

湘南慶育通信

SHONAN KEIKU QUARTELY PRESS

特集 知りたい診療科「整形外科」

01 卷頭特集 |

整形外科 北川泰啓 先生インタビュー
整形外科 医師紹介

02 医師の横顔 | 吉田 拓史 医師

市民健診・各種健康診断承ります
連載 | リハビリ通信
栄養科・季節のレシピ

vol.05
2020

春号

季刊

Shonan
Keiiku
Hospital

vol.05 2020 春号

湘南慶育通信 季刊

2020年5月11日発行



photo by Naoko Hayashi

病院までのアクセス



湘南台駅から路線バス利用の場合

湘南台駅西口 1番バス乗り場から、神奈中バス「湘23系統慶應大学」「湘24系統笹久保経由慶應大学」「湘25系統急行・慶應大学」行きに乗り、「慶應大学」バスロータリーで下車（約10~15分）。バス停から徒歩1分。

辻堂駅からバス利用の場合

辻堂駅北口 2番バス乗り場から、神奈中バス「辻34系統慶應大学」行きに乗り、「慶應大学」バスロータリーで下車（約20分）。バス停から徒歩1分。

無料送迎バス利用の場合 ※平日のみ運行しております。

当院では無料送迎バスの運行を実施しております。時刻や運行ルートについてはホームページをご確認いただくか1階総合受付におたずね下さい。



整形外科 医長
北川 泰啓 医師
Dr. Yasunori Kitagawa

整形外科 Orthopedics

「整形外科」は四肢および脊椎疾患や外傷を中心に骨・関節・筋肉を扱う分野です。具体的には腰痛・膝痛・頸部痛・肩痛・骨折・捻挫・打撲など、痛み全般に関してだけでなく、骨粗鬆症などの代謝疾患を専門とします。



4月入職 整形外科医師紹介

整形外科
村瀬 伸哉 医師
Dr. Nobuya Murase

約20年間勤めた茅ヶ崎市立病院、整形外科を退職し、2020年4月1日から湘南慶育病院に勤務しています。専門は脊椎脊髄外科ですが、変形性膝関節症、腰部脊柱管狭窄症、骨折などを主に治療してきました。最近は高齢者の骨折（特に大腿骨近位部骨折、腰椎圧迫骨折）が多く整形外科病棟の半分以上を占めるようになっていました。時間の限られた急性期病院での治療では退院が困難な患者さんが多く、湘南慶育病院は茅ヶ崎から比較的近いこともあります多くの患者さんが転院していました。

湘南慶育病院は一般病棟のほか回復期リハビリテーション病棟、地域包括ケア病棟、療養病棟からなるため今まで十分にできなかった回復期での質の高いリハビリや慢性期医療までもできます。これまで限られた病床数でいかに早い退院を決めるかに苦労していましたが、これからは、この病院の利点を生かし、急性期だけでなく、患者さん個々の問題を検討して、さらにQOLの向上まで考えた治療に、各医療スタッフと連携し取り組んでいきたいと思います。

整形外科
末永 亮 医師
Dr. Ryo Matsue

2020年4月より勤務することとなりました末永亮（まつえりょう）です。私は2010年に久留米大学医学部を卒業し、千葉県にある亀田総合病院にて初期研修、整形外科後期研修を修了しました。その後、湘南鎌倉総合病院人工膝関節センターで2020年の3月まで医長として勤務しておりました。膝の人工関節手術を得意としますが、骨折や慢性疼痛の治療にも丁寧な診察と説明を心がけ取り組んでいきます。

高齢化社会である現在、加齢に加え、骨・筋肉・神経など運動器の疾患により運動能力が低下し（ロコモティブシンドローム）進行すると寝たきりになってしまう危険があります。膝に関して言えば、現在全国で約1000万人以上の患者様が変形性膝関節症により膝に痛みを抱えていると言われています。晩年を寝たきりで過ごすのではなく、自分の足腰で元気に過ごし健康寿命を延ばすには運動器疾患の予防と治療が重要な要素になるとと考えています。膝では従来の人工関節に加え、負担の少ない膝半分の人工関節（単顆置換術）も行っております。また手術をしないで痛みを軽減させる保存治療にも力を入れています。これまで学んだ技術を活かして皆様のお役に立てればと思っております。お困りのことがありましたらお気軽にご相談下さい。



私自身、主に膝疾患を専門としておりますが、手術に関しても関節鏡や人工膝関節全置換術（TKA）など患者様の状況にあわせて提案致します。更に当院ならではの特色と致しましては、集中的なリハビリを提供できることがあります。入院中はもちろん退院後の生活も考えて、患者様の日常生活の向上を目指し、これらの総合的な治療で地域のお役にたてるよう前進していきたいです。

治療の主体は内服治療、ブロック注射、リハビリなどの保存療法を行い、更に生活習慣を整える事で治療効果が高まっていきます。
それでも改善しない場合は、手術療法を検討します。

整形外科 外来診療体制

	月	火	水	木	金
午前	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	○	○

* 診療体制は変更することがあります。最新の情報はホームページをご確認ください

「知りたい診療科」について

湘南慶育病院の診療科ごとの特徴や、患者さんと実際に触れ合う診療科の医師を紹介します
こちらをご覧になっていただき、どんな医師が担当するのかを知り、少しでも安心して御来院いただければと思っています

当院の整形外科の特徴

「整形外科」は四肢および脊椎疾患や外傷を中心に骨・関節・筋肉を扱う分野です。

具体的には腰痛・膝痛・頸部痛や肩痛・骨折・捻挫・打撲など、痛み全般に関してだけでなく、骨粗鬆症などの代謝疾患を専門とします。

腰痛や膝痛などの「痛み」の症状は必ず原因を探っていく事が必要です。

骨折や慢性的な変化以外にも動脈硬化の疾患や腫瘍など他の原因から生じる事もあり、まず診断をつけ正しい治療方針を立てることが大切であると考えています。

治療の主体は内服治療、ブロック注射、リハビリなどの保存療法を行い、更に生活習慣を整える事で治療効果が高まります。

骨折や慢性的な変化以外にも動脈硬化の疾患や腫瘍など他の原因から生じる事もあり、まず診断をつけ正しい治療方針を立てることが大切であると考えています。

腰痛や膝痛などの「痛み」の症状は必ず原因を探っていく事が必要です。

骨折や慢性的な変化以外にも動脈硬化の疾患や腫瘍など他の原因から生じる事もあり、まず診断をつけ正しい治療方針を立てることが大切であると考えています。



リハビリテーション科
吉田 拓史 医師
Dr. Takuji Yoshida

お知らせ

市民健診・各種健康診断承ります！



健康診断(法定健診)検査項目リスト

		Aコース	Bコース
診察	内科的診察	●	●
身体計測	身長、体重、標準体重、肥満度、BMI、腹囲	●	●
聴力検査	簡易聴力	●	●
眼科の検査	視力	●	●
循環器系検査	血圧、心電図	●	●
呼吸器系検査	胸部X線	●	●
尿検査	糖、蛋白、潜血、比重、pH、ウロビリノーゲン、ケト体	●	●
血液一般	赤血球数(RBC)、白血球数(WBC)、血小板数(PLT)、Hb、Ht値、MCV、MCH、MCHC	●	●
肝・胆のう・脾機能検査	AST、ALT、γ-GTP	●	-
腎機能検査	BUN、Cr、eGFR、UA、Na、K、Cl、Ca	●	-
脂質検査	T-CHO、HDL、LDL、TG	●	-
糖尿病検査	GLU	●	-
料金(税抜)		¥10,500	¥7,000

*オプション検査を追加できます。詳細は当院HPをご確認、または健診担当にお問い合わせください

2020年度 藤沢市および綾瀬市の健康診査とがん検査の予約を開始しています！
内容は市によって異なりますので、詳細は各市の担当課へお問い合わせください。

●当院HPにドック・健康診断のページができました！

<https://keiiku.gr.jp/doc/>

料金やオプション検査などの詳細も掲載していますのでご覧ください。



<https://ameblo.jp/kenikukai-shonan/>

湘南慶育病院オフィシャルブログ

湘南慶育病院のオフィシャルブログをご確認ください。
最新の情報や病院の日常をお届けしています。



北里大学卒業後、平成6年から2年間、藤沢市民病院にて研修医として勤務しました。藤沢市民病院研修中に縁あって横浜市立大学整形外科学教室に入局し、研修終了後、横浜市立大学整形外科学教室の助手として横浜市立大学付属福浦病院に勤務いたしました。当時の専門は膝関節、高位脛骨骨切り術(HTO)や人工膝関節(TKA・UKA)の手術経験を積みました。その後、相模原協同病院、横須賀市立うわまち病院等での一般整形外科や外傷外科の勤務経験があります。

平成21年3月に人生の転機がやってきました。突然の脳梗塞の発症、および治療中に生じた脳出血です。数週間

の意識混濁があり、気が付いた時には、尿道カテーテルが挿入され、点滴ボトルが目の前にぶら下がっていました。

左手指・上肢、左下肢が思うように動かなくなっていました。左半身麻痺の状況です。それから約3か月間、リハビリテーションを行いました。いわゆる回復期リハビリテーションの治療で

す。そのかいあって歩行は独力で可能となり、日常生活動作(ADL)、手段的日常生活動作(IADL)は改善しました。

その後、なんとか退院にたどり着きました。幸運なことに、現在は何の後遺症もなく業務可能になっています。

ただ、脱水や突然の血圧上昇にはとても気を付けています。

平成21年7月から整形外科の外来業務や病棟管理業務を中心勤務を再開しました。訪問診療や骨粗鬆症の専門外

来骨粗鬆症関連の市民公開講座など様々な経験をさせて頂きました。その後たどり着いたのが、前の職場でもあ

った。現在これらの経験を活かし、湘南慶育病院の5階南病棟でリハビリテー

ーション科の医師として勤務中です。

自分もお世話になつた回復期リハビリテーションの業務に就くとは、何と

いう不思議な廻りあわせでしょう。幸

運にもすこぶる改善した1症例としての経験を活かして、そして患者様の立

場に立つた、患者様の気持ちを理解できる医師として、この湘南慶育病院を

盛り上げて行きたいと思います。

しかし自分ででは達成できない目標です。他の科の先生方や看護師、理

学療法士(PT)・作業療法士(OT)

・言語聴覚士(ST)などセラピスト

の方々はもとより、検査関係、医療相

談員をはじめ事務職の方など病院に携わる様々な方の協力が必須です。

[One for all, All for one] の本当の意味「一人はみんなのために、みんなは

一つの目的のために」を心に掲げ、日々

精進していきたいと思います。

医師の人となりを知る

このコーナーでは、湘南慶育病院の医師をピックアップし、ご紹介をします。

どんな経歴の医師が、どんな想いで湘南慶育病院での医療に携わっているか、ご覧いただけます。

リハビリテーション部2020

2020年度のリハビリテーション部について紹介させていただきます。

2020年4月は開院して3回目となります。

4月は新入職員が最多となる時期です。1999年に策定された「藤沢市マスター・プラン・健康と文化の森地区構想」における藤沢市と慶應義塾大学湘南藤沢キャンパスの協働による「未来健康新まちづくり計画」の中核医療施設として誕生し、リハビリテーション部は総勢97名（理学療法士50名、作業療法士37名、言語聴覚士10名）で「その人らしい」生き方を尊重するという病院理念の達成に加えて、地元の方々に愛される地域のコミュニティーセンター的な存在になることも目標に、最先端機器と高い専門性を兼ね備えたりハビリテーションの提供に取り組みます。

医師、看護師、栄養士、相談員など多職種で患者さんの状態と退院に向けた計画を確認しながら進めていきます



リハビリテーション部について

リハビリテーション部の理念：「笑顔とともに」

患者さん、ご家族、リハビリテーション専門職、看護師等の病院職員、すべての人が笑顔になれるようなリハビリテーションを目指します。総勢90名超のセラピストが在籍し、入院から在宅復帰まで切れ目のないリハビリテーションを365日提供しています。

栄養科から 季節のレシピ



行事食【令和天皇誕生日】

- ・赤飯
- ・鯛のかぶら蒸し
- ・天ぷら盛合せ
- ・五色煮浸し
- ・清汁



2月23日天皇誕生日で提供した実際のメニュー



エネルギー	591Kcal
蛋白質	22 g
脂質	22.3 g
塩分	1.7 g

- ①ベーコン：短冊、玉ねぎ：スライス、人参：短冊、キャベツ：大きめ短冊、アスパラ：斜めカット、にんにく：みじん切りにしておく。
 ②フライパンにオリーブオイルをひき、にんにく・輪唐辛子を弱火で炒め、香りが立ち始めたら中火でベーコン・玉ねぎ・人参・アスパラ・キャベツの順に炒める。コンソメ・昆布だし・塩・味付けしておく。(同時に湯を沸かしパスタを茹でる→茹で時間は商品の説明通り)
 ③茹であがったパスタと茹で汁を、炒めておいた具材に投入し全体を混ぜ合わせたら、最後にバターを入れ出来上がり。皿に盛り付ける際は温泉卵を真ん中に！

春野菜のスパゲティ

作り方

ヨーロッパでは紀元前から栽培されていたといふアスパラ。日本に伝わったのは江戸時代で、初めは観賞用だったそうですが、大正時代に本格的な栽培が始まったようです。疲労回復、スタミナ増強の効果が期待できるアミノ酸の一種であるアスパラギン酸が多く含まれています。また糖先に含まれているルチンという成分は、毛細血管を丈夫にする働きがあり、動脈硬化の予防にもお勧めです。



入院中の食事は、治療の一環であると同時に、楽しみの一つでもあります。おいしい食事は元気の源です。心と体に栄養を届けます。



材料(1人分)

エネルギー	126Kcal
蛋白質	8.2 g
脂質	4.3 g
塩分	0.5 g

- ①筍：3～4cmの短冊、長ネギ：斜めスライスにし、きくらげは約15分ぬるま湯でもどしてから、大きいものはちぎる。豚肉は筍と同じくらいの大きさにカットしておく。
 ②ごま油で豚肉をしっかり炒める。
 ③筍・長ネギ・きくらげを炒め、全体に火が通ったら、鶏ガラスープの素・オイスターソース・料理酒・醤油を入れて味付けして完成。

筍と豚肉の オイスターソース炒め

作り方

筍は煮物をはじめ、炒め物・和え物・揚げ物等、どんな料理にも向いています。重宝な食材。アミノ酸の一種であるチロシンという特徴です。このチロシンは切り口に見られる白い粉状のもので、脳内物質のドーパミンを増加させ、気力アップの働きが期待できるといわれています。白い粉は洗い流さずそのまま食べたほうが◎。



リハビリテーションの専門性についてご紹介します。理学療法士は歩いたり、車椅子を使うような移動手段の専門家です。作業療法士は食事、排泄、家事のような日常生活活動や余暇活動の専門家です。言語聴覚士はコミュニケーションや飲み込みの専門家です。これらの専門性を生かしつつ、チームワークを発揮して患者様のリハビリーションをサポートしていきます。

これらの専門性の質を高めて最先端機器との融合により、リハビリテーション部の理念である「笑顔とともに」を実現したいと考えています。

