



連絡先
■熱海病院通所リハビリテーション
FAX (024) 984-13174
内線5220



高齢化社会に向けて、虚弱高齢者に対する支援事業と軽度障害者（要支援）に対する介護予防サービスを開始しました



通所リハビリテーション所長

山口克彦

○「通所リハビリテーション」では新たなサービスを提供します
「通所リハビリテーション」は、医療保険での外来リハビリが制限されたので、脳卒中等の急性期や回復期リハビリに続く退院後の「維持リハビリ」としての機能を担うことになりました。また、従来のサービスに加えて、次の三つの新たなサービスが利用者各自の希望と私たち通所側の評価・判断により提供させていただくことになりました。これらは通所スタッフと専門スタッフにより実施されます。特に新設された「介護予防給付」で強力に実施されます。

- ① 運動器の機能向上（理学・作業療法士等）
- ② 栄養改善（管理栄養士）
- ③ 口腔機能の向上（歯科衛生士等）

○「熱海病院通所リハビリテーション」のサービス提供の予定
熱海病院通所リハビリテーションでは平成19年2月より、次のような日割りでそれぞれの給付を提供できるようになりました。
要介護者（要介護1～5）に対する介護給付は月・水・金曜日
要支援者（要支援1、2）に対する介護予防給付は火・木曜日
通所スタッフ、専門スタッフとも常に勉強し、皆様に満足していただけるサービスの提供に努めてまいります。これまで同様、熱海病院通所リハビリテーションをご利用ください。

感染性胃腸炎（ノロウイルス）



消化器科 部長代行 片寄 耕蔵



冬季に入り、テレビや新聞、身近なところでもノロウイルスの名前を聞くことが多くなりました。以前から感染性胃腸炎の原因として知られていたウイルスですが、今年は特に流行しています。皆さんの周りでも感染された方も多いのではないのでしょうか。今回は感染性胃腸炎、特にノロウイルスについてお話ししたいと思います。

感染性胃腸炎という診断名は様々な原因による症候群であり、ウイルスや細菌によるもののほか、寄生虫によるものもあります。冬季に発生する感染性胃腸炎のほとんどがウイルスによる胃腸炎です。原因ウイルスは、ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルスなどが知られています。例年、初冬から増加し始め12～1月頃にピークとなり春先まで多く発生します。ノロウイルスは、毎年、食中毒の病因物質の上位に入っています。

主な症状は嘔吐と下痢ですが、程度には個人差があり、37～38度の発熱を伴うこともあります。感染してから1～2日で発症しますが、一般に他の食中毒と比べて症状は軽く、ほとんどの場合2～3日で治ります。しかし、諸症状から脱水症状をきたすことがあり、重症例や、子供やお年寄りでは注意が必要です。症状が治まっても、2～3週間は便中にウイルスを排出するので、感染者はトイレや入浴の際に注意が必要です。

感染は吐物や便の中に含まれるウイルスが手、あるいは手で触れたものを介して口に入り感染したり、患者の便中に排泄されたウイルスが下水から河川、海水中に流入し、それに汚染された貝類を生、あるいは加熱が不完全なまま食べることにより感染したり、病原体を持っている人が調理した際に食品が汚染され、その食品を摂取したときに感染する場合があります。ノロウイルスは人の生きた細胞内でしか増殖できないので食品中で増えることはありませんが、ひとたび腸の中に入ると急激に増殖して食中毒をおこしてしまいます。

診断は、PCR法といってウイルスの遺伝子を増幅させ感染を判断する方法がありますが、時間もかかり、値段も高値なため、症状から判断しているのが実際です。インフルエンザのように簡便に診断できるキットの開発が待たれます。

予防としては経口的な感染が多いため、手洗い、うがいをして清潔を保つことが重要です。特に排便後や調理前は石鹸と流水での手洗いが大切です。タオルの共用も避けることも必要です。また、便や吐物を処理する際は素手で触らず、ビニール手袋を使用してください。ウイルスの消毒というとアルコール消毒と考えますが、ノロウイルスはアルコールに抵抗性があるため、生ものを調理したまな板などは次亜塩素酸（例：ハイター）での消毒が有効です。食品中のウイルスは熱を加えると死滅するので、汚染されている可能性のある食品は、中心部までよく加熱してください。85度以上で1分間以上の加熱を行えば感染性はなくなるといわれています。

治療法は、このウイルスに対して効果のある抗ウイルス剤がありませんので、対症療法が中心となります。体力の消耗や脱水症状がひどい場合には、病院で輸液を行うことをおすすめします。下痢止め薬は、病気の回復を遅らせること（ウイルスを排泄させた方がよいとの考え）があり、使用しないことがあります。

ノロウイルスによる食中毒や感染症が全国で多発しています。ノロウイルスについての知識を持ち、予防のため外出時やトイレ後は十分に手洗い、うがいをし、かからないように気をつけていきましょう。



地域連携医院紹介

丸山整形外科クリニック

所在地 〒963 0201 郡山市大槻町広町26-1
電話 024-961-0818

診療科目

整形外科・リハビリテーション科

診療時間

月・火・木・金 午前9時～正午 午後2時30分～午後6時30分
水 午前9時～正午 午後2時30分～午後5時
土 午前9時～正午 午後2時30分～午後5時

休診日

日曜日、祝日、第2・第4土曜日、水曜日午後



うさみ内科

所在地 〒963 0201 郡山市大槻町三角田88-2
電話 024-961-1114

診療科目

内科(肥満などの生活習慣病を対象とした運動療法)

診療時間

月・火・木・金 午前9時～午後12時30分 午後2時30分～午後6時30分
水・土 午前9時～午後1時

休診日

日曜日、祝祭日、水曜日・土曜日午後

プロフィール



院長 丸山俊章

昭和46年 昭和大学医学部卒業
同 昭和大学医学部整形外科医局入局
昭和48年～52年 太田熱海病院整形外科勤務
昭和58年 太田熱海病院整形外科部長
平成2年 太田熱海病院副院長
平成4年 丸山整形外科クリニック開業



開業して15年目に入りました。この間、熱海病院の皆様には診療のみでなく、様々な面で御援助を頂き大変有り難く思っております。特に緊急の患者さんの受け入れに関して、当方のわがままを受け入れて頂き感謝しております。

前後に分け合計13

年半お世話になった者として、熱海病院には特別な思いがあり、御発展を心から願わずにはいられません。また、在職中大変楽しく、かつ有意義な勤務医生活を送らせて頂いたことを忘れることは出来ません。本当に有難うございました。これからもいろいろご迷惑をおかけすると思いますが、よろしくお願い致します。

プロフィール



院長 宇佐美啓治

昭和57年3月 福島県立医科大学卒業
後付属病院第二内科入局
昭和63年4月 福島県赤十字病院勤務
平成5年 内科部長として勤務
平成7年 阪神大震災の救護活動に参加
平成9年10月 うさみ内科開業



郡山市大槻町に開業して10年目に入りました。主に生活習慣病に対する運動療法を主体に診療をしてまいりました。メタボリックシンドロームが一般の方の間でも話題になっており今後、益々運動療法が注目を浴びてくると思います。太田熱海病院の職員の方々にはなにかと大変お世話になっております。地域の特性上高齢の方が多く今後、自宅での訪問診療や訪問看護が重要になっていきます。病診連携という形でサポートしていただきながら出来るだけ積極的に在宅医療にも力を入れて行きたいと考えています。よろしく

お願い致します。

地域連携医院紹介

ゆうわクリニック

所在地 千 963 0201 郡山市大槻町字広町26-17
電話 02496117888

●診療科目

内科・胃腸科・外科・肛門科・皮膚科

●診療時間

月・火・水・金 午前9時～正午 午後2時～午後6時
土 午前9時～正午 午後2時～午後4時30分

●休日

日曜日・木曜日・祝祭日



春山産婦人科

ゆうわクリニック



春山産婦人科

所在地 千 963 0205 郡山市堤二丁目8番地
電話 02495214665

●診療科目

産婦人科・内科・小児科

●診療時間

月・火・水・金 午前9時～正午 午後2時～午後5時
木・土 午前9時～正午

●休日

日曜日、祝祭日、木曜日・土曜日午後

プロフィール



院長 渡部政和

昭和52年 福島県立医科大学卒業
同 同大学 第二外科入局
昭和58年 太田総合病院勤務
平成5年 ゆうわクリニック開業



専門性の高い総合病院との連携は開業医にとって大きな位置を占めております。とりわけ、熱海東部、片平、湖南からの患者さんも多い当院にとって、太田熱海病院の各科の先生方やスタッフの方々には何かとお世話になっており、心より御礼申し上げます。かつて通い慣れた熱海病院周辺の春夏秋冬の色彩り豊富な景色や、一緒に働かせていただいた方々のお顔(10数年前の)を懐かしく思い出しております。今後共よろしくお願い申し上げます。

約10年間お世話になりました太田熱海病院を辞し、片平、富田に近い大槻町に開業して間もなく15年目を迎えるようとしております。内科、外科、皮膚科として身近なプライマリケアを担うクリニックを目指し院内整備を進めて参りました。それにつけても最近の診療内容は多岐に亘り、

プロフィール



院長 春山喜重

昭和42年 日本医科大学卒業
昭和43年 日本医科大学第一附属病院、鈴木産婦人科入局
昭和50年 太田総合病院勤務
昭和58年 春山産婦人科医院開業
昭和63年 医療法人恵風会春山産婦人科医院



になりましたが、3年前から分娩取扱いを廃止致しました。現在、妊婦健診、婦人科検診、思春期・更年期健康相談等の外来診療を行っております。今般、医療安全が問われる中、これからは専門的な各科の先生方と病診連携をとり、地域医療に貢献して参りますので、今後共宜しくお願い致します。

太田総合病院には、9年間勤務して参りました。現在地に開業してから23年が経ち周囲の風景も大きく変化し開業医も増えております。開業当時より太田総合病院の産婦人科の先生はじめスタッフの皆様には大変お世話に



Q&A

No.12 ずつう 頭痛



神経内科部長
白田 明子



もっともっと知りたい体のこと!!

Q 片頭痛とはどんな頭痛ですか？

A 脳にこれといった病変がないのに、頭の片側あるいは両側に心臓の鼓動にあわせてズキンズキンという激しい痛みが生じる頭痛です。吐き気がしたり、光や音に敏感になったりし、動く痛みがひどくなります。月に1~2回から、多いときは週に2回ぐらいの割合で、強い頭痛が起こります。

Q 月経時にいつもひどい頭痛がおり、市販の頭痛薬をのんでも効かないのですが、どうしたらよいですか？

A 片頭痛は月経時に増強することが多く、片頭痛の特効薬としてトリプタンがあります。トリプタンは医師の処方箋が必要ですので、頭痛の専門科である神経内科などを受診して下さい。

Q 頭痛が頻回にあり、頭痛薬を毎回のよう
に飲んでいますが、大丈夫でしょうか？

A 頭痛に対して鎮痛薬を服用するだけでは根本的な治療になりません。頭痛のタイプをきちんと診断し、それに見合った治療が必要です。また、頭痛薬を長期間、頻回に飲み続けることで頭痛が引き起こされることがあります。もし、頭痛薬を毎週2~3日以上飲んでいて、毎日のように頭痛が起き、頭蓋内に特別な病変がない場合には、薬物乱用頭痛（薬の飲み過ぎで起こる頭痛）の可能性がります。そうならないためにも、頭痛薬は多くても月10日未満にとどめましょう。

●片頭痛自己診断—あなたの頭痛はどれ？

痛みの症状	しめつけられるような重い痛み	吐き気、嘔吐をともない、光や音に敏感になる	目の奥をえぐられるようなかなり強い痛み
痛みの部位	頭の両側	頭の片側が多いが、両側が痛むこともある	ほとんど頭の片側
痛みの頻度	ほぼ毎日痛む	月1~2回から、年に数回痛む	数年のうち、1~2ヶ月だけ毎日数時間激痛が走る
痛みに伴う症状	肩こり、首筋のはり、めまい、耳鳴り、など	吐き気、嘔吐をともない、光や音に敏感になる	結膜充血、流涙、鼻汁、発汗など
頭痛のタイプ	緊張型頭痛	片頭痛	群発頭痛

*これはあくまでも代表的な症状であり、先生にあなたの症状をよく伝えて下さい。



インフルエンザは普通の風邪とは違い進行も早く、特にお年寄りやお子様は重症になることもあるので、インフルエンザにかかった場合は早めの治療が大切です。インフルエンザの診断がつけば有効な薬がありますが医師の処方が必要なので、突然の発熱、周囲にインフルエンザがはやってる時の体調不良時は早めに医療機関へ行きましょう。

作により、結果は15分です。検査が出来るため、外来ですぐに検査が出来ます。

インフルエンザは血清型によりA型、B型に分類されます。検査はA型、B型それぞれウィルスに反応する抗体を用いたウイリスを抽出します。検査方法は鼻汁や咽頭粘液に含まれるウィルスを検出します。検査方法は鼻汁や鼻の奥を綿棒でこすり粘液を取り出します。それを検査薬に溶かし出し、試験紙に垂らして抗体との反応を見ます。簡単な操作により、結果は15分です。検査が出来るため、外来ですぐに検査が出来ます。



インフルエンザ 抗原検査

臨床検査部
阿部 孝

当院では、人間ドック各コース(1日、2日、3日、脳)を実施しています。
皆様の健康管理にお役立てください。
2~3月のみ特別割引を実施しています。
(個人受診者のみ)
詳しくは人間ドックまでお問い合わせください。
(内線5585)

～郡山市の委託を受けて開設しています～

院内 その12

見えて歩き

熱海地域包括支援センター

熱海地域包括支援センター

は、高齢者のみな様が、住みなれた熱海地域でいつまでも健やかに生活していただけるよう、介護予防サービスをはじめ、健康、福祉、権利擁護など、さまざまな面から総合的に支援していきます。

● 介護に関する相談をはじめ、健康や福祉、医療や生活に関することなど、どのような相談にも対応します。

● 今の状態にあわせ、自立して生活できるよう介護予防の支援を行います。

● お金の管理や契約に不安があるとき、家族がいない場合などに成年後見制度を利用できます。申立てなどの手続きの支援を行います。

● 高齢者の虐待防止や生活トラブルからの回避など関

係機関と連携を図りながら対応します。

● 地域のケアマネージャーが円滑に仕事が出来るよう、支援や指導を行います。

■ 相談方法

● 電話でお気軽にご相談を！
(24時間体制で行っています)
● 必要に応じて、ご家庭に訪問いたします。

当センターは太田熱海病院西棟2階にあります。
● 直接当センターへお越し頂いても対応いたします。

お問合わせは、熱海地域包括支援センターまで

TEL 024198416868
FAX 024198413612

所長 斉藤さく



医食同源



1人分 エネルギー 181kcal
塩分 1.5g

……………【ナツメのスープ煮】……………

今回はナツメと山芋、かぶと一緒に煮込んだ温かいスープ煮をご紹介します。ナツメは漢方五果の一つで胃腸を丈夫にし、滋養強壮効果があり、中国では一日3個食べれば一生若く見られると言われていました。また補血、止血の効果もあり、更年期障害やそれに伴うイライラに対する鎮静効果もあります。

このスープ煮は、胃腸の働きを良くし体を温める作用があり、冷え性の方におすすめの一品です。

＜栄養部＞

(材料4人分)

- 若鶏もも皮なし……………1枚
- 根生姜……………1片
- ナツメ……………12個
- 水……………6カップ
- 人参……………中1本
- 干しいたけ……………4枚
- 山芋……………6cm
- かぶ……………2個
- 葱……………1本
- 食塩……………小さじ1杯
- 醤油……………大さじ1杯
- 日本酒……………大さじ4杯
- ゴマ油……………小さじ2杯

A

- 作り方
- ①人参は、乱切り、山芋は厚めの半月切りにする。戻した干しいたけと、かぶは四半分に切り葱は斜め切りにする。
 - ②鍋にナツメと若鶏もも肉、生姜、水を入れ、沸騰したらアクをとり、20～30分間煮る。人参、干しいたけ、山芋を入れ、柔らかくなるまで10分位煮る。
 - ③かぶを入れ3～4分煮て調味料Aを入れ、葱を入れ、火を止めてゴマ油を入れる。

編集後記



地球規模の異常気象が叫ばれはじめて何年経つのだろうか。身近に現実的な異常を感じる今年の冬、この先

どうなってしまうのかと心配でしかたない。我が家の花梅も早々と馥郁(ふくいく)を楽しませてくれている。一昨年から始めた梅干しづくりは、もっぱら「お湯割り焼酎用」の自分専用(本人は美味しいと思う)である。今年は健康(血圧)を考えると甘塩で漬けたいので、梅も豊作でありますように。

眞船市雄



太田熱海病院広報委員会

- ◆委員長 藤井 亮司
- ◆委員 古川美智子・安部 一秀・風間 由美
- 箭内隆菜美・添田 啓子・渡辺 文裕幹事
- 紺野 草子・武田 美紀・眞船 市雄副幹事