

湘南慶育通信

Shonan Keiiku Hospital Quarterly Magazine

2021春号

vol. 9

ご自由にお持ちください

vol. 9 2021 春号



[特集]
内視鏡にまつわるギモン!
お答えします

新任医師ご挨拶
総合ドックとは

■リハビリ通信

■栄養科・季節のレシピ

引地川親水公園フジロードの満開藤と新緑

編集・発行 湘南慶育病院

病院までのアクセス



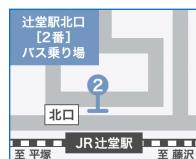
■湘南台駅からの場合

湘南台駅西口 [1番] バス乗り場から、神奈中バス「湘23系統慶応大学」「湘24系統笹久保経由慶応大学」「湘25系統急行慶応大学」行きに乗り、「慶応大学」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系統慶応大学」行きに乗り、「慶応大学」バスロータリーで下車（約20分）。バス停から徒歩1分。



■無料送迎バスご利用の場合（平日のみ運行しております）

当院では無料の送迎バスを運行しております。時刻や運行ルートについてはホームページでご確認いただくか「1階総合受付」におたずねください。



医療法人社団 健育会
湘南慶育病院

〒252-0816 神奈川県藤沢市遠藤 4360番地
【電話受付時間】月～金曜日 9:00～17:00
TEL.0466(48)0050 FAX.0466(48)0010



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

毎回特集内容を変え、
病院や病気のことを
お伝えします。
今回は内視鏡について
お送りいたします。

特 集

内視鏡でわかる疾患
新しい内視鏡の特徴など

内視鏡にまつわる ギモン！ お答えします。

Q 特に症状がないけど
受けた方がいいの？

A 早期で症状がないがんも発見することができます

がんには自覚症状のないものが多く、特に早期がんではほとんどありません。また、市区町村が行う健診では、便潜血検査ができますが、ボリープや早期がんが見落とされる可能性があります。

Q 最近聞く、ESDってなに？

A 新しい早期がんの治療法として注目されています

内視鏡的粘膜下層剥離術（Endoscopic submucosal dissection:ESD）とよばれる内視鏡

で病変を取り除く方法で、新しい治療として注

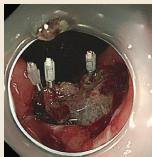
目されています。

当院でも早期がんに対してESDを開始し

ました。この治療は非常に先進的な治療です。

通常であれば手術を要する症例に対して、内視

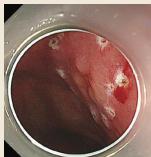
鏡的切除術を行いますので患者さんの身体的ご負担や入院期間を軽減できます。また、肝硬変の患者さんは食道静脈瘤を合併することが多いのですが、この食道静脈瘤に対して当院では、EVL（内視鏡的靜脈瘤結紮術）およびEIS（食道靜脈瘤硬化療法）を行っております。



腫瘍切除後



腫瘍を剥離しています



切除前のマーキング

湘南慶育病院の内視鏡センターの特徴



●苦痛の少ない内視鏡治療をこころがけます。

経験豊富な医師による検査の実施はもちろん、経鼻内視鏡（鼻からの内視鏡）やセデーション（鎮静剤を使用した内視鏡）が選べるなど、患者さんの不安と苦痛を軽減します。

●内科医と外科医による協力体制

●最新の内視鏡システム

2021年4月より内視鏡センターの体制を拡充しました！

- 1 内視鏡の検査枠を増設→予約が取りやすくなりました
- 2 消化器外科の専門医が増員
- 3 最新の機器を購入
- 4 ESD を開始

実 績 ·2019年度 胃カメラ:748件、大腸内視鏡:197件、その他:153件 合計1,098件
·2020年度 胃カメラ:802件、大腸内視鏡:219件、その他:275件 合計1,296件

気になる事がありましたらご受診いただくな健診センターにご相談ください！

外来担当表

	月	火	水	木	金
消化器内 科	午前	午前	午前 午後	午前	午前
消化器外 科	午前	午前 午後	午前	午前	午前 午後(第2・4)

*診療体制は変更になることがあります最新の情報はホームページをご確認下さい。

健診センター ☎0466-48-0050

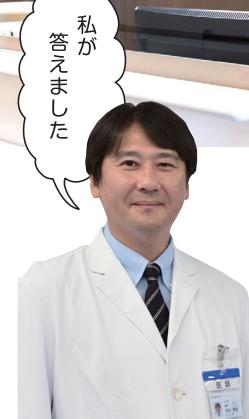
ホームページ <https://keiiku.gr.jp/doc/>



日本人のがん死亡数の上位を占めている、胃がん、大腸がん。その早期発見に内視鏡は役立っています。また、内視鏡検査時に、がんの疑いがある異変を見つけた場合はその場で組織を採取し、病理診断することも可能です。大腸内視鏡検査でボリープが見つかった場合も、その場で切除することもできます。当院では大腸ボリープに対するボリープ切除術（ボリペクトミー）は年間約100例施行しております。この治療は通常2泊3日を要するのですが、当院では「日帰りボリペクトミー」を基本としておりますので、患者さんの経済的ご負担が少なく、非常に好評です。

ただし、バイアスピリンやワーファリン等の抗血小板薬や凝固因子阻害薬を使用されている方は術後出血が比較的多いので、安全性を考慮して1泊2日の治療を原則としております。

A がんの早期発見と早期治療



外科・消化器外科 診療部長
志田 敦男先生



私が
答えました

Q 内視鏡ができるのは検査だけ？



総合ドックとは ...

総合ドックの目的は、がんやその他の病気の早期発見を目指すとともに生活習慣を改善し、心疾患や脳血管疾患を起こす危険因子を減らして、健康な生活を維持・増進することです。当院の総合ドックは熟練した検査技師による検査、専門医による画像読影・診断によって、信頼度の高い人間ドックを目指しています。

日本人のなりやすいがん部位の上位（肺・胃・大腸）をまとめてチェックできます。上部消化管に対しては、バリウム検査・内視鏡検査のどちらかを選択できます。

現在の健康状態だけでなく、リスクを把握することも重要。

総合ドックは現在の健康状態を調べるだけでなく、将来発症するリスクの高い疾患を明らかにすることもできます。たとえば、高脂血症という判断をされた場合は、心疾患や脳血管疾患の発症リスクが高くなるように、必ず何か疾患を引き起こす要因が隠れています。総合ドックを受けることにより、その要因を見つけ放置せず対策を立てることができ、将来の健康のために役立ちます。



30代後半からは「がん・心臓疾患・脳血管疾患」などのリスクが高まります。

市や会社の健康診断は、生活習慣病リスクに関する検査が中心です。それだけでは不十分かもしれません。三大疾患など死亡リスクが高いものをカバーするためには年に1回、からだの総合チェックをしましょう！また、ご自分の年齢や性別、生活習慣による健康リスクを把握しましょう！

受託開始！ 協会けんぽ健診

被保険者の方は 生活習慣病予防健診

採血・採尿・心電図・胸部レントゲン検査に加え、胃がん検診、大腸がん検診を含むコースが健保補助で受けられます。ご対象の方はご予約を承ります。

被扶養者の方は 特定健診

採血・採尿検査を含むメタボリックシンドロームに着目した健診が健保負担で受けられます。受診券をお持ちの方はご予約を承ります。

湘南慶育病院 健診センター お電話又は、窓口にて受付
TEL : 0466(48)0050 (受付時間 9:00~17:00)

宮崎 宏道

リハビリテーション科
(みやざき ひろみち)

プロフィール

慶應義塾大学医学部卒業
日本脳神経外科学会認定脳神経外科専門医
日本脳卒中学会認定脳卒中専門医・指導医
日本脳卒中外科学会認定技術指導医
日本頭痛学会認定頭痛専門医・指導医

趣味

旅行・温泉・スポーツ観戦・美術鑑賞

この度、リハビリテーション科医師として赴任しました宮崎宏道と申します。長年、平塚市民病院で脳神経外科医として脳卒中や頭部外傷の患者さんの初期治療に携わってまいりましたが、今後は急性期を乗り越えた方々のそばに寄り添い、その後の回復や社会復帰に向けた診療に全力を注ぎたいと考えております。湘南慶育病院のチーム医療の一員として患者さんの回復に少しでもお役に立てれば幸いです。

私は神奈川県の出身ですが、湘南の地が大変気に入っていますので、引き続きこの地で仕事ができることを大変嬉しく思っています。どうぞよろしくお願ひいたします。



和田 則仁

外科部長
(わだ のりひと)

プロフィール

慶應義塾大学医学部卒業
日本外科学会 専門医・指導医
日本消化器外科学会 専門医・指導医・評議員
日本内視鏡外科学会 技術認定取得・評議員
日本消化器病学会 専門医・指導医・学会評議員
日本消化器内視鏡学会 専門医・指導医・学術評議員
日本胃癌学会 評議員
日本ヘルニア学会 評議員
日本創傷治癒学会 理事・評議員
日本腹部救急医学会 認定医・評議員
American College of Surgeons (米国外科学会)
Fellow (正会員)

趣味

水泳・スキー・旅行

2021年4月に赴任いたしました和田則仁です。前任地の慶應義塾大学医学部では一般・消化器外科で低侵襲治療の臨床と研究開発に取り組んできました。湘南慶育病院は2017年の開院時より非常勤で勤務しており何かとご縁のある病院です。当院は最新の手術室と設備が整備されています。大学での経験を活かし、志田医師と力を合わせて体に優しい安全な治療を実践してまいります。

都会の喧騒を離れて落ち着いた藤沢の地で、患者さんの声にじっくりと耳を傾けて、一人ひとりの最適な治療を考えています。お困りのことがありましたらお気軽にご相談ください。



延與 知彦

脳神経内科
(えんよ ともひこ)

プロフィール

福岡大学医学部医学科 卒業
日本内科学会認定内科医

趣味

2021年春に湘南慶育病院に赴任いたしました。出身は関東なのですが、大学卒業後は東海地方や九州でずっと働いてきました。主に脳神経内科と脳神経外科で修練を積んできました。まだ未熟でありますが、今まで培ってきた経験を活かしてみなさまと協力して治療にあたっていきたいと考えております。気軽に話しかけていただけたら幸いです。



季節のレシピ

当院の
栄養士監修！

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。



3月3日のひなまつり日に提供した実際のメニューです

行事食「ひなまつり」

- 春菊ちらし寿司
- 天ぷら
- 鮭のこま和え
- 清汁
- いちごプリン



鶏肉の新玉南蛮漬け

1人分	鶏むね肉 (皮無し) 90g	ビーマン 10g
	・酒 5g	・酢 4g
	・片栗粉 9g	・砂糖 3g
	・サラダ油 5g	・水 6g
	・新玉ねぎ 35g	・醤油 6g
	・人参 10g	・一味唐辛子 少々
	・エネルギー 225cal	・蛋白質 21.8g
	・脂質 6.7g	・塩分 1.2g



まるごと 新玉ねぎのスープ煮

1人分	新玉ねぎ 1個	コンソメ 1g
	・ベーコン 15g	・こしょう 少々
	・油 3g	・そら豆 5粒
	・水 適量	・トライパセリ 少々
	・塩 0.4g	・粉チーズ 少々
	・エネルギー 178cal	・蛋白質 5.5g
	・脂質 9.4g	・塩分 1.0g

（作り方）

- 鶏肉の皮を剥がし、4等分にそぎ切りして酒をふりかけて約10分おく。
- 玉ねぎは薄めのスライス、人参は極細の千切り、ビーマンも千切りにし、酢・砂糖・みりん・水・醤油の合わせ調味料に漬け込んでおく。
- 鶏肉の水分をペーパーで拭き取り、片栗粉をまぶし油で炒める。
- 炒めた鶏肉を、野菜を漬け込んでいる合わせ調味料に入れ、一緒に漬け込む。
- 皿に鶏肉を盛り付け、漬け込んでおいた野菜を漬けタレと一緒にトッピングし、唐辛子を振りかけて完成。

（作り方）

- 玉ねぎの上下を切り落とし、ベーコンは約5mm幅の短冊にカットします。
- そら豆は、サヤから取り出して下茹でしてから外側の皮を剥いておきます。
- 鍋に油をひき、ベーコンをじっくり炒めたら玉ねぎを入れ、水を玉ねぎの高さ半分くらいまで注ぎ、塩・コンソメを入れて、落とし蓋をして弱火でじっくり煮込みます。
- 途中で、玉ねぎの上下をひっくり返して更に煮込みます。
- 竹串がずっと通る状態になったら、むきそら豆を加えてさっと加熱し完成です。
- お皿に盛ったら、粉チーズとパセリをトッピングします。

玉ねぎはヨーロッパやエジプトでは紀元前から栽培されていたといわれていますが、日本では明治時代に本格的に栽培が始まったようです。ねぎ類に共通の香りで涙の原因となる成分は、ビタミンB1の吸収を助けて新陳代謝を活発にします。また、血液をサラサラにして、動脈硬化、高血圧、糖尿病、脳血栓などの予防に役立ちます。サラサラ効果を期待するなら、生食がお勧めです。

今回は、生食できるメニューの南蛮漬けを紹介しましたが、サラダにしてもいいですね。また、新玉ねぎの甘みと旨味をまとめて堪能したい場合には、スープ煮がお勧めです。比較的短時間でとろとろに仕上がりますよ。この時期だけの新玉ねぎを、ぜひ味わってみてはいかがでしょうか。

※ところで玉ねぎって、【根】【茎】【葉】のいずれの部位でしょうか？ 答えは厳密には【葉】だそうです。茎の根本がふくらんで大きくなったり（りんけい）で、らっきょうやニンニクも同様です。



Serialization

連載 リハビリ通信

リハビリテーション部 2021

湘南慶育病院が「藤沢市都市マスタープラン・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まちづくり計画」の中核病院として誕生してから3年5ヶ月が経過しました。世の中でCOVID-19に対するワクチン接種が始まっていますが、変異株ウイルスの流行や感染者数の下げ止まりなど予断を許さない状況が続いています。

2020年度、リハビリテーション部では、COVID-19の対応として様々な取り組みを行いました。スタッフの感染対策には万全を図りました。リハビリ介入については、病棟ごとに時間帯を分けしっかりと換気をしながら行っています。3密を避けるため病院説明会や採用試験をオンラインで実施し、遠方から足を運ぶことなく参加できる仕組みを作ることで参加人数、入職試験受験者が増加する結果を得られました。また、COVID-19の影響により外出できなの方に向け遠隔リハビリを試験的に開始しました。自宅に引きこもってしまうことで起きた筋力低下や体力低下に対し一定の効果が期待でき、今後は規模を拡大して取り組む予定です。入職しているリハビリスタッフに対してもオンライン教材などを豊富に作成し、自宅からでも研修会に参加できるシステムを作りました。

地域の皆さんに 愛される病院として



2021年度の新入職員を迎えるリハビリテーション部は総勢113名（理学療法士65名、作業療法士40名、言語聴覚士8名）となります。スタッフ在籍数の増加によりサービス量の充実が可能となり、開設設から取り組んでいる新人教育や職員教育のノウハウを導入した研修会を多職種で行うことでのサービスの質の向上を目指します。

今年度も理学療法士、作業療法士、言語聴覚士の3職種が多数ある最先端のリハビリ機器を使いつて退院後の生活に向けて、今後も患者さんにとって十分に満足していただけるリハビリを提供して参ります。また、医師、看護師、メディカルソーシャルワーカー、薬剤師等の多職種とも協働を行いながらチームワークを發揮して患者さんお一人お一人をサポート致します。そして、当院の理念である「その人らしい生き方」を尊重し、地域の皆さんに愛される病院として、新たなリハビリテーション部を目指していくまでの今後ともよろしくお願いいたします。

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リハビリテーションを目指します。総勢110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。