

ほっと

熱海のホット
ホットなニュース
熱意のホット
ほっとするホット

地域と熱海病院を結ぶ ホットな情報誌

Ohta Atami Hospital
HOT 2019.

No.22

太田熱海病院だより

編集・発行／太田熱海病院サービス向上委員会
発行日／令和1年11月15日
住 所／〒963-1383
郡山市熱海町熱海5丁目240番地
TEL (024) 984-0088
ホームページ：http://www.ohta-hp.or.jp/



この度、太田 宏先生の後任として太田熱海病院の院長に就任しました丹治雅博です。私は平成17年より太田西ノ内病院で心臓外科医として主に手術や外来など臨床に携わってききましたが、今後は「患者様から信頼され、地域から愛される太田熱海病院」を目指して、病院運営に邁進して参ります。太田熱海病院は磐梯熱海温泉街に太田診療所として昭和24年にスタートし、令和元年の今年、70周年を迎えることになりました。その間、地元熱海地区を中心に、隣接する本宮市、大玉村、湖南町、猪苗代町の地域医療を担う病院として、「地域に根ざしたプライマリケアと救急医療」の基本方針のもと、医療を提供して参りました。今後は超高齢社会に向けて、高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの中心的な役割も果たしていきたいと考えております。急性期医療だけではなく、急性期を脱した患者様の回復期リハビリテーション、在宅で介護を受けている患者様への訪問診療や訪問看護・訪問リハビリテーション、認知症を始めとする慢性疾患の患者様への継続的な関わり合いなどを、当院のモットーである「多職種連携とチーム医療」を活かして、地域の皆様から求められる病院を目指して参ります。また長寿国日本ですが、「平均寿命」と「健康寿命」の差は、男性では9歳、女性では12歳と報告されており、大きな差が生じつつあります。この差を縮めるためには「予防医学」が重要であり、太田熱海病院の予防医学センターを大いに活用し、地域住民の皆様様の生活習慣病の予防・疾病の早期発見・健康増進に努めて参ります。太田熱海病院は郡山市西部地区の基幹病院として太田西ノ内病院との連携を強化しながら、リハビリテーションが充実している当院の特徴を活かし、より良い病院に向けて、職員一丸となり頑張つて参ります。また11月30日には開院70周年を記念して地域医療をテーマにした講演会をユラックス熱海で開催する予定です。地域の皆様のご参加をお待ちしております。



新院長
丹治雅博



前院長 太田 宏

熱海病院院長退任にあたって

令和元年6月30日をもって太田熱海病院院長の職を退任いたしました。

この間診療科の削減、大震災の影響等々、入院、通院して頂いている皆様には大変ご不自由、ご心配をおかけいたしました。心からお詫び申し上げます。

私は、平成12年に院長に就任いたしました。この間一番印象に残っているのは平成23年3月11日に発生した東日本大震災並びに原子力発電所事故に於ける避難者の皆様に対する対応でした。避難所として熱海温泉の旅館が選任され多くの避難者が居住いたしました。体調を崩して病院を受診する方の多くが薬も持たずに避難してきたとの情報があり、各旅館を巡回いたしました。

必要最小限の薬を提供し、脳梗塞、心筋梗塞の初期の段階で入院し重度化を防ぐことが出来ました。又、当病院の保養施設である緑風苑の大広間を子ども達の遊び場として提供しておりましたが、これがペップキッズ郡山の原点であったと後にお聞き致しました。

7月1日からご就任された丹治院長先生は既に整形外科外来を再開させるなど今後、新たな病院運営を行うことと存じます。どうぞご期待ください。



循環器内科を 担当します。

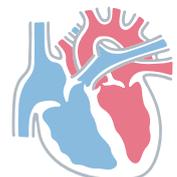


循環器内科 小松 宣夫

今年10月より、太田熱海病院で毎週木曜日に内科（循環器）の外来を担当させていただくことになりました。私は、1989年に福島県立医科大学卒業後、第一内科（現在の循環器内科）に入局し、循環器領域を中心とした内科医師として長年従事してきました。2006年に、太田総合病院附属太田西ノ内病院循環器センター循環器内科に赴任し、現在は、循環器センター長として、太田西ノ内病院の循環器センターの医師及びコメディカルスタッフと一緒に循環器疾患の診療にあたっております。太田西ノ内病院の循環器センターでは、県中、県南医療圏を中心に、狭心症や心筋梗塞などの虚血性心疾患、心房細動などの不整脈、手足や腎臓の動脈が動脈硬化により、狭窄、あるいは閉塞する末梢動脈疾患、心臓弁膜症など、循環器疾患の患者さんに対して高度医療を行っており、冠動脈に対するカテーテル治療が年間300-400例、不整脈に対するカテーテルアブレーションが年間250-300例、ペースメーカーの新規植込み術及び交換術が年間90例程度、末梢動脈疾患に対するカテーテル治療が年間70例程度となっております。現在、社会の高齢化に伴い、循環器疾患の患者さんは増加しつつあり、中には、専門的な治療を必要とされる患者さんも多くおられると思います。今回、毎週木曜日の午前中のみではありますが、太田熱海病院で外来を担当する機会を与えていただきました。私の専門は、虚血性心疾患や末梢動脈疾患に対するカテーテル治療ですが、その他の循環器疾患についても、幅広く診療を行っていきたいと考えておりますので、心臓病の心配のある方は受診して頂ければと思っています。

今後、太田熱海病院の先生方やスタッフの皆さんのご協力のもと、微力ながら地域医療のお役に立てるように尽力いたします。

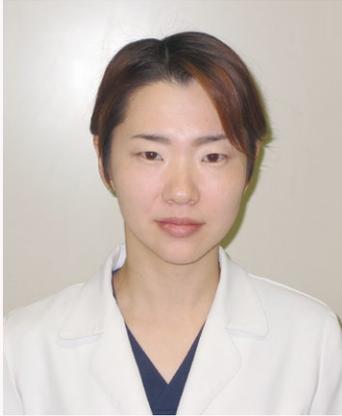
どうぞよろしくお願ひ申し上げます。



もっともっと
知りたい体のこと

健康 Q & A

No.22



整形外科 松下 夏紀

変形性股関節症について



Q. どんな症状がでますか？

A. 立ち上がりや歩き始めに股関節に痛みが出ます。進行すると痛みが続くようになります。股関節の動きが悪くなり、しゃがむ、靴下を履く、足の爪を切る等の動作が困難になったり、左右の足の長さに差が出てきたりすることもあります。

Q. 原因は何ですか？

A. 女性に多いのですが、赤ちゃんの時の股関節の形成不全や発達障害が原因となっていることが多いです。明確な原因がなくても加齢変化により発症する方も増えています。

Q. どんな検査で診断できますか？

A. 診察後、レントゲン検査を行います。進行すると関節の隙間が狭くなったり、骨に出っ張りや空洞がでたりします。初期の場合はMRI検査をすることもあります。

Q. どんな治療がありますか？

A. 骨切り術と人工股関節置換術があります。

Q. 自分で予防する方法、痛みを楽にする方法がありますか？

A. 股関節に負担のかかる動作を避けることが一番です。また股関節周囲の筋肉が衰えないよう、水中歩行や適度な運動・筋トレをするとよいでしょう。

話しの いずみ

コップ1杯の水

薬剤部 畑 伸一

説明書には薬を飲むときコップ1杯の水または白湯で飲んでくださいと書いてあります。ほとんどの人が一口から二口の水の量で薬を飲んでいっているのは……

なぜコップ1杯？

のどに引つかかるから？正解です。特にカプセル剤はのどにくっ付きやすいのです。薬によつてはのどにくっつくことにより炎症を起こすものもあります。

もう一つ、薬が効くために大事なことがあります。

錠剤やカプセル剤は胃の中にある時、溶けて崩れることによつて、腸に流れて行つてそこで血液の中に入り、体中にまわつて効果を発揮するのです。

水の量がある程度（コップ1杯）ないと胃の中で錠剤、カプセル剤が壊れず、そのままの形

で腸まで流れていってしまい、薬が効かなくなってしまうかもしれません。

お茶で薬飲んでもいいの？

熱いお茶では、ごくごく飲めないため薬を飲むには適さないので。

最近ではOD錠といって水なしで飲める錠剤が増えてきています。

しかし、ほとんどの人が3〜6種類の薬を一度に飲まなくてはならず、すべてがOD錠ではないため、水を飲む必要があります。

薬が目的とする効果を発揮するためには、正しい服用時期、服用回数を守ることが最も大事ですが、薬を口に入れ、コップ1杯の水、あるいは白湯でゴクゴク胃の中に流し込むことも大事なことなのです。





嚥下センター運営委員会／嚥下口腔ケアチーム

院内見歩き

No.22

「食欲の秋、美味しい食物がいっぱい」の季節になりました。人間にとつて「食べる」ことは、身体機能の維持だけでなく、毎日の楽しみであり生きる喜びです。口から食べるためには、食べ物や口の中に入れて咀嚼しやすくし、飲み込み胃まで送り込むという一連の動作があります。この一連の動作を「摂食嚥下（もじくはえんげ）」といいます。この動作の過程に問題があり食べ

物をうまく飲み込めない状態を「摂食嚥下障害」といいます。摂食嚥下障害により思うように食事が取れなくなると食べる楽しみを損ない、食べる意欲や食欲低下につながります。栄養や水分が不足すると体力や免疫力が低下し、病気にかかりやすくなってしまう。嚥下機能の低下は、高齢者だけの問題ではありません。喉の老化は4代から始まるといわれています。いつまでも美味しく食べる機能を維持するために、以下の3つを心がけましょう。

①毎日のお口のケアをしっかり行いましょう。ブクブクがいはよい運動になります。②よく話し、よく笑い、口や喉の筋力を維持しましょう。③栄養をしっかりととり、免疫力を高めましょう。

当院では、嚥下機能評価のための「嚥下造影検査」を行っています。食べることや飲み込みで気になることがある場合は、主治医・看護師にお気軽にご相談ください。

看護部 遠藤美智子



きのこたっぷりドライカレー

栄養部 薄井 奈津美

1人分【エネルギー：660kcal たんぱく質：19.4g 塩分：1.7g】



日に日に秋も深まり、寒さが身に染みる季節となりました。

今回は今が旬のきのこ・レンコンを使った料理をご紹介します。きのこ・レンコンどちらも食物繊維を多く含む食品です。食物繊維は、便秘の予防や改善に効果があることで知られています。最近では、心筋梗塞、糖尿病、肥満などの生活習慣病の予防に役立つこともわかってきています。日本人の食物繊維の目標量は、18歳～69歳では1日あたり男性20g以上、女性18g以上であり、不足しないように摂取することが大切です。

今回紹介するカレーは、具材を小さく切ることで火が通りやすく、煮込む時間もいらないのであっという間に出来上がります。ご飯にかけるだけでなく、パスタにかけたり、食パンにのせたり、いろいろアレンジできるのでぜひお試しください。

■材料（2人分）

- 豚ひき肉 …………… 100g
- たまねぎ …………… 80g
- れんこん …………… 60g
- にんじん …………… 40g
- しいたけ …………… 20g
- まいたけ …………… 20g
- えりんぎ …………… 20g
- しょうが(みじん切り) … 1かけ
- にんにく(みじん切り) … 1かけ
- カレー粉 …………… 大さじ1
- オリーブ油 …………… 大さじ1
- トマト缶 …………… 1/2缶
- コンソメ …………… 5g
- 水 …………… 150ml
- しょうゆ …………… 小さじ1
- 塩 …………… 少々
- こしょう …………… 少々
- ご飯 …………… 400g

■作り方

- ①野菜・きのこ類は全て7mmの角切りにする。
- ②フライパンにオリーブ油を熱し、しょうが、にんにく、たまねぎを炒め、しんなりしたら挽肉・にんじんを加える。火が通ったられんこん・きのこ類・カレー粉を加えて炒める。
- ③②に水、コンソメ、トマト缶を加え、煮る。
- ④塩・こしょう・しょうゆで味を調える。
- ⑤お皿にご飯を盛りつけ、カレーをかけて完成。

編集後記

皆様お待ちいたしました。久しぶりの「ほっと」の発行となりました。今回はいつ発行されるのだろうか？と心待ちにしていた方もいたかと思いますが、はたまた「ほっと」の存在を忘れていた方もいるのでは……。

今回、病院長交代・整形外科予約診療の再開・循環器科の診療枠の増などの情報を掲載いたしました。くわしくは、紙面をご覧ください。

太田熱海病院70周年を迎える年でもあります。今後、地域の皆様の健康増進・維持に貢献できるように努めたいと思います。本誌のタイトルのよう、ほっとな情報をお届けできればと思っております。

藤井亮司

太田熱海病院サービスマネジメント委員会

▼委員長 藤井 亮司
▼委員 三崎 麻子

佐藤美恵子
岩崎 恵子
品田 佳位
柳田 慎一
数沢 祐香
亀谷恵理子
坂口 恭子