

外来担当医師表

【泌尿器科】 ※4月1日～変更がありますので、ご確認ください。 受付時間 / 8:00～12:00

	月	火	水	木	金	土
午前		○	○		○	

【皮膚科】 受付時間 / 8:00～12:00

	月	火	水	木	金	土
午前	○		○		○	○

【眼科】 受付時間 / 8:00～12:00

	月	火	水	木	金	土
午前		○	※○		○	

※受付時間8:00～11:00

【リハビリテーション科】 受付時間 / 8:00～12:00 14:00～18:00

	月	火	水	木	金	土
午前	○		○		○	※○
午後	※○	※○	※○	※○	※○	※○

火曜日のみ受付16:30終了

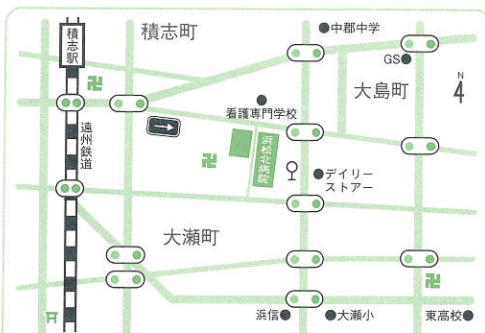
※物理・マッサージのみ

【放射線科】 受付時間 / 8:00～12:00

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○

【歯科口腔外科】 受付時間 / 8:30～11:30 14:00～18:30

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



遠州鉄道/積志駅下車 徒歩15分  
 遠鉄バス/JR浜松駅10番バスターミナル  
 (⑦労災・東海染工・イオン市野)浜松北病院下車  
 東名高速/浜松I.C→天竜浜北方面直進2.5km→  
 オートサービス杉本左折2.5km (2010.9月現在)

〒431-3113 静岡県浜松市東区大瀬町1568番地  
 TEL (053)435-1111(代表)  
 FAX (053)433-2700(代表)  
 TEL (053)435-1522(医療連携室)  
 FAX (0120)435-351(医療連携室)  
 E-MAIL seisyokai@hamamatsu-kb.or.jp  
 ホームページ http://www.hamamatsu-kb.or.jp

二代目  
**きたぞう**  
 3月上旬より運行開始予定。  
 ドアが前後2箇所になり乗降性UP!  
 時刻表に変更はありません!

**職員募集**  
 あなたの'キャリア'をいかしてみませんか!  
 ☆看護師(正職員・パート)  
 ☆看護助手(正職員・パート)  
 ☆薬剤師(正職員・パート)  
 ※中途採用も随時受け付けておりますので、ご希望の方はご連絡下さい。  
 連絡先: 浜松北病院  
 TEL 053-435-1111(代表)  
 看護師・看護助手 【担当: 藤原】  
 薬剤師 【担当: 池谷】

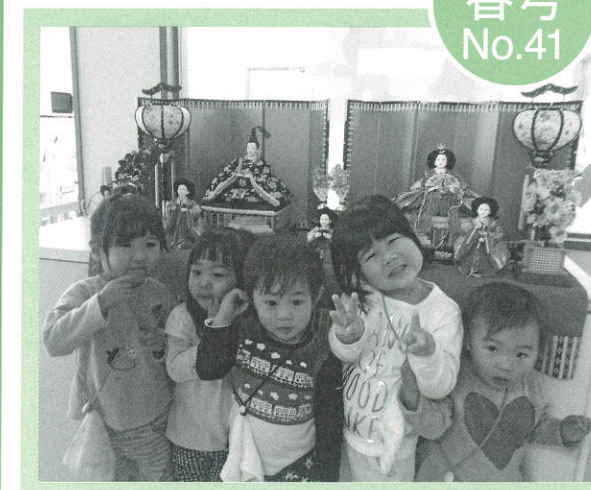
**編集後記**  
 皆さん、2020東京オリンピック「ダイヤモンドアスリート認定制度」をご存知でしょうか?これは日本陸上競技連盟が、U19世代の中で東京オリンピックにおいて特に活躍が期待される競技者の強化育成を目的としたプロジェクトで、全国で11名が選出されました。(2015世界ユース陸上選手権大会200mにおいてウサインボルトの大会記録を更新したサニブラウン・Aハキーム選手も選ばれています。)なんとこの11名の中に浜松市内の高校から藤森菜那選手(浜松市立高校)、犬塚渉選手(浜名高校)の2名が選ばれています。(今春卒業)※高校2年生の長女が陸上部の為、大会で二人の走りを見てきましたが中学生時代からとんでもないスピードでした。4年後、成長した二人が新国立競技場で活躍する姿を観戦するのが今から楽しみです。

盛翔会だより

# 翔き

はばた

2016  
春号  
No.41



「みんなでおひな様を飾ったよー」  
 きしゃぼっぽ保育園(院内保育所)

医療法人社団 盛翔会  
**浜松北病院**  
 大瀬介護保険センター おおせの郷(ショートステイ)  
 訪問看護ステーション大瀬 訪問リハビリテーション大瀬  
 おおせデイサービスセンター おおせ第二デイサービスセンター

基本理念

思いやりを基本とした愛情ある医療と福祉を実践する。

職場紹介  
**心臓カテーテルチーム**

こんにちは、浜松北病院の心臓カテーテルチーム(心カテチーム)です。心臓は、冠動脈と呼ばれる栄養血管により血液の供給を受けて働いています。動脈硬化などが原因でこの冠動脈が狭くなり、心臓への血液の供給が不十分となった状態を虚血性心疾患と呼びます。心臓の筋肉が酸素不足に陥り、一時的に胸が痛くなる病気が狭心症です。冠動脈が、突然閉塞してしまうと血液が心筋組織に流れず心筋細胞が壊死してしまいます。これが急性心筋梗塞です。急性心筋梗塞は、突然死や発症24時間以内に死亡する急性死の最大の原因疾患となっています。そうなる前に冠動脈疾患を確実に診断するために心臓カテーテル検査が必要になります。心筋梗塞の前兆は胸の痛みだけではなく、左肩から背中にかけての痛み、腕や肩の痛み、ひどい肩こり、歯や顎の痛み、のどが詰まる感じ、胃の不快感、少し動いただけで息切れがする、風邪でもないのに咳が出たり声がかれるなど、多くの人が体からのサインを心筋梗塞だと結びつけることが出来ず見逃してしまうことがあります。確かにこれらの症状は、疲労がたまっただけでも現れます。心筋梗塞の初期症状は、みぞおち〜胸が強烈に痛む、冷や汗が出るほどの痛みで、30分以上痛みが続く場合は様子を見ないで迷わず救急車を呼びましょう。激しい痛みなどを伴わない無痛性の心筋梗塞という方もいます。高齢者の方や、糖尿病などで、知覚神経の機能が鈍っている人に起こりやすいと言われています。糖尿病の方は気になる症状があれば、必ず主治医に相談しましょう。心臓カテーテル検査は、局所麻酔で痛みをとったうえで、手や足の動脈からカテーテルと呼ばれる細い管を心臓の血管の入口まで送り込み、カテーテルの先端から造影剤を注入し、流れる様子を多方面から撮影して、心臓の血管(冠状動脈)の細くなったり、詰まったりしている血管病変を調べる検査です。検査時間は、30分程度ですが、検査の難易度や一緒に行う諸検査により変動しますから、その都度ご説明します。私達心カテチームは循環器医師2名、看護師2名、放射線技師1名、検査技師1名、臨床工学技士2名のチームメンバーで検査を行っています。通常は、それぞれの職場で勤務している為、お目にかかった時には、皆違うユニホームで働いていますから、「誰だろう?」と思われた方も多いのではないでしょうか?心カテが必要と循環器の医師が判断したら、カテ着に着替えて集合しています。これからがんばります。どうぞよろしくお願ひします。





整形外科 成嶋 靖博

### 医療コラム

平成27年7月より整形外科医として赴任しました成嶋靖博です。

順天堂大学医学部卒業後、同大学関連病院での勤務を経て、今回浜松北病院へ赴任することとなりました。

私は股関節疾患、特に変形性股関節症などに対する人工股関節手術を専門としていますが、骨折や人工膝関節手術など、股関節疾患に関わらず診療をしてきました。当院での治療が困難と判断される場合には、他病院へ紹介することで皆様のお役に立てればと考えています。

整形外科は「ゆりかごから墓場まで」全ての年齢層が対象です。股関節の領域に限定しますと、先天性股関節脱臼から始まり、寛骨臼形成不全（生まれつき関節の屋根が少ない状態）、変形性股関節症、転倒などで生じる大腿骨頭すべり症や大腿骨頸部骨折、化膿性股関節炎や単純性股関節炎など年齢によって生じやすい様々な疾患があります。

私が専門とする【人工股関節手術】は、数多くの病院で日常的に行われている手術の1つです。傷んだ関節軟骨によって生じた股関節痛に対して、人工関節に入れ替えることにより痛みを和らげ、私生活の改善・向上に役立てていただける良い方法ですが、手術自体を想像すると「機械の関節なんて怖い」と思われがちです。しかし、術後痛みが比較的早期に軽くなるため、満足感が得られやすい手術の1つとなっており、現在、手術後に「忘れられる人工関節」を目指して日本各地で議論が繰り返されているところです。

当然のことながら、全ての変形性股関節症が手術適応になるわけではありません。

軟骨の摩耗が少なく、疼痛が少ない「初期関節症」では、下肢（特に太もも）筋力トレーニング・体重のコントロール・適時杖歩行によって股関節の負担を減らし、痛みを和らげることが可能です。また、ジグリングといって、いわゆる「貧乏揺すり」運動も軟骨を保護し、摩耗の進行（関節症の悪

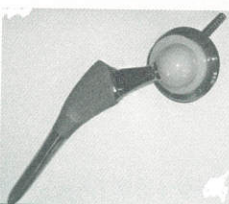
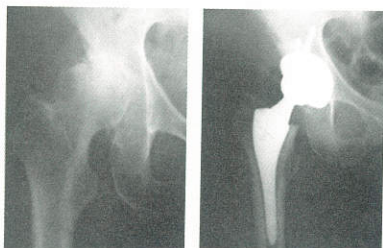
化）を遅らせられる可能性があるとして、現在ひそかに注目を浴びています。寛骨臼形成不全を合併している関節に対しては、寛骨臼骨切り術を選択することにより軟骨の負担を軽減し、変形性股関節症へのリスクを減らすことも可能な場合があります。

軟骨の摩耗が著しく、夜間痛や痛みが持続する「末期関節症」になると保存的治療での効果が少なくなってくるので、その際は人工関節手術がよい適応となってきます。

人工股関節手術に対する入院期間は1週間前後というのが流行り始めておりますが、当院での入院期間は3週間前後を考えています。リハビリテーションの進み具合によって、早く退院したりゆっくり退院したりすることも可能です。

股関節に関わらず痛みでお悩みの方、人工関節にご興味のある方、遠慮なくご相談ください。

ご存じの通り、日本は世界一の長寿国家であり、更なる超高齢化社会へと進んでおります。第2・第3の人生設計に少しでもお役に立てるよう精進してまいりますので、宜しくお願いいたします。



4月～股関節外来開設  
毎週火曜日午前中  
完全予約制  
受診時ご相談ください

### 栄養科通信

## おとぼの音



今回、この原稿を一泊二日の研修旅行中にて書いております。

今回の目的地は京都。バスでの移動です。その道中、車窓から見える遠くの山は、まだ雪を残し寒々としております。しかし路肩付近を見ると、木々の芽はほころびだし、根本の所々にはヨモギや蕎麦の藁の緑が映え、春の訪れを感じさせます。

研修を昼間に終えた我々は夜の京の街に繰り出しました。そして様変わりした街を目にし驚きました。京都と言えば、中学・高校の修学旅行の定番です。人が多いのは今も昔も変わらないのですが、当時と違うのは外国の方の多い事。耳に入るのは異国の言葉ばかり。たまに日本語を聞くと懐かしさすら感じ振り返る一同。京都にいる事を忘れてしまいます。

また着物に着替え観光を楽しむのが流行っている様子。あちらこちらに着物姿の男女を見かけます。着こなしや振る舞い方がどこかごちくち、古い街並に溶け込めず浮いてしまっている様で、違和感を覚えたのは私だけではないと思います。以前の古都京都らしさは無くなってしまった様に感じてしまいました。

そんな寂しい思いを抱きながら、我々は予約した小料理屋を目指し裏通りに入りました。そこは人も疎らで、提灯や灯籠の灯りに照らされた昔ながらの町屋造りが建ち並び、ゆっくりと時間が流れています。整然と敷き詰められた石畳を歩くおこぼの音がどこからか聞こえてきます。この時初めて京都に来た事を実感できました。目的の店もその中にありました。格式高く一人では到底入れないお店でしたが、知人の顔で破格の安値で舌鼓を打つことができました。どの料理も素晴らしく普段目にしないものばかり。中でも『蛸イカのおめた』は絶品でした。時代を感じる古い白磁の器に葱の緑が映える様は、まさに昼間、車窓から見た春…。店を営む初老の御夫婦に作り方を聞きましたが教えてはくれませんでした。『隠した物が3つ入っているけどわかるかな?』と女将さんがヒントをくれました。『隠し味や使っている調味料はおそらくこうであろう』とゆっくり料理を噛みしめ考えました。少しだけ味泥棒をしたつもりでありますが、『はずれ～残念でした』と舌を出し笑っている御夫婦の姿も浮かびます。試しに作ったらそれに近いものになりましたので書いてみますね。

### ■【味泥棒したつもの和え味噌、の作り方】～用途いろいろ～

#### 【和え味噌の材料(4人分)】

- ①白みそ 大さじ1.5
- ②砂糖 大さじ2
- ③酢 大さじ2
- ④みりん(加熱したもの) 大さじ1
- ⑤胡桃の実(あたり胡麻で代用可) 小さじ1
- ⑥柚子皮(おろし金でおろした物) 少々
- ⑦和辛子 少々

#### 【作り方】

- 1.すり鉢に胡桃の実を入れ粘りが出るまで根気よく搗(す)る。
  - 2.①～⑦をすり鉢に入れ攪り棒で、ゴリゴリやりながら、よく混ぜ合わせる。
- ※①～③はお好みで調整をすり鉢に茹でた葱1束・イカ・ワカメ等を入れ合える。(この時期なら筍の姫皮や菜の花もいいですね。)

管理栄養士 青山

### 外来担当医師表

2016年4月～

★学会等により、休診、代診など変更がある場合があります。  
★受付時間外の救急受診をご希望の場合は、来院前にお電話でお問い合わせください。

		受付時間 / 8:00～12:00 16:30～18:45					
		月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
夕方	○	○	○	○	○	○	○

		受付時間 / 8:00～12:00					
		月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○	○

		受付時間 / 8:00～12:00					
		月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○	○

		受付時間 / 8:00～12:00					
		月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○	○

		受付時間 / 8:00～12:00					
		月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○	○

		受付時間 / 8:00～12:00 ※第1.3.5週					
		月	火	水	木	金	土
午前	※○	○	○	○	○	○	○

		受付時間 / 8:00～12:00					
		月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○	○

		受付時間 / 8:00～12:00					
		月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○	○

		受付時間 / 8:00～12:00 15:45～17:45					
		月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	○	○	○	○
乳児健診 (要予約)	火・木	13:30～					
予防接種 (要予約)	火・水・木・金 月・水・金 土	14:30～15:30 16:00～17:45 12:00～12:30					

※予約受付時間 8:30～17:00(電話予約可)

切り取ってお使いください