

# 服部病院だより

秋号

—地域医療連携室便り— 2016年(平成28年)10月

地域医療連携室

0794-83-5327(直通)

## 「基本理念」

私たちは、利用していただける方々に最善の医療を尽くすことに努めます。

## 「基本方針」

1. 地域住民の方との繋がりを大切にします。
2. 患者さんの人格を尊重しつつ、チームで安心・安全な医療の提供に努めます。
3. 予防・医療・介護との継続、かつ、透析医療においてリードする病院をめざします。
4. 医療の専門職として、継続学習と人間性豊かな医療人の育成に努めます。
5. 職員が自主・自律の精神のもと、働きがいのある職場環境をつくれます。

## 睡眠時無呼吸症候群 (S A S)

S A Sという病気を聞かれたことはありますか？

2003年JR山陽新幹線岡山駅で緊急停車事故を起こした運転手が、S A Sであったことから注目されるようになった病気です。

S A Sとは、睡眠中無呼吸となる状態です。肥満、歯並びなどが原因で気道を閉塞することが原因の「閉塞型」と、脳血管障害後などの呼吸中枢の機能異常などによる「中枢型」があります。

睡眠中、頻繁に呼吸が止まると眠りが浅いままになり、脳や体が休息出来ません。

症状としては、日中の眠気や突然居眠りをする、起床時の喉の渇き、目覚めの悪さ、倦怠感、やる気が出ないことなどに加え、心不全、難治性の高血圧、不整脈、狭心症、心筋梗塞、大動脈解離といった心疾患、糖尿病を引き起こす可能性も言われています。

S A Sの検査は血中酸素飽和濃度、気管音などを測定します。外来でも出来る簡易型と、1泊2日入院して脳波、眼球の動きなども測定する精密型とがあります。精密型検査の場合でも夕食後入院し、朝食後すぐ退院する、ということが可能なので、会社などを休んで頂かなくても検査できます。

### ◆ S A Sの症状

- |   |  |
|---|--|
| <p>&lt;夜間&gt;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. いびきをかく</li> <li>2. 息が止まる</li> <li>3. 呼吸が乱れる</li> <li>4. 息が苦しく目が覚める</li> <li>5. 何度も目を覚ましてトイレに行く</li> </ol> | <p>&lt;日中&gt;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. しばしば居眠りをする</li> <li>2. 記憶力や集中力が低下する</li> <li>3. 性欲がなくなる</li> <li>4. 性格が変化する</li> <li>5. 体を動かす時、息切れがする</li> </ol> |
|---|--|

治療は軽度なら、枕、睡眠時の体位、節酒、禁煙といった生活習慣病指導やマウスピース(歯医者で作成、保険適用あり)があげられますが、重度ならC P A Pという治療が必要となることが多いです。これは鼻に装着したマスクが空気を送り込み、一定の圧力をかけることによって、気道を広げ息を吸いやすくする方法で、いびきをかかずにぐっすり眠れるようになります。いびきが気になる、体がだるいといった症状があれば、一度内科外来までお問い合わせ下さい。

内科 小坂理恵子



# お知らせ

## 7月より整形外科部長として着任された 楠 巖先生の紹介

本年7月より、服部病院整形外科で勤務させて頂いております、楠 巖（「くす たけし」と読みます）と申します。

平成10年大学を卒業後、民間病院で18年間勤務しておりましたが、この度ご縁があり服部病院で勤務をさせて頂く事となりました。

長年に渡り、矢野先生が担われてきた整形外科診療のお手伝いができればと考えております。

整形外科の病状は、「運動器」すなわち骨・関節・筋肉・靭帯・腱・脊髄・神経の病気、外傷など多岐に渡ります。私は、これまで腰痛・関節痛・しびれや骨折を含む外傷など一般的な整形外科疾患に対する診療、手術治療に携わって参りました。中でも変形性関節症に対する運動療法はその後、人工関節置換術が必要となる場合であっても非常に大切な治療法であると考えております。

又、現在そしてこれからの高齢化社会において、骨粗鬆症は、病的骨折から「寝たきり」へと進む重要な病状であると考えております。「お薬」も種類が増えており、予防・治療に関わらせて頂ければと考えております。

これまで培ってきた知識・技術を生かして、優しい医療の提供を心掛け、地域の皆様のお役に立てますよう、日々努力して参りたいと思っております。よろしくお願い申し上げます。

整形外科 楠 巖



## トピックス



皆さん真剣に聞き入っておられます



玄関前の七夕飾り



糖尿病教室の様子

次回は10月14日です。お問い合わせは地域医療連携室まで

## リハビリ通信 糖尿病の運動療法

糖尿病の治療として、手軽に行える運動療法について紹介します。

### 運動療法の効果

運動療法は、糖尿病の様々な症状を改善し、また体力増強、体重の減少、合併症の予防、心肺機能の改善などにも効果があります。しかし、進行した合併症がある場合には運動によってその症状を悪化させてしまう恐れがあります。運動を行う際は、まず主治医と相談し、自分に合った運動と運動量を決定するようにしましょう。



### どんな運動がいいの？

効率がよいのは有酸素運動です。有酸素運動は、体内に酸素を十分に取り入れて行う運動のことで、血中のブドウ糖や身体についた脂肪を効率よく燃焼できる効果があります。例えば…ウォーキング 体操 自転車をこぐ 水泳など  
少し汗ばお程度の運動量で20分以上、週に3～5回、食後1～2時間に行いましょう。



### 低血糖症状について

運動すると、筋肉や肝臓に貯蔵されている糖質が使用されていきます。そのため、特に体内の糖質が不足しがちな食前など、空腹時の運動は避けましょう。また、運動によって血流がよくなり、インスリン治療をされている方はインスリンの効きが良くなりすぎることもあるため、運動した日は一日低血糖に注意が必要です。

#### ●主な症状

強い空腹感 動悸 めまい・目がちかちかする 手が震える 冷や汗が出る

#### ●低血糖が起こったら

砂糖や清涼飲料水などを携帯し、低血糖が起こったら速やかに糖分をとりましょう。

α - グルコシターゼを服用している場合はブドウ糖をとるようにしましょう。

### 運動療法のポイント

- ・楽しんでできる運動を毎日続ける
- ・治療を生活の一部として気負わずに根気よく続ける
- ・主治医と相談し、自分に合った運動と運動量を決定する

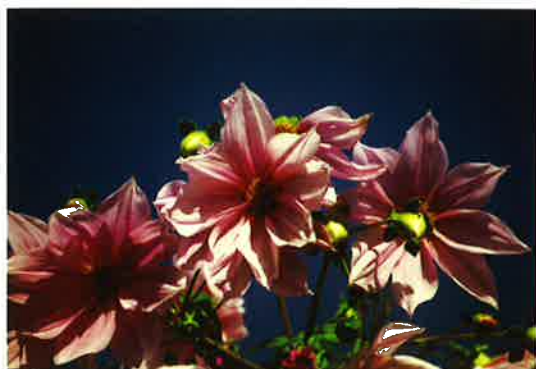
**わからないことは自己判断せず、  
主治医に相談するようにしましょう！**



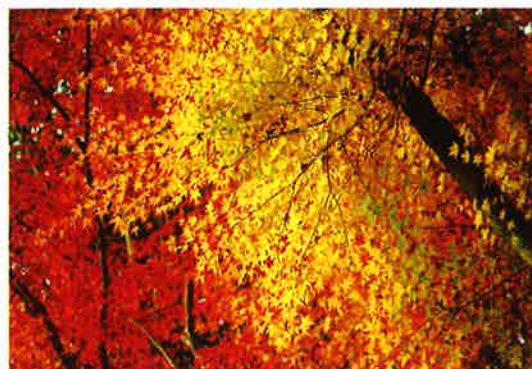


# フォトライブラリー

撮影者 樋口 和



皇帝ダリア



もみじ

## 服部病院 外来診療担当医表

### ■内科

		月	火	水	木	金	土
午前診 (9:00~12:00)	一診	渡部	関田	西澤	那須	関田	佐竹 古東 (交互)
	二診	小坂	那須	隅田	隅田	小坂	尾上 上田 (交互)
午後診(予約) (13:00~17:00)		—	那須	—	—	—	—
夜間診 (18:00~20:00)		—	—	那須	—	関田	—

- 関田医師は腎臓内科、那須医師は糖尿病・消化器内科も担当します。
- 土曜日前午診は佐竹先生、尾上先生(1,3,5週)と古東先生、上田先生(2,4週)が交互に担当します。

### ■外科

		月	火	水	木	金	土
午前診 (9:00~12:00)		服部	兼平	兼平	服部	兼平	沢村
夜間診 (18:00~20:00)		神戸大学	服部	神戸大学	服部	服部	神戸大学

### ■脳神経外科

		月	火	水	木	金	土
午前診	9:00~10:30	藤原(予約)	専門外来	藤原(予約)	手術	藤原(予約)	—
	10:30~12:00	藤原(初診)	専門外来	藤原(初診)	手術	藤原(初診)	—
午後診		藤原(予約)	手術	藤原(予約)	手術	—	—

- 予約以外の方の受付は、9:00~11:00(初診・再診)  
15:00~16:00(初診) 15:00~17:00(再診)

### ■整形外科

		月	火	水	木	金	土
午前診 (9:00~12:00)		楠	矢野	新倉	楠	矢野	新倉
夜間診 (18:00~20:00)		—	—	—	楠	隈部	—

### ■婦人科

		月	火	水	木	金	土
午前診 (9:30~12:00)		服部 (奈)	服部 (奈)	—	服部 (奈)	服部 (奈)	服部 (奈)
午後診(予約) (14:00~)		服部 (奈)	—	—	服部 (奈)	服部 (奈)	—

- 担当医は変更になることがありますのでご了承下さい。
  - 変更になる場合は、各科の診療室前に掲示してありますのでご注意ください。
- (平成28年10月現在)

## 服部病院診療科目

内科・腎臓内科・糖尿病内科・消化器内科・外科・脳神経外科・整形外科・  
婦人科・リハビリテーション科・放射線科・人工透析(夜間透析あり)、  
24時間救急受入体制

## 服部病院の婦人科健診デー

子育てや家事、仕事や学校が忙しいので  
なかなか健診を受けられない…  
そんな方の為に、健診デーを設けました！  
女性医師・女性検査技師が対応します  
初めてで不安な方も安心して  
お気軽にお申し込みください

↓ 健診デーの日時はコチラ ↓

H28年10月20日(木) 9:30~19:30

H28年10月21日(金) 9:30~19:30

H28年10月22日(土) 9:30~16:30

健診デー以外でも婦人科診療・婦人科健診をしています  
☆月曜/木曜/金曜 9:30~17:00(左記時間外は要相談)  
☆火曜/土曜 9:30~12:00

事前にご予約ください！  
↓ 予約・お問い合わせ先はコチラ ↓  
服部病院受付 または お電話

TEL 0794(82)2563  
医事課 健診担当まで



乳がん検診・子宮がん検診  
が受けられます

町ぐるみ健診  
無料クーポンが使用できます

必要に応じて  
婦人科診療も可能です



医療法人社団 一陽会 服部病院

## 関連施設

### 三郎記念クリニック

■ 診療科目：人工透析・内科(腎臓内科)・外科・がんの緩和医療  
透析医療専門のクリニックです。経験豊富なスタッフがきめ細やかな  
サービスを提供します。

〒675-0101 兵庫県加古川市平岡町新在家1350-1 駐車場完備  
TEL 079-423-2055 FAX 079-423-1256

### 医療法人社団 一陽会 服部病院

〒673-0413 兵庫県三木市大塚 218-3  
TEL 0794-82-2550 FAX 0794-82-4399

ホームページ

服部病院 |

検索

<http://www.hattori-hospital.com>  
(当誌は、ホームページでもご覧いただけます。)