

笑顔 J[😊] T[😊] 通信 No.4

2018/7発行

Dr紹介 - 常勤医師より -

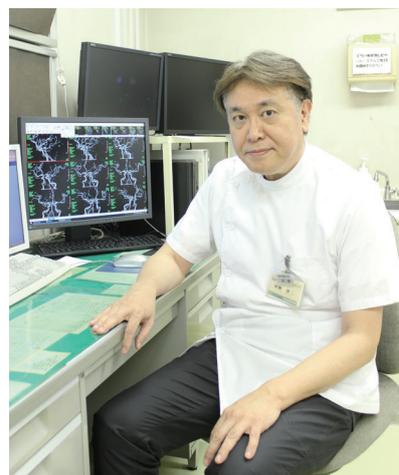


脳神経外科 河野 啓二

診療日 / 火・木・金・土(午前)、月・火(午後)



平成2年愛媛大学卒、松山市天山出身です。松山城東病院は、子供の頃から私の家族皆お世話になっているある意味慣れ親しんだ病院で、機会に恵まれ平成23年6月より入職させて頂いております。脳神経外科の方は安部智宏先生にお任せして、もっぱら脳神経内科・脳ドック・認知症・高齢者総合管理・生活指導・在宅医療を担当しています。20年に渡り愛媛県内の医療機関で働かせて頂いた経験を少しでも松山城東病院近隣の皆さん、当院受診される患者さん方にお役立てできれば嬉しいです。ここ数年、「物忘れが多くなってきたのだが、認知症ではないでしょうか?」と相談される事が多くなりました。年齢的な衰えだけでなく若い方にも“ど忘れ”というのは必ずありますが、認知症として在宅生活継続が困難になる最も分かりやすい兆候としては“今日は何年何月何日何曜日か言えない”のは非常に大切な一線と感じています。対応によっては回復可能な一線とも言えると考えています。ご家族、お知り合いでそのような方が居られましたらお気軽にご相談下さい。



脳神経外科 安部 智宏

診療日 / 月・水(午前)、火・木・金(午後)

平成16年8月より松山城東病院脳神経外科を担当しております。出身は松山市南梅本、平成7年愛媛大学医学部卒業で松山東部地区は何かと縁のある地域です。現在脳神経外科は2名体制で、私は主に救急医療とリハビリテーションを担当です。救急医療は松山市の輪番救急病院として、主に脳血管障害(脳梗塞、脳出血、くも膜下出血など)、頭部外傷、てんかん、めまい症、中枢神経系感染症などの診療治療を行っております。高齢化に伴い脳血管障害は増加しており、当科入院数の約7割を占めます。当院では脳血管障害、中でも脳梗塞、脳出血の診断、急性期・亜急性期治療を行っております。

リハビリテーションに関しては脳血管障害の急性期リハビリテーションや、心臓疾患、肺炎などの感染症、癌などの治療後身体機能低下を来す廃用性症候群のリハビリテーションを行っております。リハビリテーションによって機能改善し在宅医療や外来通院加療へ繋がるケースが増えています。入院治療後身体機能の低下により以前の生活が困難な場合はご相談ください。



リハビリテーション室

リハビリテーションは、身体の機能が衰えた高齢者をはじめ病气やけがで身体を自由に動かせない人、けがの後遺症が残った人等が自立した生活が送れるように支援します。医師の指導の下、理学療法士6名 作業療法士3名 常勤で勤務しています。

当院には、地域包括ケア病棟があり、在宅復帰にむけてスムーズな生活への復帰を支援しています。



理学療法室にある機器・器具の紹介



平行棒

- ・起立練習・立位バランス訓練
- ・歩行練習・杖・松葉杖歩行の初期に利用



エルゴメーター

- ・関節可動域増大
- ・筋力・耐久力・体力の総合的増大
- ・下肢交互運動の熟練



低周波(干渉波)療法

神経・筋を刺激し異常な感覚を起こすと共に、筋の収縮をおこす。熱は発生しない。目的は筋の収縮と鎮静作用である。両電極間の部分が電流により血管運動神経が刺激され、充血がおこり循環がよくなり炎症物質の吸収が早まる。筋の律動的収縮がおこり血行が改善される。



練習用階段

- ・日常生活動作としての昇降訓練
- ・筋力増強訓練:大殿筋・大腿四頭筋の筋力増強や耐久力増強



肋木

- ・運動時の身体固定・代償運動の防止
- ・変形防止・異常姿勢の矯正



温熱療法

物理的な温度上昇作用とヒスタミン様物質の作用により、炎症物質・老廃物の溶解吸収が促進され、局所の栄養が高まる。同時に疼痛を緩和し、組織を柔軟にする。

チームJ☺T☺ランニングの紹介

当院職員と当院関係者の有志が集まり平成29年春に「チームJ☺T☺ランニング」を結成しました。

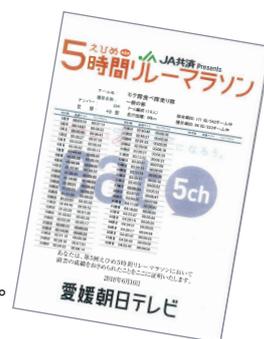
現在メンバーは13名で活動内容は愛媛県内にて開催されるマラソン大会に参加しています。

大会出場だけではなく、日頃の運動不足解消、ダイエットのためのジョギングなども行っています。

6月16日(土)には快晴の下、「えひめ5時間リレーマラソン大会」に出場しました。リレーマラソンは走力がそれぞれ違うけれど、仲間と一丸となり一本のタスキを繋ぎ、より職員間のコミュニケーションを強化出来ることが醍醐味な大会です。

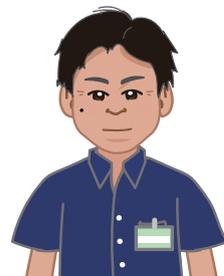
「記録よりも記憶に残る走り」を合言葉に初参加しましたが、全出場542チーム中171位と無事完走できました。仲間と一緒にゴールを目指し応援あい5時間という長時間でも楽しく走ることができました。

「チームJ☺T☺ランニング」そして「松山城東病院」共々これからも走り続けます。

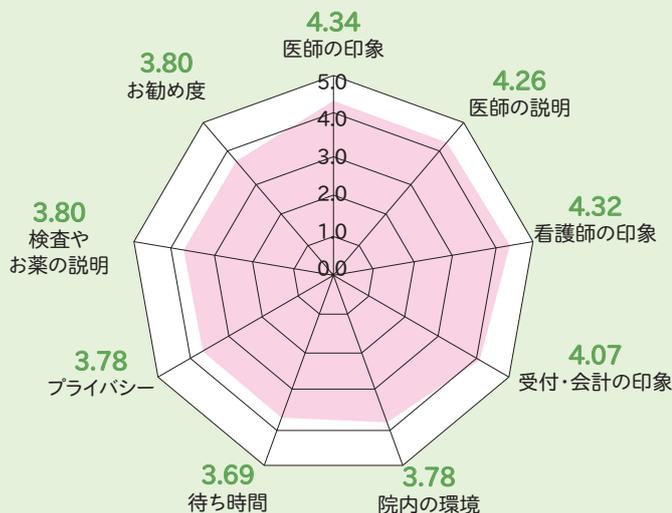


患者満足度調査結果

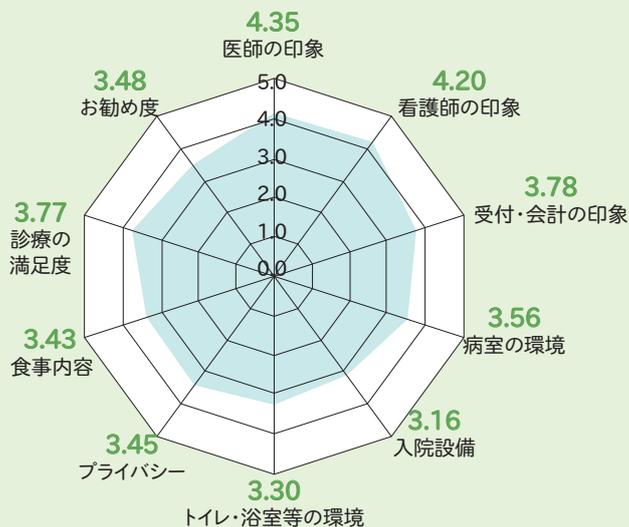
病院理念である「安全・安心な医療を提供し患者様の満足度が向上する病院」を目標として、患者満足度調査を初めて実施しました。
アンケートにご協力いただきました患者さんやご家族、ご親類の皆さんには心より感謝いたします。
これらご意見のひとつひとつが当院へのメッセージであることを全職員が受け止め、地域医療に貢献し信頼され愛される病院を目指してまいります。



通院満足度 (5段階評価)



入院満足度 (5段階評価)



ご不満・ご要望(抜粋)

- ・病院の設備が少ない、古い
- ・病室に冷蔵庫がない。
- ・病院内に売店が欲しい。
- ・トイレの数が少ない、清潔さが足りない、朝混雑する。
- ・職員の対応で気になる人がいた。
- ・歯磨きを手伝って欲しい。
- ・LAN設備がない。

お褒めの言葉(抜粋)

- ・リハビリに通って4ヶ月余り、気持ちも落ち込む日もありますが、リハビリのスタッフの方々がいつも明るく親切に頂き元気をもらっています。
- ・規模が大き過ぎず、小さ過ぎず、気楽さと安心感がある。
- ・入院した時期もあったのですが、たいへん温かく面倒をみて頂き感謝しております。
- ・思っていたほど不安なくみなさんに良くしていただいて不便なく入院生活を過ごさせていただきました。
- ・医師、看護師さんともに信頼できる。

血液サラサラレシピ

血液サラサラと聞いて思い浮かぶ食品の中で今回は青魚に注目したいと思います。

青魚はEPAやDHAが豊富で、動脈硬化の予防や認知症予防に効果があるといわれています。しかし最近では、「値段が高い」「料理が面倒」などの理由で『魚離れ』の傾向にあります。そこで、『サバの水煮缶』を使った、安くて簡単な料理を紹介します。

サバチラシ寿司(2人分)

材料 ごはん1合、酢大さじ1.5~2、サバ水煮缶小1缶(100g)、
〈A きゅうり(塩もみ)1/2本、甘酢しょうが(ガリ)千切り、いりゴマ適量〉
〈飾り プチトマト、青じそ3枚千切り、いり卵 適量〉

手順

- 1.サバ缶は缶汁を切り、身をほぐす。*寿司酢を使用しないので、塩分・当分控えめ
- 2.ご飯に酢をかけて混ぜ冷ます。*小さいお子さんは甘酢しょうがの代わりに寿司酢で味付け
- 3.Aを加え混ぜ、青じそ、いり卵をふる。*サバが苦手な方は、ツナ缶やサケ缶でもOK



裕の心がゆたかになる話

第2話 (Vol.2)



今回のお話(思い出)は、3月末から釣れ始めたイカのお話です。

「南予の方で大きなイカが釣れ始めた」そんな情報を耳にした私は、気が付くと愛南町に向かって車を走らせていた。

満月に照らされキラつく海。

大物を予感させる雰囲気になっていた。

実績のある漁港だったのでイカのいそうなポイントに分かっていた。狙い通りのポイントに餌木を投げ入れ、海中で上下左右に餌木を操りイカにアピールする。

風もなく静まり返った海...

その時は来た。

『ドン!!』

強烈なイカの当たりには、静寂を破る私の渾身のフッキングが決まる。

ジューシーと糸が出続ける、これは大物だと心が躍る。イカ特有の引きを楽しみながら、ジワジワと寄せてくる。

『ブシャー』イカの墨が、漆黒の海をさらに黒く染める。

上がったのは1.5キロの大物だった。

その夜のイカとの水面下での攻防戦は私の勝利で終わった。

短くではありませんでしたが、皆様楽しんでいただけただでしょうか?何をすることも楽しむことは大切です。楽しみ方は工夫次第なので、どんな事でも、まずは楽しむことから始めてみましょう。

では、次回の広報でまたお会いしましょう。



外来診療予定表

診察時間:午前9:00~12:00/午後2:00~5:00(受付時間/午前 12:00まで、午後 5:00まで)

平成30年7月1日 現在

		月	火	水	木	金	土
内科	午前 第一内科	住田 昌亮 (総合)	担当医	羽立 登志美※1 (糖尿)	住田 (総合)	荒木 周平 (消化器)	
	午前 第二内科	高橋 佳世 (循環器)	川田 浩之 (循環器)	川田 (循環器)	三好 愛※2 (呼吸器)	川田 (循環器)	住田 (総合)
	午後	廣岡 晶史(肝臓) 高橋(循環器)	住田 (総合)	住田 (総合)	川田 (循環器)	住田 (総合)	
外科	午前	兵藤 眞	小川 靖	兵藤	兵藤	兵藤	兵藤
	午後	兵藤	兵藤	兵藤	兵藤	兵藤	
整形外科	午前	桑原 公朗	桑原	桑原	桑原	桑原	桑原
	午後		桑原		桑原	桑原	
脳神経外科	午前	安部 智宏	河野	安部	河野	河野	河野
	午後	河野 啓二	安部	河野	安部	安部	

※1. 糖尿外来の診察時間は、午前11時15分までの受付となっております。

※2. 診察は(9:30~12:00)になります。

※3. 桑原医師・兵藤医師の午後の診察は、手術等の為休診になる場合がございます。ご確認のうえご来院ください。

医療法人社団 慈生会 救急指定病院

松山城東病院

診療科目

内科 / 循環器内科 / 外科 / 消化器外科 / 脳神経外科
整形外科 / リウマチ科 / リハビリテーション科 / 麻酔科

人間ドック

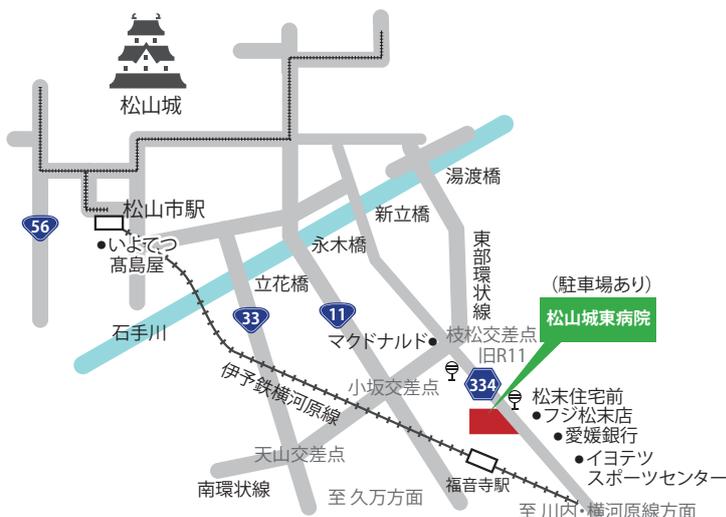
A(1日)ドック / B(2日)ドック / 脳ドック / 各種健康診断
生活習慣病予防健診 / 特定健診

受付時間

月~土曜日(日、祝祭日をのぞく)
午前 8:30~12:00 午後 2:00~5:00
(糖尿外来は午前11時15分まで)
※土曜日は午前中のみ受付となります。

交通のご案内

市内より松山重信線(旧国道11号線) 枝松交差点南
伊予鉄バス(松山市駅-川内) 松末住宅前下車
伊予鉄郊外電車(高浜-松山市駅-横河原) 福音寺駅下車 徒歩7分



お問い合わせ
089-943-7717

☎790-0915 愛媛県松山市松末二丁目19番36号
ホームページ <http://www.m-joto-hsp.com>