火	水	木	金	土
総合内科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	×
神経内科	午前	○	○	○	○	○	第2・4 は診療
脳神経外科	午前	○	○	手術日	○	○	第2・4 は診療
画像診断科	午前	○	×	○	×	○	×
腎臓内科	午前	○	○	○	○	○	第1・3・5 (再診のみ)
血液内科	午前	○	○	○	○	○	○ (再診のみ)
消化器内科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	×	○	○	×	×
糖尿病内科	午前	○	○	○	○	○	○
麻酔科	午前	○	○	○	○	×	第1・3・5 のみ診察
循環器内科	午前	○	○	○	○	○	×
	午後	○	○	×	×	×	
リハビリ科	午前	○	○	○	○	○	×
耳鼻科	午前	×	○	×	×	×	○
皮膚科	午前	○	○	○	○	○	○
眼科	午前	○	○	○	手術日	○	○
泌尿器科	午前	○	○	○	○	○	×
整形外科	午前	○	○	○	○	○	○
	夕診	○	×	○	×	○	×
透析センター	午前	○	○	○	○	○	○
	夜間	○	×	○	×	○	×
人間ドック	午前	○	○	○	○	○	○

受付時間

平日/午前8:30~11:30
 午後2:00~5:10
 土曜日/午前8:30~11:30

診療時間

平日/午前8:30~12:30
 午後2:00~5:30
 土曜日/午前8:30~12:30
 (但し、救急科は24時間診療しています。)
 ○整形夕診 16:00~19:00

休診日

日曜日、祝祭日、盆休み(8月14・15日)
 年末・年始(12月30日~1月3日)
 (但し、救急科は365日診療しています。)

専門外来を受診希望の場合

救急科を除く専門外来は、予約制となっております。受診を希望の場合は事前にお電話にて予約をおとり下さい。
 【ご予約受付時間】
 14:00~17:00
 【ご予約電話番号】
 099-251-2221 (代表)



母が子を慈しみ育てる心、
 愛を持って病める人の苦しみを除く。
 この慈しみ愛する心
 その素朴で純粋な気持ちが慈愛会の
 基本理念です。

基本理念

1. 医療を通じた地域社会への貢献
2. 良心的な高度医療の提供
3. 患者さまの権利・主体性の尊重
4. 快適な医療環境の提供

駐車場のご案内



交通アクセス

- BUS**
- 鴨池ニュータウン
中央バス停下車、徒歩2分
 - 県庁前バス停下車、徒歩5分
鹿児島中央駅より約15分、
天文館より約15分



編集後記

秋号は、やっとです。
 もしかしてお蔵入り???
 冬号に越されるのではないかと冷やヒヤものでした

