

私たちは、地域医療と市民生命をまもります

SMILE!



～毎日笑顔で～

撮影場所：平塚市民病院

①② **特集** おしえて! 病気のこと この症状なんですか?

【第1回】 **脳の病気**

③④ 令和3年度 病院事業管理者・病院長あいさつ
着任した医師を紹介します

⑤ 看護のこころ Vol.9 「採用時研修」

⑥ リハビリ通信 第5回 自宅でできる転倒予防

⑥ 感染対策室ニュース

⑦ 令和2年度 松延小学校6年1組の皆さんから千羽鶴をいただきました!

おしえて! 病気のこと この症状なんですか?

【第1回】 脳の病気

病原部位: 脳

今回は脳の病気が原因で発症する2つの症状と4つの病気を紹介します。
それぞれの症状には、発症率の高い5つの共通点がありました。(認知症は除く。)

1. 高齢者
 2. 高血圧
 3. 喫煙
 4. 大量飲酒
 5. 肥満や生活習慣病のある人
- 予防としては減塩、禁煙、運動習慣を持つがあります。予防を心がけて、健康寿命を延ばしましょう!



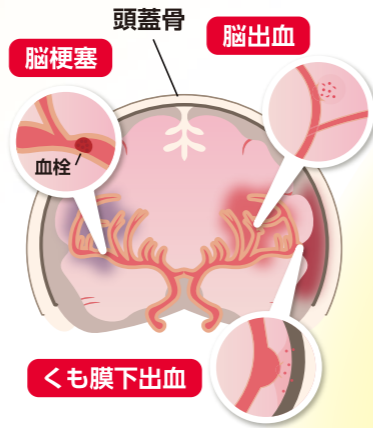
頭痛(ずつう)

突然の激しい頭痛では、くも膜下出血・脳出血などを考えます。また、だんだんと悪化する頭痛では、脳腫瘍・慢性硬膜下血腫などがあります。

手術とならない慢性頭痛には片頭痛、群発頭痛、緊張型頭痛などがあり、主に神経内科で薬物治療します。

くも膜下出血(くもまくかしゅっけつ)

多くは脳動脈瘤破裂による出血が原因で起こります。突然の激しい頭痛、嘔吐、意識障害などで発症し、死に至ることも少なくありません。救急搬送後、頭部CT(画像撮影)で症状が判明後、直ちに最新の320列CTによる三次元血管造影やカテーテル検査により動脈瘤を見つけ、手術顕微鏡による開頭動脈瘤クリッピング術または血管内コイル塞栓術により治療します。



脳腫瘍(のうしゅよう)

徐々に悪化する頭痛、頭重感、けいれん発作、手足のまひなどで発見されることが多く、また、頭部打撲などの検査でたまたま発見されることもあります。治療は、開頭手術による摘出術を行います。脳機能温存のためにナビゲーション装置や術中腫瘍蛍光造影を用い安全な摘出を行います。神経膠腫などの悪性腫瘍の場合には、放射線治療と抗腫瘍薬による化学療法を追加します。

慢性硬膜下血腫(まんせいこうまくかけっしゅ)

高齢者に多い疾患で、認知症、歩行困難、頭痛などで発症しますが、単なる老化として見逃されていることもあります。多くは転倒などによる頭部打撲から1~2か月程度で発見されます。

局所麻酔による手術で治療可能です。



前頭葉

脳全体の司令塔。思考や行動、言語、意欲などを担っています。

頭頂葉

痛み、温度、圧力などの感覚や、自分の身体の感覚、方向感覚などを担っています。

側頭葉

味覚、嗅覚、情緒、感情などを担っています。また言語、記憶に関係しています。

後頭葉

視覚中枢として、目から伝わる情報を処理・解析しています。

脳の部位ごとの役割

しびれ

しびれには、ビリビリした異常感覚や、触ったりつねったりした時に感じにくい知覚鈍麻と言われる症状などがあります。急に左右のどちらか半身にしびれが出た場合は、脳梗塞や脳出血など脳血管障害の可能性もあります。また、しびれは脊髄管狭窄症や脊髄炎など脊髄の病気や、手足に分布する末梢神経の障害で起きることもあり、診断には、必要に応じて頭部や脊髄のCTやMRI検査、末梢神経電動速度検査などを行います。末梢神経障害によるしびれは原因不明のものも多いですが、膠原病や免疫系神経疾患などが原因となっているものもあり、早期診断と薬物治療が必要なこともありますので、異常を感じたときには一度神経内科を受診してください。

認知症(にんちしょう)

認知症の代表的な症状は、物忘れです。認知症をきたす代表的な病気はアルツハイマー病ですが、その他にもパーキンソン病やレビー小体型認知症、前頭側頭型認知症、脳血管性認知症などがあります。症状が短期間に悪化する場合は、てんかん発作、ビタミンB1欠乏、脳炎などの感染症、脳腫瘍、多発性硬化症などの免疫疾患など、できるだけ早く診断して治療しなければならない病気が原因であることもあります。ご本人の自覚がなくても家族の方が異変に気付いた場合は、早めに神経内科を受診してください。

脳神経外科へ

神経内科とチームを組み、24時間随時入院が可能な脳卒中センターを開設しています。

神経内科へ

神経内科の外来を受診される患者さんは1日20~35人ほどで、脳血管障害、認知症、パーキンソン病、てんかん、多発性硬化症などを対象に診療しています。

予防
減塩 禁煙 運動習慣

早期治療

健康寿命を延ばしましょう!

脳神経外科、神経内科について詳しくは、病院ホームページをご覧ください。





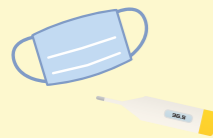
平塚市病院事業管理者
いしはら じゅん
石原 淳

諸角強英前病院事業管理者の後任として、令和3年度から平塚市病院事業管理者に就任しました石原 淳です。

私は、当院に赴任する直前まで、横浜市立市民病院の病院長として勤務していました。横浜では昨年5月に開院した新病院の計画段階から竣工に致る全過程に参加し、開院に当たっては新型コロナウイルス感染症患者さんを含む約200名の患者さんを旧病院から移送するなどの得難い経験をしました。これらの経験から得られた知見は当院においても大いに活かせるものと思っています。

就任してまだ数日しか経っていませんが、その中でも、平塚市民病院の職員の向上心の高さを大いに感じることができました。喫緊の課題は感染症指定医療機関としてのCOVID-19対応ですが、今後もwith Coronaは当分続きます。市民病院は感染症対応のみならず、高度急性期医療、さらには周産期、救急医療等にも同様に力を注ぎ、安心の拠り所として市民の皆さんの生活を守る責務があります。

多くの職員と対話を重ね、問題点を解決しながら、政治・経済・社会・技術における変化を読み、先進的に取り組む組織を目指したいと思います。また、高度急性期医療や政策的医療を安定的に継続するための医療人材の育成・確保に努めるとともに、地域連携にもさらに積極的に取り組む所存です。皆様どうぞよろしくお願いいたします。



病院長
やまだ けんいちろう
山田 健一朗

私は平成31年4月1日に病院長に就任し、令和3年4月に3年目を迎えました。昨年度は皆様ご承知のように、令和2年2月から始まった新型コロナウイルス感染症の流行により、病院内のみならず日本全体の状況は一変しました。

当院は感染症指定医療機関でもあり、何より「地域の医療を崩壊させないと同時に、県内の医療を守る」という事に重きを置き運営してまいりました。令和2年2月6日のダイヤモンドプリンセス号からの新型コロナウイルス感染患者の受け入れに始まり、当地域の感染者の対応に力を注ぐとともに、救急医療の維持にも努力しております。

当院は地域の中核病院として高度な最先端医療を提供するばかりでなく、「断らない救急」を掲げる救命救急センター、政策的医療としての小児周産期医療、災害医療、さらには今回の新型コロナウイルス感染症に対する対応のような感染症対策にも力を入れ運営しており、患者さんの「そばに寄り添い、ともに闘う」を診療姿勢として職員一丸となり頑張っております。

例年の事ではありますが、本年4月にも多くの医師の異動があり、皆様には大変ご迷惑をおかけしております。今回この広報誌「SMILE!」でも新任医師のご紹介をさせていただきたいと存じます。

早く新型コロナウイルス感染が収束に向かうことを切に願っております。今後とも市民病院を温かく見守っていただき、応援していただければ幸いです。



新体制で
スタートします!

2021年度 着任した医師を紹介します

本年度着任いたしました、28名の医師を紹介いたします。
市民病院職員の一員として、患者さんの“そばに寄り添い、ともに闘う”医療を提供していきます。



消化器内科
たちかわ じゅん
立川 準



消化器内科
とみた なおき
富田 尚貴



消化器内科
ふじの ようへい
藤野 洋平



消化器内科
そう えいいちろう
宗 英一郎



消化器内科
まつもと しょうた
松本 彰太



整形外科
たにぐち がく
谷口 岳



整形外科
いましし ゆう
今西 佑



形成外科
しもの あやの
下野 綾乃



皮膚科
すずき ともひろ
鈴木 友博



泌尿器科
たけだ かずま
武田 和真



小児科
いそべ あいこ
磯部 あいこ



外科
ひがしやま だいし
東山 大士



外科
ないき たくと
内記 卓斗



外科
ほりのうち ゆき
堀之内 友紀



消化器外科
きくち ひろと
菊池 弘人



泌尿器科
おくむら じん
奥村 仁



産婦人科
くりやま ゆうき
栗山 裕貴



産婦人科
ひらた もも
平田 桃



産婦人科
なかやま まり
中山 真里



救急科
ばば あやか
馬場 彩夏



消化器外科
おざわ ひろき
小澤 広輝



心臓血管外科
かさほら ひろふみ
笠原 啓史



心臓血管外科
はいだ ひろふみ
灰田 周史



心臓血管外科
うち だいち
宇治 大智



脳神経外科
おおいし ゆみこ
大石 裕美子



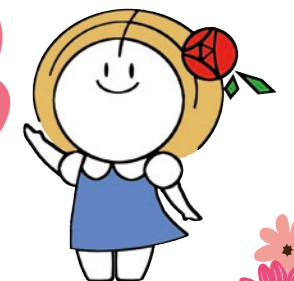
救急科
くりはら りさ
栗原 里沙



救急科
みなみ こうじ
南 幸治



麻酔科
やのした えりこ
矢ノ下 絵里子



採用時研修

～看護職としての第一歩～

vol.9

本年4月に新人看護師31名が新たな仲間として入職しました。看護部では、「患者さんやその家族から信頼される質の高い看護サービスを提供できる自立した看護職員を育成すること」を目標に、1年を通して様々な研修を行っています。今回は、平塚市民病院の職員としての心得を学んだオリエンテーションと、看護師としての第一歩を踏み出すための基礎技術研修の様子を紹介します。

様々な経験を通して
“一人前”の看護職へと
育っていきます。
どうぞ温かく見守って
ください。



看護部長からのメッセージ

今春、31名の新人看護師をお迎えしました。コロナ禍が長引き、新卒の皆さんは学生時代に病院や地域での実習に出ることが制限され、厳しい学習環境の中で国家試験に合格し晴れて当院の一員となりました。オリエンテーションや研修では基本的なことを学びますが、看護師の成長に最も大きな力となるのは患者さんです。“1年目だから気づけること・できること”が必ずあります。焦らず自分らしく頑張ってくださいと願っています。

令和3年4月

副院長兼看護部長 本谷 菜穂子

詳しい活動や採用情報は看護部ホームページへ

平塚市民病院 看護部 検索



リハビリ通信 第5回 自宅でできる転倒予防

転倒を予防して健康寿命をのばそう!

リハビリテーション技術科のスタッフが、みなさんにとってほしい情報をお伝えしていくコーナーです。今回は「転倒予防」につながるための、ご自宅でできる簡単な運動を紹介します。

はじめようバランス保持運動

座布団の上で片足立ち

- ・かかとを10cm程度あげて10秒保持することから始めましょう。
- ・テーブルを活用するなど、よろけても大丈夫な方法で行いましょう。



前後左右へのステップ

- ・立った状態から左足を大きく前へ一歩踏み出し、戻す(右足も行う)。
- ・左足を大きく外側へ一歩踏み出し、戻す(右足も行う)。
- ・それぞれ5回ずつ行いましょう。



四つ這いバランス

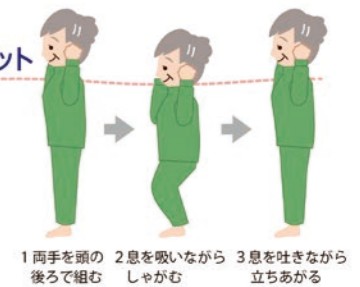
- ・四つ這いで左手・右足を同時に挙げて5秒保持し、もとに戻す。
- ・反対も行いましょう。(右手・左足の挙上)
- ・同時にできない人は、手だけ・足だけで行いましょう。



はじめよう筋力強化運動

立った状態でのスクワット

- ・ゆっくりと両ひざを曲げ、ゆっくりとのばす。(曲げる角度はできる範囲で、10～20回から始めましょう)
- ・ひざに痛みがある場合は痛みのない範囲で行いましょう。



立った状態で太ももあげ

- ・ゆっくりと片方の太ももをあげ、ゆっくりとおろす(左右10～20回から始めましょう)。



立った状態がかかとのあげおろし

- ・ゆっくりとかかとをあげ、ゆっくりとおろす(10～20回から始めましょう)。
- ・ひざが曲がらないように気を付けましょう。



公益社団法人日本理学療法士協会 理学療法ハンドブックより



感染対策室 ニュース

院外で感染対策研修・講義を開催しました!

感染管理認定看護師が、公民館や医療機関に出張して感染対策における基礎知識を、わかりやすく紹介しています。



詳しい感染対策については広報誌 SMILE!32号33号で紹介しています。

令和2年10月7日	平塚ふじみ園(施設職員)
令和2年10月27日	平塚保健福祉事務所秦野センター(医療関連職員)
令和2年11月7日	平塚保健福祉事務所秦野センター(医療関連職員)
令和2年11月13日	家庭教育学級 大神公民館(市民)
令和2年11月18日	シニア学級 岡崎公民館(市民)
令和2年12月1日	平塚看護大学校(看護学生)
令和3年1月14日、28日	倉田会メディカルクリニック(施設職員)
令和3年1月27日	平塚市役所 安全衛生セミナー(平塚市安全衛生推進者)
令和3年2月6日	神奈川県看護協会 湘南支部(看護職)

広報誌バックナンバーは病院ホームページからもご覧になれます。

()内は受講対象者

令和2年度 松延小学校6年1組の皆さんから千羽鶴をいただきました!



4月2日(金)に、松延小学校を3月に卒業した6年1組32名から、「頑張ってくれている医療従事者の皆さんへの感謝と1日も早い収束を願って」制作された千羽鶴をいただきました。この千羽鶴は、卒業後も学校に集まり完成させてくれたそうです。病院へはクラスの代表で(写真左から)井上七夏さん、植原希美さん、新井駿介君が届けてくれました。

看護部長や病棟看護師から皆さんへ感謝の言葉を伝えました。



Hiratsuka City Hospital 平塚市民病院

〒254-0065 神奈川県平塚市南原 1-19-1
TEL:0463-32-0015 FAX:0463-31-2847
URL <https://www.hiratsuka-city-hospital.jp/>



休診日:土曜日・日曜日・祝日 年末年始(12月29日~1月3日)



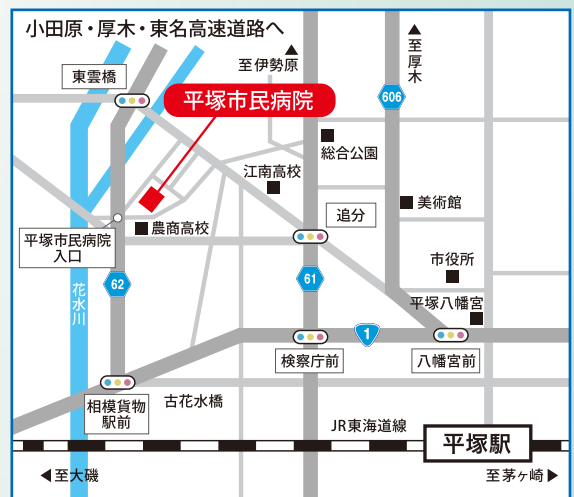
地図・交通アクセス

【路線バスをご利用の方】

- JR東海道線 平塚駅北口からバスで15分
平21、22、26、77 金田公民館行き、市民病院行き、市民病院経由東海大学行き、市民病院経由高村団地行き
「市民病院前」下車 運賃:現金200円、ICカード199円
- 伊勢原方面から平塚駅行「中原下宿」バス停下車、ヘルシーロード徒歩約20分
- 秦野方面から平塚駅行「南原」バス停下車、徒歩約10分

【シャトルバス】

- 市内神田地区から市民病院へ便利なシャトルバスも運行しています。
[運行日] 市民病院外来診療日
[運休日] 土曜日、日曜日、祝日及び年末年始(12月29日から1月3日)
[運賃] 大人…1乗車260円
小学生、割引運賃適用者(※)…130円
未就学児…無料
現金 前払い(回数券、ICカードは使えません。)
※身体障害者手帳または療育手帳をお持ちの方と、その介護者の方



【車をご利用の方】

- 午前中は、大変混雑しますので、できるだけ公共の交通機関をご利用ください。
- 信号「平塚市民病院入口」から進入してください。
- 外来駐車場 (有料)
[利用時間] 午前7時00分~午後7時30分
[料金] 外来患者…入場後30分無料、同90分100円、以降すべて200円
一般…入場後30分無料、同90分100円、以降1時間ごとに100円加算(お見舞い含む)

