

くすのき

2024 SUMMER

VOL.

07

Kusunoki

新しい芽が芽吹きました

【ご紹介】

診療科のご案内「腎臓内科」
くすのき剪定のご報告

Column

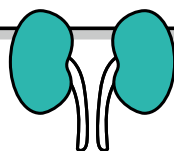
薬剤科コラム

健康管理・健診センター
市民健診のご案内
新入職員インタビュー

TAKE FREE

で自由にお持ちください

診療科のご案内 ▶▶▶▶ 腎臓内科



令和6年4月1日より医療法人徳洲会山内病院に赴任いたしました天野晴康と申します。これまでは、腎臓内科医として東京や神奈川県内の病院で慢性腎臓病(CKD)や透析治療を受けている患者さんを中心に診療にあたっていました。

地域の皆様の健康を支え、寄り添えるような存在に

現在国内の透析患者数は34万人を超えております。

特に糖尿病を始めとする生活習慣病からCKDが進行し、末期腎不全に至り**透析を始める方の割合は年々増加しており、生活習慣病の予防や早期治療介入が非常に重要です**。近年では長期的にみて腎臓を保護する薬剤も次々と出ております。無症状の方でも、「健診で少し腎臓が悪いと指摘された」「これまで何回も尿検査で異常を指摘されたことがある」など、腎臓のことで何かご心配なことがあれば受診いただければ幸いです。これまでの経過をお伺いし、精査した上で、患者さんそれぞれに適切な生活習慣のアドバイス（食事や運動など）や薬物治療を提案いたします。

また、現在透析されている患者さんに関しましては、当院医療スタッフ（看護師や臨床工学技士、栄養士など）と共に、**日々患者さんの病状に合わせた透析治療および合併症対策を行い、患者さんがより良い生活を過ごすことができるように尽力して参ります**。地域の皆様の健康を支え、寄り添えるような存在になれるよう精進いたしますので、どうぞよろしくお願いいたします。

■山梨大学卒

■資格：日本内科学会内科専門医

透析バスキュラーアクセスインターベンション治療医学会

VAIVT 認定専門医、多発性嚢胞腎協会 PKD 認定医

■所属学会：日本内科学会、日本腎臓学会、日本透析医学会



腎臓内科

天野 晴康

Haruyasu Amano

お申込み・お問合せ

TEL.0466-25-2216

<https://www.yamauchi.or.jp/>





くすのき剪定のご報告

夜中に3日間かけて国道を止めての大規模な剪定となり、騒音も含め周辺の方にはご不便をおかけしましたが、無事に遂行できたこと感謝しております。

病院前の大きな楠を4月に剪定しました。開院前から存在し、樹齢100年超の楠は国道側へ広がり、大きな枝が突然降ってきたこともありましたが。木は、地上に伸びている分だけの根を張ります。崖の角に立ち、コンクリートで覆われている地盤への影響も考えると、根の成長をとどめる必要があったのです。

大きな木陰で木漏れ日が気持ち良く、入院患者さんのなかには楠のみえる景色を毎日楽しみにしている方もいらっしゃいました。それだけに、寂しい気持ちもありましたが、丈夫に育つと言われている楠の幹はびっちり、健康そのものであり、6月の初めには小さな若葉が芽生え、すくすくと育ってきています。これからも当院のシンボルでいてくれることを、嬉しく思っています。



Column

薬剤科コラム

毎日暑いですね。夏バテ対策には、バランスのよい食事と十分な睡眠が大切だとわかりつつ…さっぱりした冷たい麺類が美味しくてつい回数が増えていませんか？しかし、血糖値の上昇を心配される方もいらっしゃるかと思います。糖尿病シリーズ第2回、今回のテーマは、「血糖値」です。血糖値とは何でしょうか？主に糖質(砂糖や炭水化物)を食べると、糖分が血管内に取り込まれ肝臓から全身に回ります。血液中の糖分の濃度がすなわち「血糖値」です。糖分は生命の維持活動に欠かせない三大栄養素のうちのひとつですが、高い状態が続くと様々な病気の引き金になることがわかっています。

そこでインスリンの登場です。インスリンは体内で唯一、血糖値を下げる事ができる、膵臓から分泌されるホルモンです。血糖値の上がり方が急であれば、インスリンも一度に大量に分泌されなくてはなりません。膵臓の負担を軽くするためにも、私たちは普段から自分にあった“食”を楽しむことが大切になってきます。

そこで、血糖値クイズ！

問題1 血糖値があがりやすい食べ方は？
ぎのうち、どれ？

①野菜から食べる ②早食い ③早い時間の夕飯

問題2 次のうち高血糖状態に出やすい症状はどれ？

①喉がよく乾く ②吐き気がする ③イライラする

問題3 血糖値への影響が少ないアルコールは次のうちどれ？

①ビール ②日本酒 ③焼酎

いかがでしたか？健康診断を参考に、血糖値と上手に付き合う生活にしていきましょう。もちろん、当院での健康診断や栄養相談、診察も可能です。

次回ははいよいよ糖尿病の薬物療法を取り上げたいと思います。《答えは7ページ目にあります》

健康管理・健診センター



健診のすすめ

健診とは「**健康診断の略・全身の健康状態を総合的に検査するもの**」です。特定の部位の検査を行う検診とは、若干異なります。

“健康で人生を全うする”ことは誰もが望むところでしょう。しかし、生物には寿命という決して避けられない摂理があります。いかに健康で長寿を全うするかは、個々人の有する生まれつきの身体機能が最も大きく影響しますが、次に大切なのは日頃どのような生活習慣を持つかです。**健康な生涯を送るには、できる限り病気を予防するような生活習慣を持つことが肝心です。**

病気の予防に、寡って国は1次、2次、3次予防という予防段階を決めました。1次予防は健康の維持・増進、2次予防は病気の早期発見・早期治療、3次予防は病気の再発防止・進行抑制・社会復帰です。この分類によれば1次予防は各自が健康維持の生活習慣をつけることであり、2次予防が健診ということになります。健診で早期に体の異常を探り出し、異常があればさらに精査し、異常の原因（病巣）を突き止め手遅れになる前に異常部位を適切に処置することです。厚生労働省による「がん検診受診者の要精密検査の受診状況（令和3年度）」によれば、例えば、胃がんについては、受診者1,441,173人、うち5.74%（82,736人）が要精密検査。このうち癌患者は1,497人（1.81%）でした。

肺がんでは受診者3,051,356人、うち癌患者は811人（1.77%）でした。受診者数とがん確認率をみると確認率が小さいように見えるが、健康で長寿を全うしようとするのであれば、健診（検診）による癌早期発見の意義は大きいと言えるでしょう。**健診を受け健康寿命（健康状態で生活することが期待される平均期間）を維持して長寿を全うしましょう。**

予約受付時間

14:00～16:30（月曜日～金曜日）

9:00～11:30（土曜日）

※土曜日の午後、日曜日・祝日はお休みです。

ご予約・お問い合わせ

TEL.0466-27-0130

<https://www.yamauchi.or.jp/>



市民健診のご案内

6月より藤沢市こくほ健康診査・がん検診が開始しております。当院では、下記のとおり実施しております。

健康診査・がん検診実施項目	実施期間
胃がん検診	令和6年4月1日～令和7年3月31日
こくほ特定健康診査	令和6年6月1日～10月31日
後期高齢者等健康診査	
肺がん検診	
大腸がん検診	
肝炎ウィルス検診	
前立腺がん検診	
胃がんリスク検診	
特定保健指導	初回面談より3か月

当院の健診は皆様の生活スタイルに添えるよう、予約制となっております。

健診項目や内容などに精通したスタッフ約20名により安心して受診ができるシステムとなっております。また、**自然光を取り入れスペースを十二分に確保した設備となっております、静かな環境で受診をすることができます。**藤沢市の健診・がん検診は、藤沢市による費用の助成がありますので、安心して健診を受診することができるチャンスです。

毎年受けていらっしゃる方も、今まで受けていらっしゃらない方も**ご自身の健康寿命を延ばすために是非、健診の受診をおすすめいたします。**内容や健診項目などご不明な点がございましたらご遠慮なくお問い合わせください。



ご予約・お問い合わせ

TEL.0466-27-0130

<https://www.yamauchi.or.jp/>

14:00～16:30 (月曜日～金曜日)

9:00～11:30 (土曜日)



Staff interview

新入職員インタビュー

新人看護師として、4月より障害者病棟に勤めています。私は高校生のとき、母の仕事をきっかけに「人のためになる仕事がしたい」と思い、看護師を志しました。当院の職業体験に来て、優しく思いやりのある看護師さんに出会い、山内病院に就職したいと感じました。

実際に働いて感じたことは、障害者病棟で入院されている患者さんは、自分の意思を伝えることや、自分で体を動かすことが難しい患者さんが多く入院されているため、看護師は患者さんが何を伝えたいのかをしっかりと聴き取ることが大切だと感じました。今後は、病気や看護技術などの知識をしっかりと身につけ、目の前の課題を一つ一つ達成できるよう日々努力していきたいと思っています。

障害者病棟 Hさん



看護部



▶先輩より…まずは少人数の患者さんから見て、全身状態を多角的に考えてみましょう。患者さまの小さなアクションに気づくことができると、看護師の仕事の奥深さを感じられると思います。自分の「なりたい」と志した気持ちを大切に、素敵な看護師さんへの道を歩んでください。山内病院に来てくれてありがとう。一緒に頑張りましょう。

臨床工学技士 Iさん

臨床
工学科

臨床工学技士として就職する際に、いくつかの病院やクリニックを見学させて頂きました。その中でも、山内病院の雰囲気にとっても魅力を感じ、入職を希望させて頂きました。まだ、数ヶ月ほどしか働いていませんが、自分が未熟であるということを実感すると同時に、諸先輩方の温かいご指導により日々新しいことを覚え、できる事が徐々に増えてきているのを実感しています。

今後、人工透析業務および呼吸器業務、内視鏡業務、医療機器管理業務等を先輩方の指導の下、着実にスキルを習得し身につけたいです。また、経験や知識を蓄え、医療機器を通し安全安心な医療を患者さんのもとに届けられるよう頑張りたいです。また、どんな時でも患者さまと真摯に向き合っていける臨床工学技士を目指していきます。

私が山内病院を就職先を選んだ理由は、病院見学の際、些細な質問にも優しく誠実に対応してくれたことで働きたいという気持ちが高まりました。また、地元出身のため地域の方々の力になれるのではないかと考えたからです。

抱負としては、臨床工学技士として技術や手技を確実に習得し、患者さんにより良い治療等を他職種と協力し提供できるよう頑張りたいです。実際に現場で働いてみて思った事は、患者さんとの日常会話など通し、一人一人に向き合い寄り添う事で些細な変化などに気づき対応する力も必要だと感じました。それゆえ、患者さんが心地いいと感じるコミュニケーションをとれるよう日頃から心がけています。透析業務以外にも内視鏡業務や医療機器管理業務などにも興味があり、今後、取り組んでいきたいです。

臨床工学技士 Yさん

臨床
工学科

▶先輩より…患者さんの安全を一番に考え、些細な変化に気がつけるようになってもらいたいです。また、自己研鑽を忘れずスキルを向上し、常に患者さんに誠実な臨床工学技士を目指してもらいたいです。



2024年に入職した若手職員に、今後の抱負などを聞いてみました。

理学療法士 Tさん



リハビリ
テーション科

地域包括ケア病床でのリハビリに興味があり、4月より山内病院に入職しました。最初の1か月は、どのような業務があるのか、自分自身にリハビリ業務をこなすことができるのか等、不安な事も多くとても緊張していました。今は、少しずつ業務にも慣れ、緊張もほぐれてきています。

はじめは、先輩方のリハビリ見学が中心でした。患者さんとの関わり方や考え方など教えて頂き、理解が深まるとともに、勉強不足を実感しました。これからは、自分自身に足りないと感じた解剖生理学や疾患についての知識を勉強して、実際に担当する患者さんのために頑張りたいと思います。またリハビリ以外の業務も覚えていき、一人前になれるように努力していきたいと思っています。



▶先輩より…指示待ちでなく、自身で考え、行動できる社会人になってもらいたいと思い指導しています。理学療法士としての高い専門性と患者さんへの思いやりの心を持ち合わせたセラピストになれるように共に頑張っていきましょう。

私が山内病院に就職した理由は専門学校に求人があり、応募しました。見学の際に職員の皆さんが、笑顔で接してくださったのが印象的でした。また、患者さま一人一人に、丁寧な対応をしている姿を見て、この病院で働きたいと強く思いました。

実際に働いてみて、多くの患者さんと接する中で、幅広い視野で状況を把握して、相手に理解していただける、説明の難しさを感じています。忙しい中で優しく丁寧に接している先輩方を見て、たくさん見習いたいと常々思っています。時には厳しくご指導頂くこともあり、社会人として日々学んでいます。これからも先輩方の指導の下、皆様のお役に立てるよう、日々学び向上心を持って全力で頑張ります。



▶先輩より…分からないことをその日のうちに解決できるように、1日何回か声掛けをして、質問しやすい環境作りを心掛けています。昨日より今日、今日より明日と、共に皆で成長し、最高の笑顔で受付業務ができるように頑張りたいです。

医事課 Oさん



医事課

3 ページ目 薬剤科コラム クイズの答え

問題1：答え②

早食いは血糖値が短時間で上昇する上、脳にある満腹中枢に刺激がいくまで15分以上かかるため、食べすぎにつながります。ゆっくり、よく噛んで食事をしましょう。

また野菜の中の食物繊維は、糖の吸収を遅らせることで血糖値の上昇を緩やかにします。コース料理の順番は実に理に合っているんですね。

問題2：答え①

血糖値は少し高い程度では、基本的に体調変化を

感じることはありません。そこが怖いところでもあります。高血糖になると、どろどろした血液を水で薄めようとし、結果、尿量が増え、体が脱水になるため喉が渇きやすくなるのです。

問題3：答え③

焼酎やウイスキーなどの蒸留酒は糖質を含まないため、血糖値への影響はありません。しかし、アルコールですので飲み過ぎには注意！別の病気を引き起こす可能性も、薬との相互作用もあります。適量を楽しみましょう。



外来のご案内

午前 受付時間 8:30～11:30 (診療時間 9:00～)

午後 受付時間 13:00～16:30 (診療時間13:30～)

夕方診療 月～金曜 16:30～18:30 (診療時間17:00～)

休診

土曜午後・日曜・祝日・
年末年始

診療科のご案内

内科／総合診療科／消化器内科／胃腸内科／肛門内科／循環器内科／呼吸器内科／腎臓内科
糖尿病・内分泌内科／神経内科／整形外科／リハビリテーション科

人間ドック・各種健診のご案内

当健康管理・健診センターでは、健診8団体合同マニュアル「健康診断実施時における新型コロナウイルス感染症対策について」を遵守し、感染防止対策を引き続き徹底し健康診断を実施しております。

随時受付中！



Access Map

- 電車・徒歩で来院される方
藤沢駅南口からダイヤモンドビルの横を歩いて徒歩3分です。
- お車で来院される方
ドン・キホーテ交差点から入り、直進してT字路を右折、正面玄関脇をご利用ください。

近隣駐車場について

外来診療、健康診断、お見舞いなどで、
当院をご利用の方に
近隣の駐車場のサービス券
をお渡しします。



ご利用可能駐車場

- ① シンコウパーク南藤沢
- ② シンコウパーク南藤沢第二
- ③ NOC南藤沢
- ④ ショウワパーク南藤沢
- ⑤ ショウワパーク南藤沢2

※ご利用可能な時間帯 平日8:00～19:00/土曜日8:00～13:00
※サービス内容 最大2時間分までの駐車サービス券をお渡しします。
※会計の際に、受付に駐車券もしくは駐車票・駐車証明書をご提示ください。
※公共交通機関でのご来院にご協力をお願いいたします。

