

くまそう

vol. 24 ^{24.}/_{11.}

autumn season

Kumagaya
General
Hospital
News Letter

CONTENTS

診療科紹介 ハートセンター
部署紹介 内視鏡センター
リハ科 ワンポイント講座
栄養科旬の食材で免疫力Up
常勤医師 紹介
まちの医療機関
くまそうTOPICS



ハートセンター部長 濱田 英明 先生

専門 内科・循環器
資格等 日本内科学会総合内科専門医、指導医
日本内科学会認定医
日本循環器学会認定専門医
日本心血管インターベンション治療学会専門医

猪俣 純一郎 先生

専門 内科・循環器
資格等 日本循環器学会 専門医
日本内科学会総合内科専門医
日本心血管インターベンション治療学会認定医
日本禁煙学会認定指導医

● 診療内容

循環器内科では、心臓の病気や大動脈および末梢血管の病気を専門に扱います。主に狭心症、心筋梗塞、不整脈、心臓弁膜症、心筋症、心不全などの心臓に関わる疾患や、大動脈、肺動脈、末梢動脈などの血管に関わる疾患が治療の対象となります。

近年の食生活の欧米化により虚血性心疾患や下肢の動脈硬化が増加しています。生活習慣病とも密接に関係しており、病気の早期発見や予防にも力を入れております。

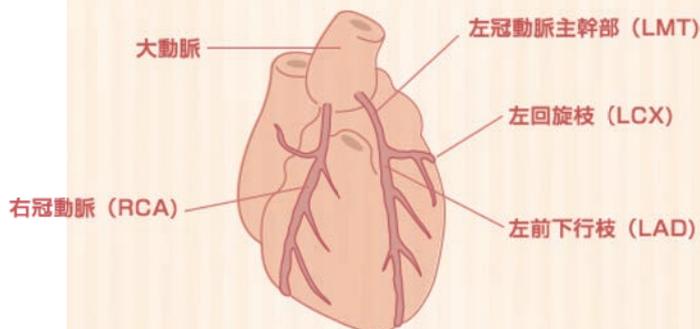
◆ 症状について

循環器内科では、次の症状を持たれた方を診療しております。

- ・胸が痛む、締めつけられる、重苦しい
- ・背中が痛む
- ・動悸、突然脈が速くなる・遅くなる
- ・手足がむくむ、しびれる、だるい
- ・お腹付近で拍動を感じる
- ・歩行時のふくらはぎの筋肉痛（休むと改善する）

◆ 心臓の働き

心臓は血液を全身に送り出すポンプの働きをしています。心臓自身に酸素と栄養を含んだ血液を運ぶ血管を冠動脈といい、太い3本の枝があります。（下記図参照）



● 心臓病の種類

動脈硬化とは、動脈が硬くなって弾力性が失われた状態をいいます。

脂肪やコレステロールが固まってできたプラークが血管の内側について血管がせまくなったり、プラークが大きくなって破れると、そこに血栓ができて血管がつまってしまいます。血管がせまくなることで血液の流れが悪くなり、必要な酸素や栄養が全身にいきわたらず、臓器や組織に負担がかかり機能が失われていきます。動脈硬化が進行すると「狭心症」「心筋梗塞」といった心臓の病気や「脳梗塞」などの病気を引き起こします。

◆ 虚血性心疾患(狭心症、心筋梗塞)

心臓に栄養や酸素を送っている冠動脈が動脈硬化などで狭くなり、心臓が酸素欠乏に陥る状態（狭心症）や血管が詰まってしまって、心臓の組織の一部が死んで動かなくなる状態（心筋梗塞）があります。狭心症から心筋梗塞に移行することがありますが、最初の発作で『突然死』することもあります。

◆ 弁膜症

心臓の中には、血液の流れを一方通行にして逆流を防ぐ弁が4つあります。これらの弁の障害による病気が弁膜症です。これには、弁が硬く開きにくくなる「狭窄症」と、弁が閉じきらずに血液が漏れてしまう『閉鎖不全症』があります。弁膜症には、先天性のものや、動脈硬化などの結果生じるものもあります。心臓弁膜症には、胸の痛みや息切れ、動悸、足のむくみ、体重増加などの症状があります。

心臓病の種類、次のページに続きます。



◆ 不整脈

心臓は規則正しい電氣的刺激とその伝導で働いていますが、この刺激が乱れたり断線したりして心臓が不規則に収縮する病気です。無症状のこともあります。動悸として感じる事が多く、時には前触れなく失神することもあります。

◆ 心不全

心臓のポンプ機能が弱り、全身に必要な血液を十分に送り出せなくなった状態を心不全といいます。どのような心臓病であってもポンプ機能が異常になると『心不全』になります。このように十分な血液が送り出せなくなると、全身の臓器で血液が不足し、疲労感を覚えたり、動悸が起こったり、手足が冷えたりします。また、血流が滞り、肺や肝臓などに血液が溜まって（肺うっ血や肝腫大）、息苦しくなったり、むくみが出たり、お腹が張ったり、痛んだりします。心不全といわれたら、原因となる疾患がかかれていないか、はっきりさせることが重要です。



● 症状がでたときは？

循環器内科を受診する際に、以下のことを医師に伝えられるようにしてください。

診断の目安となります。



1. どんな痛みか

虚血性心疾患に伴う胸痛は、「キリキリ、ズキズキ」というはっきりした痛みではなく、「何となく漠然とした痛み」、「締めつけられるような感じ」、「重しで押さえつけられるような感じ」というふうに表現されます。また、痛みではなく動悸や息切れ、倦怠感も心臓発作の予兆のことがあります。

2. 発作の持続時間

大きな特徴のひとつは、多くの場合、発作で苦しいのは数分で、それ以外の時には全く無症状なことです。

3. いつ起こるか

運動や興奮で発作が起こるものを労作性狭心症といい、心臓を養っている血管である冠動脈の狭窄が原因です。安静にしているときや、寝ている時に発作が起こるものを安静時狭心症といって、多くの場合、冠動脈のけいれんが関係し、心筋梗塞の前兆のことがあります。

治まったから大丈夫だと考え、受診する時期が遅れてしまうことがあります。症状に注意して早めにかかりつけ医または専門医に相談・受診しましょう。

クリニックの先生方へ

当院で可能な循環器検査

超音波検査（心臓エコー、経食道心エコー、下肢動静脈エコー）
Holter心電図
トレッドミル運動負荷心電図
血圧脈波検査
心肺運動負荷装置（CPX）
心臓核医学検査（シンチグラフィ）
冠動脈CT
心臓カテーテル検査
冠動脈血管内超音波
冠動脈血管造影検査

治療方法について

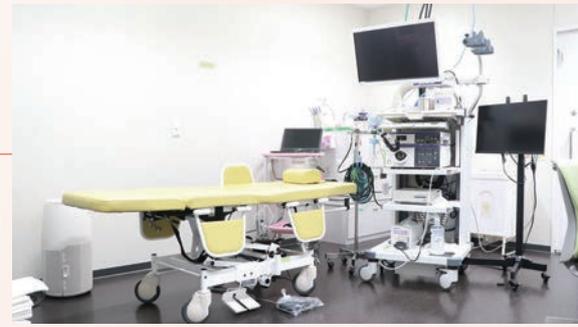
循環器内科では、内服薬による治療、生活習慣の指導、手術治療を主体として治療を行います。
緊急性の高い疾患の場合（急性心筋梗塞、不安定狭心症、心不全、不整脈）に対しては、緊急カテーテル治療を含めた迅速な対応も行います。
経皮的冠動脈形成術（PTCA）・経皮的冠動脈インターベンション（PCI）
経皮的血管形成術
ペースメーカー植込み術
植込み型除細動器植込み術
心房細動に対する高周波カテーテルアブレーション





部署紹介 内視鏡センター

内視鏡センターでは、胃カメラ・大腸カメラを主に行っている部署です。健診部門（人間ドック、協会健保、市がん検診など）とクリニカル部門の上部内視鏡、下部内視鏡、胆膵系の内視鏡（EUS, ERCP関連）、気管支鏡の検査・治療を担っています。

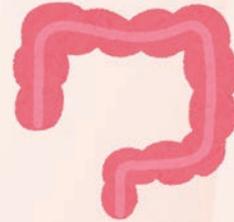


上部内視鏡

上部内視鏡は、経口内視鏡と経鼻内視鏡があります。苦痛や反射が強い場合は鎮静剤を使用して検査を行っています。鎮静剤を使用の場合は車の運転は禁止となりますのでご協力お願い致します。



スクリーニング、ポリープ切除、早期癌の内視鏡下での剥離切開、消化管出血時の止血処置、食道静脈瘤の治療、狭窄部位のステント挿入、義歯やPTPシート誤飲などの異物除去など行っています。



下部内視鏡

下部内視鏡は大腸の検査です。



上部と同様にスクリーニング、ポリープ切除、早期癌の内視鏡下剥離切開、消化管出血の止血処置、ガンなどによる狭窄部位のステント留置、腸捻転時の解除など行っています。

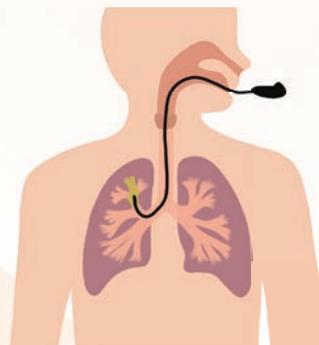
2024年度上半期 診療実績												
2024年	4月		5月		6月		7月		8月		9月	
	上部	下部										
検診	143	/	139	/	189	/	195	/	255	/	266	/
自院	269	214	256	207	258	172	283	203	265	215	271	198

胆膵系

胆膵系では、超音波内視鏡（EUS）は膵がんとドック、クリニカル部門で行っています。病変に対してはEUS-FNAを行い診断に役立っています。胆石や膵石などにより黄疸や胆管炎等の治療としてERCPを行っています。胆道鏡による結石破砕（EHL）も行っています。



ダブルバルーンというスコープを使って大腸検査や胃切除後の総胆管結石治療も行っています。



気管支鏡検査も呼吸器内科医師によって行っています。

内視鏡検査は

「つらそう」「苦しそう」「できればやりたくない」部類に入ると思います。不安やつらさが一時的にでもやわらぐように、内視鏡センターの受付では月ごとに花をかざったり、猫の写真で出迎えています。ちなみに9月はコスモスとクリを飾っています。音楽をながしたりと緊張が和らぐように取り組んでいます。

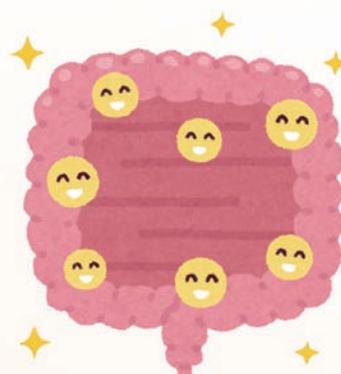


検査中は背中をさすったり、タッチングに心がけています。健診等で予防・早期発見を行い、外来でのフォローアップ、または入院治療を行っています。スタッフは待機制をとっており、365日24時間緊急内視鏡に対応できる体制を整えています。

クリニックの先生方へ

クリニック等からの依頼を受けて予約日に直接内視鏡検査を行える体制（ダイレクト内視鏡）も受け付けております。お気軽に相談してください。（窓口は地域医療連携室です）検査の部屋は6部屋あります。内視鏡システムはオリンパス・FUJIFILMを使用しています。経鼻、経口内視鏡、大腸用の内視鏡などとりそろえています。ダイレクト内視鏡についてのお問い合わせ

地域医療連携室直通：048-525-6779



One point

リハビリテーション科 ワンポイント講座



をご存知ですか？



リハビリテーション科係長
脳卒中認定理学療法士

高野 利彦

テレビ等で聞いたことがあるかと思いますが、「人類がこの地球で暮らし続けていくために、2030年までに達成すべき目標」の事です。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



その中の3番目の目標に「すべての人に健康と福祉を」とあります。「誰もが健康で幸せな生活を送れるように」というものですが、今回はそのために何をすればよいかを提案させていただきたいと思います。

1. 生活習慣病予防のために

① 有酸素運動：ウォーキングを10～30分、できれば1日に2回程度歩きましょう。途中で休憩を入れても結構です。少し息が早くなる程度、人と楽に会話ができる程度の運動が最適です。

② 筋力強化運動：痛みが強くない回数にしましょう。
ひざ伸ばし：座った状態から、片方のひざを伸ばして5秒止める運動を左右10回ずつから始めましょう。
スクワット：4秒かけて両ひざを曲げ、4秒かけてのばしましょう。（曲げる角度はできる範囲で、10～20回から始めましょう）

2. バランス低下を防ぐために

① 片足立ち：片足を上げ、倒れないように姿勢を保ちましょう。10秒程度から始め、痛みが出ない範囲で保てる時間を増やしていきましょう。保てない場合は、壁やテーブルなどに手をついた状態から始め、慣れてきたら離せるようにしましょう。

② かかと上げ：立った状態で4秒かけてかかとを上げ、4秒かけておろしましょう。ふらつく場合は壁やテーブルなどに手をついてもよいですが、手に頼り過ぎないようにしましょう（10～20回から始めましょう）。

③ 太ももあげ：立った状態で4秒かけて片方の太ももをあげ、4秒かけておろしましょう（左右10～20回から始めましょう）。

3. 認知症を防ぐために

① 生活習慣の改善：認知症の原因になる動脈硬化や脳梗塞を防ぐために必要です

② 日常生活の活性化：脳は社会との関わりの中で活性化されます。社会活動を続けることが重要です。家庭内のみでは不十分です。



継続することが大切です。コツコツと続けましょう。



管理栄養士 西本 美穂

食欲の秋になりました。
秋が旬の食材についてご紹介させていただきます。
旬の食材から栄養を摂りこれからの寒さに負けない身体を作りましょう。

さんま



さんまには、DHA、EPAという油が多く含まれています。これらは血流を良くする効果があるとされており動脈硬化や血栓のリスクを軽減するのに役立ちます。さらにDHAは高血圧の予防や質の良い睡眠をサポートする効果があります。

またさんまに含まれるビタミンB12は造血ビタミンとして知られ女性や貧血のリスクがある方に推奨される栄養素です。

同じく造血ビタミンである葉酸も貧血の予防につながります。

葉酸はブロッコリーやほうれん草にも多く含まれている栄養素です。



さつまいも



さつまいもには食物繊維が豊富に含まれています。食物繊維は水溶性食物繊維と不溶性食物繊維の2種類がありさつまいも(皮付き)100gあたり

水溶性食物繊維1.0g、不溶性食物繊維2.8gが含まれています。

水溶性食物繊維はお腹の調子を整えるのを助ける働きがあります。

さつまいもは寒い環境が苦手な野菜で10℃以下では傷みやすく美味しく食べられないため常温で保存することがおすすめです。



柿



柿には体内のナトリウムを体の外に出しやすくするカリウムが多く含まれており高血圧の改善が期待できます。

また柿に含まれるビタミンCは皮膚や粘膜をつなぐコラーゲンの生成に不可欠な栄養成分です。また鉄の吸収を促進したり免疫を高めたりと様々な効果があります。



食事は一つの食品に偏ることなくいろいろな食材を組み合わせることでバランス良く摂りましょう。

入職医師紹介



- ふじさと まさし
○氏名 藤里 雅史
○専門 整形外科
○出身大学 岐阜大学
○趣味 スポーツ(ハンドボール、テニス、ゴルフ、サッカー)
○自己紹介・あいさつ

千葉から来ました藤里 雅史です。
熊谷総合病院の一員として半年間頑張ります。
よろしくお願いします。



- こいずみ さゆり
○氏名 小泉 紗友里
○専門 小児科
○出身大学 埼玉医科大学
○趣味 映画鑑賞
○自己紹介・あいさつ

こんにちは。10月から小児科でお世話になります小泉 紗友里です。
埼玉医科大学病院の小児科で働いてきました。
未来にあふれた子どもたちの笑顔を守れるよう
“気づき”を大切に診療してまいります。
よろしくお願いします。



～くまそうの医療連携パートナーをご紹介します～

まちの医療機関

No.028

いのクリニック

TEL:048-528-8300

URL:https://www.inocli.jp/



- 診療科 小児科・内科・循環器内科・アレルギー科・消化器内科・婦人科
- 住所 熊谷市箱田 1-12-24
- 院長 井埜 利博 先生
- 駐車場 35台
- 診療所の特色

19床の入院ベッドを有する有床診療所と9床の住宅型老人ホームを併設する医療介護複合施設です。駐車場も広く確保し、小児科医・内科医・婦人科医を中心に看護・介護スタッフと放射線・検査技師・管理栄養士・スポーツトレーナーとのトータル医療を行っています。

■ 院長先生のモットー・大切にされていること

0歳から100歳までのどの年齢の患者様についても対応できるように心がけております。今年度から婦人科外来も開設し、女性に係る問題にも対処できる家庭医を目指します。



	月	火	水	木	金	土	日
AM 9:00~12:00	●	●	●	-	●	●	●
PM 15:00~18:00	●	-	●	-	●	●	-

受付は、午前8:30～ 午後14:30～

■ 休診日:火(午後)、木、日(午後)、祝日 ※月曜が祝日の場合、前日の日曜休診 12/29～1/3、8/13～8/16

◆ 婦人科 月曜午前、第1・3土曜午前、第2・3・5日曜午前。

No.029

西田クリニック

TEL:048-525-2100

URL:https://nishida-nouge.com/



- 診療科 脳神経外科・内科・漢方内科・ペインクリニック内科、整形外科、外科
- 住所 熊谷市末広 2-21
- 院長 西田 伸 先生
- 駐車場 約20台
- 診療所の特色

CT・MRI完備、経鼻・経口内視鏡をそろえ、幅広い診療を行っています。また、漢方診療にも力を入れております。

■ 院長先生のモットー・大切にされていること

患者様一人一人に寄り添った診療を心がけています。



	月	火	水	木	金	土	日
AM 9:00~12:30	●	●	●	-	●	●	-
PM 15:00~18:30	●	●	●	-	●	●	-

■ 休診日 木・日・祝

※ 発熱外来 12:00～12:30 18:00～18:30(平日診療日)
16:00～17:00(土曜日)当日朝9時から電話予約制
予約時のお電話やホームページにて注意事項をご確認し受診してください。



小学生から高校生まで33名の参加でした。今回は、「病院ではたらくいろいろな職業」をテーマに、さまざまな職種の職員と一緒に、仕事の体験をすることができました。将来のなりたい職業の選択肢のひとつになればという思いです。毎年継続できるように取り組んでまいります。



熊谷市内の中学生を対象とした外科手技体験プログラムを実施しました。今回で8回目の開催です。約25名の学生が参加され、実際に手術室の中に入り、気管挿管・手術手技・結紮などの体験を通じて「医療」に触れていただきました。このような体験を通じ、当院では、医療人を目指すきっかけづくりや身近に医療を知っていただく啓発活動を定期的に行っています。



3日間開催し、36名の高校生が集まってくれました。午前中は白衣に着替えて記念撮影を行い、HCU・病棟・放射線科・リハビリ科など見学をしました。午後からはプチナス体験を行い、BLS・車椅子・ストレッチャー・PPE試着体験を行いました。毎年開催しているので興味のある方はぜひ参加してみてください。





看護部

8/9 ラダー研修Ⅲ-①

ラダー研修とは、看護師の実践能力を段階的に評価し、スキルアップを促すためのシステムです。研修テーマの看護師におけるアドボケーターについて、事例を用いてディスカッションを行いました。



9/19 デジタルX線透視装置 寄贈式

JA共済連埼玉様の健康増進活動支援事業として、デジタルX線透視装置を寄贈いただき設置しました。この内視鏡に特化した機器は、今後の健診・診療の精度向上に大きく貢献することが期待されます。



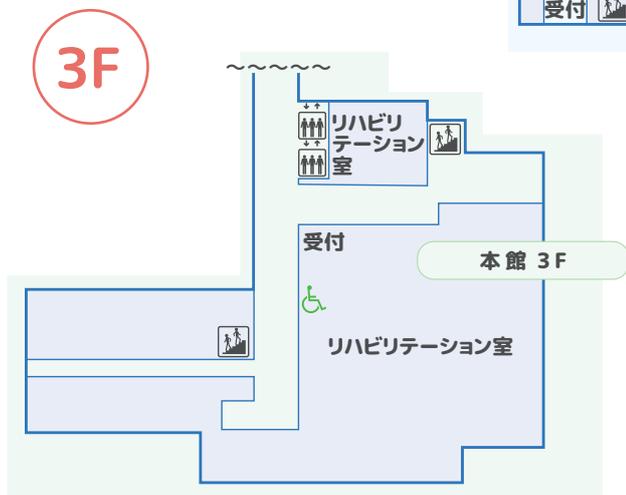
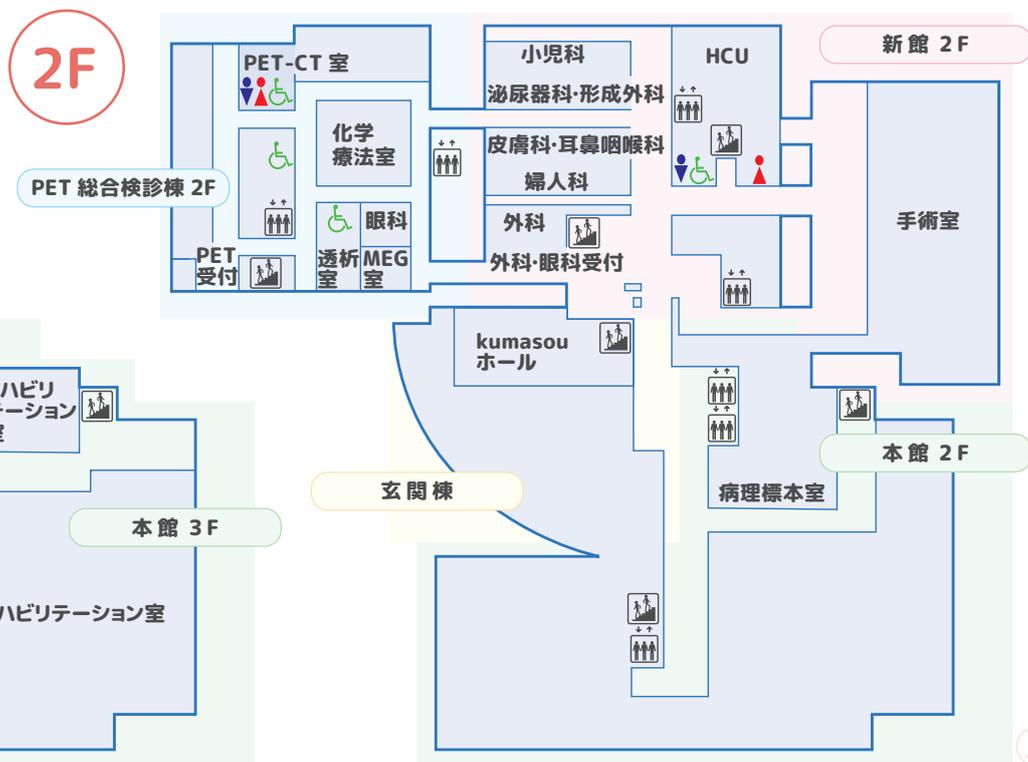
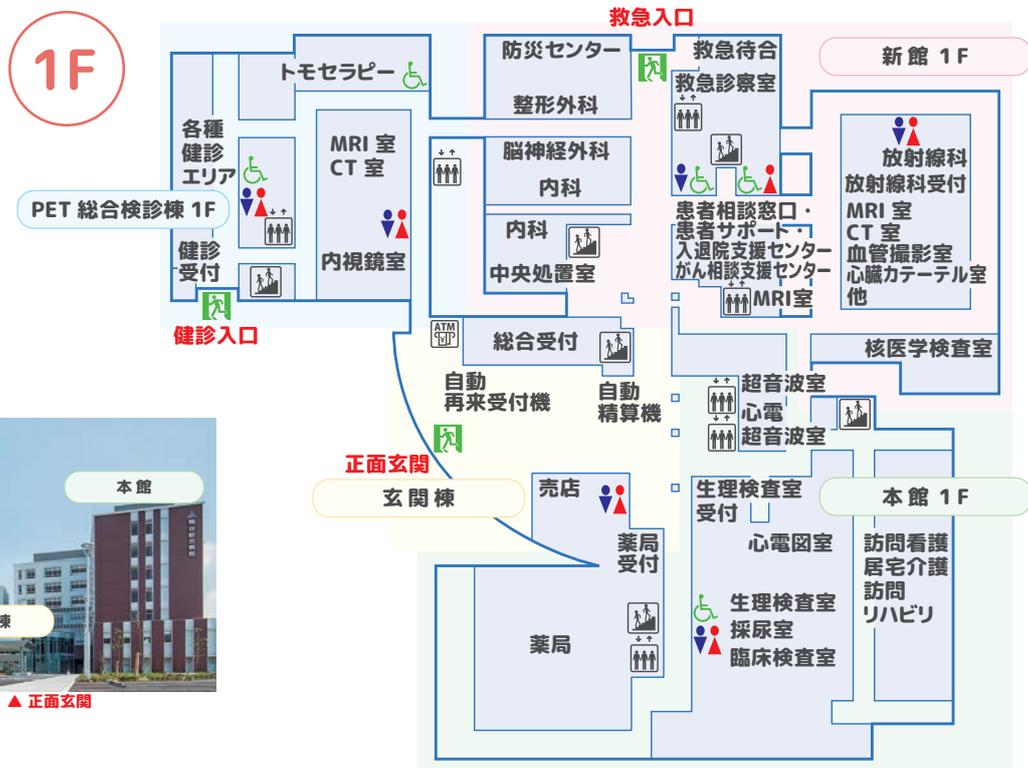
第12回

9/24 大規模災害訓練

第12回 大規模災害訓練を消防・熊谷市・医師会の病院と共に実施致しました。万が一の震災に備えて、避難訓練とトリアージ訓練を通じて迅速かつ的確な対応力を強化しました。



くまそう 院内マップ 1F～3F



病院理念

わたくしたちは、この地に歴史をきざむ熊谷総合病院に勤める医療人です。
わたくしたちは、この地にふさわしい専門的視野と未来への展望に立って、ここに新生熊谷総合病院の病院理念を制定いたします。

- 一. わたくしたちは地域の一員として、すべての患者さんを心あたたかく迎え入れます。
- 一. わたくしたちは地域の医療を常に高く保つため、みずから進んで学習します。
- 一. わたくしたちは地域の未来をになう若き医療人の育成に励みます。
- 一. わたくしたちは地域の必要に応える最新医療を提供し続けます。

そしてわたくしたちは地域のあらゆる機関と協力して世界に誇れる病診連携をこの地、熊谷に築きあげます。



日本医療機能評価機構
認定第JC2211号
機能種別版評価項目
(3rdG:Ver2.0 一般病院 2)



〒360-8567 埼玉県熊谷市中西4-5-1
TEL:0570-099-080(ナビダイヤル) FAX:048-523-5928(代)
<https://www.kumasou.or.jp/>

