



CONTENTS

診療科紹介

こちら、産婦人科です。

最新の医療機器を導入!

64列マルチスライスCT & バイプレーン型フラットパネル方式循環器系X線撮影装置

脱メタボシリーズ

マイナス240kcalで内臓脂肪を減らそう!

服用されているお薬のことご存知ですか?

最近のお水事情

あなたにも救える命があります～AEDの紹介～

プライバシーマークを取得しました

診療科紹介

こちら、産婦人科です。

女性の生き方も変わってきました。
忙しくされているあなたの
日常のお役にたてるよう
スタッフ全員で努めています。

診療方針

産婦人科の診療方針は受診された方どなたもが松下記念病院産婦人科にこられてよかったですと言つていただける診療を提供することです。

産科

日本の分娩を取り巻く環境は今厳しい状況ですが、当科では安心して「お産をしてただけること」、そして「母子がともに健やかであること」を願って診療を行っています。

正常産ではできる限り自然な分娩を心がけています。異常産では産婦人科および小児科の医師、助産師、看護師が、異常分娩、母体搬送、緊急手術などにも24時間対応できる体制ができます。

これからももみさんが安心してこの地域での産科診療を受けていただける施設を目指しスタッフ全員で取り組んでいます。

婦人科

婦人科では良性疾患、悪性疾患を問わず、女性に関わる医療のほとんどの領域が診療対象ですが、まず十分お話を聞くこと、そして正確な診断を基に丁寧にお話すること、他科との連携、地域の先生方との連携を十分にとることを中心に据えた診療に努めています。

婦人科疾患の治療にはそれぞれの方の年齢、疾患、体調に応じてホルモン剤などを用いた薬物療法があります。また開腹術、腔式手術、内視鏡下手術など、それぞれ特徴のある手術が多くあります。その他悪性腫瘍に対しては抗がん剤を用いた化学療法や放射線治療なども有力な治療手段です。どのような治療であっても御本人、またご家族とも十分お話をし、納得いただける治療を選択、実施しています。

平成19年診療実績

- 分娩数 408件
- 手術件数 661件



- 主な手術 子宮付属器悪性腫瘍手術 35件／子宮悪性腫瘍手術 18件／筋腫核出術 30件／卵巣腫瘍手術 70件



スタッフ紹介

部長 保田 仁介(やすだじんすけ)

日本産科婦人科学会専門医／母体保護法指定医／インフェクションコントロールドクター

分娩も担当するこの仕事に就いて以来、起床時間がどんどん早くなりました。それでもどんなに車を疾走させても短い1日ですが、診療を通じてご縁のできたたくさんの方々と日常診療での想いを共有できるよう努めたいと思っています。

副部長 多田 佳宏(ただよしひろ)

日本産科婦人科学会専門医／母体保護法指定医

産婦人科をとりまく医療は非常に厳しい状態ですが日々頑張っています。山が好きなので時々登っていますが、登りでしんどい時は産婦さんを想い出します。登山は休憩できますが、分娩は休憩できないので大変だと想います。

竹内 春奈(たけうちはるな)

日本産科婦人科学会専門医／母体保護法指定医

患者様に女性に生まれてよかったですと思つていただけるような仕事を心がけていきたいと思っています。趣味:歩くこと、走ること。絵の鑑賞。写真。寺社、遺跡を巡ること。

広田 千絵(ひろたちえ)

尊敬する先輩方、スタッフに囲まれて、ときどきしんどくなることもありますですが、楽しく日々を修行しています。最近は運動不足が悩みです。これからもよろしくお願いいたします。趣味:食べること。テニス。

本山 敏彦(もとやまとしひこ)

日本産科婦人科学会専門医／母体保護法指定医

(元松下記念病院産婦人科部長)

現在は健康管理センターと兼務していますが、産科、婦人科の臨床の魅力から離れられず病院の仕事にも関わっています。よろしくお願いいたします。

最新の医療機器を導入!

64列マルチスライスCT & バイプレーン型フラットパネル方式循環器系X線撮影装置

造影機器の進化に伴い、これまで危険で患者さまに負担のかかっていた検査も短時間で安全に行うことができるようになってきました。

このたび当院に導入された最新機器をご紹介します。

冠動脈CTが撮れるようになりました。

2008年6月より、64列マルチスライスCT(LightSpeed VCT, GE社製)を導入しました。今までより超高速で、薄い断層像を最大64ch同時に撮影します。検出精度が高くなり、画質は向上しました。この結果、CTでは描出困難であった冠動脈の撮影が、通常5~7秒程度の息止めで可能となりました。



撮影された断層像から、心臓と冠動脈を立体画像(3D像)に再構成し、冠動脈各枝の造影像を描出します。冠動脈疾患が疑われる症例、経皮的冠動脈インターベンション(PCI)後や冠動脈バイパス術(CABG)後症例で、冠動脈病変の検出ならびに形態的評価をし、同時に心機能の評価も行えます。今まで当院では年間300例以上に入院して心臓カテーテル検査を行っていますが、外来通院患者様にも広く適応があり、比較的容易に行っていただける検査です。また、急を要する虚血性心疾患でも、診断精度を上げ、迅速で的確な治療に導く検査法です。



内科部 循環器科 副部長
神谷 匡昭

バイプレーン型フラットパネル方式循環器系X線撮影装置。

この度、血管造影装置フィリップス Allura Xper FD20/10を導入しました。旧来の装置と比較して、まず第1にいままで1方向のみからの造影・撮影しかできませんでしたが、新装置は同時に2方向(Bi-plane)で可能になりました。第2にフラットパネル方式の採用により高解像度・高コントラストの画像が得られ、より鮮明で詳細に病変部位の確認が可能となりました。その他にも、血管構築や血管の走行などを立体的に詳細な部位まで把握可能となり、脳血管部門および循環器部門において通常の血管造影のみならず血管内治療でも大きな優位性を得ることになります、御期待ください。



脳神経外科部 主任
柘植 雄一郎

放射線で診るから治すべ。



中央放射線部 部長
牛嶋 陽

X線の発見、そしてCTの登場により今や放射線診断は医療に必須となっています。以前のCTでは広範囲を撮影するのに時間がかかり、動く対象物の撮影は苦手だったのですが、マルチスライスCTという同時に多数の断層画像が得られるCT装置の登場により、高速撮影が可能となりました。これにより、心臓のような常に動く臓器も問題なく捉えることが出来、さらに詳細な情報を私たちに提供してくれます。また、放射線診断装置を利用して治療を行う方法も進歩しています。血管造影がその代表で、手術と比べて低侵襲であり、迅速な対応が可能です。心筋梗塞や動脈血栓といった血管が原因の病気の治療において重要な役割を果たしています。このように放射線診療機器は診断から治療まで広く利用されており、今後もその要請が続くものと思われます。これらの機器を整備していくことで、当院で患者さんに提供される医療の質をさらに向上させることができると期待しています。

2008年4月より“メタボリックシンドローム”的予防・改善を目的とした『特定健診・特定保健指導』が開始されました。

4回にわたり【脱メタボ】シリーズをお送りします。



メタボシリーズ マイナス240kcalで 内臓脂肪を減らそう!



今や健康管理の常識となりつつある“メタボリックシンドローム”。お腹まわりを中心に蓄積された内臓脂肪は、“生活習慣病”予備群のからだを象徴しているのです。しかし、あきらめてはいけません。内臓脂肪はすぐに蓄積するものの、消費もしやすい脂肪。内臓脂肪を減らせばお腹まわりも小さくなります。

“メタボリックシンドローム”的診断基準「腹囲85cm(男性)/90cm(女性)」未満を目指して脱メタボへの第一歩をふみだしましょう！



あなたはメタボ?
【診断基準】でチェック!

体重

kg

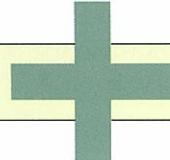
腹囲

cm

STEP
1

おへそ周り(腹囲)

- 男性: 85cm以上
- 女性: 90cm以上



STEP
2

- 血圧: 収縮期血圧 130mmHg 以上または拡張期血圧 85mmHg 以上
- 血中脂質: 中性脂肪 150mg/dl 以上または HDL コレステロール 40mg/dl 未満
- 血糖値: 空腹時血糖 110mg/dl 以上



STEP1に当てはまり、STEP2のうち2つ以上当てはまつたら、“メタボリックシンドローム”です！

■1日に240kcal減らす！

体重を1kg減らすとウエストは1cm減ると言われています。脂肪1kgを消費するには、約7,200kcalのエネルギーを消費しなければなりません。「7,200kcalなんて無理！」と思うかもしれません。1ヶ月かけて7,200kcalを消費すると考えると $7,200\text{kcal} \div 30\text{日} = 1\text{日 } 240\text{kcal}$ 。現在1日に摂取しているエネルギーを240kcal減らせばいいのです。



■どうやって減らす?“240kcal”

摂取エネルギー量を減らすには、“摂る量を減らす”か“消費する量を増やす”ことがポイントになります。食事と運動をうまく組み合わせることが大切ですが、今回は、特に食事を中心とした“摂る量を減らす”コツをご紹介します。

“摂る量を減らす”には、1日に食べているもののうち、約 240kcal 分を我慢する必要があるのですが、手軽に“摂る量を減らす”工夫を考えてみましょう。

なんとなくお腹がすいているとき、何気なく食べたり飲んだりすることが習慣化していませんか?3時のおやつ

にチョコレートを食べたのに、晩ご飯前にお腹がすいてポテトチップスに手が…なんてことはありませんか?また、コーヒー或は紅茶に砂糖をたくさん入れたり、炭酸飲料やジュースをガブガブ飲んだりしていませんか?おやつやジュース類を摂る回数が多いなら回数を減らしてみましょう。1日1回だけなら、量を減らしたり低エネルギーのものに変えたりするのも効果的。ケーキをまんじゅうに変えたり、コーラをお茶に変えたりするなど、少し気を付けるだけで摂取エネルギーを抑えることができます。

約 240kcal のおやつ・飲み物



■「間食はほとんどしない」—そんな場合は?

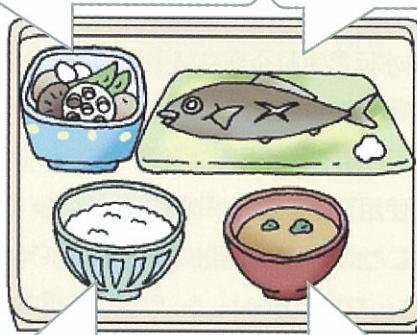
間食をほとんどしない場合は、3度の食事を見直してみましょう。揚げ物や肉料理に偏った、栄養バランスの悪い食事内容になってしまいませんか?健康的かつ効果的に減量するには、1日3回規則正しく、栄養バランスのとれた1汁2~3菜の食事(右図参照)を摂ることをおすすめします。毎日の食事内容をチェックしてみてください。

1日約 240kcal を食事で減らす場合、3食きちんと摂っている人なら、1食につき約 80kcal ずつ減らす方法がおすすめ。一切れ、一口、ちょっとのおかわりを抑えるだけで約 80kcal を減らすことができます。また、マヨネーズやマーガリン、ジャムなど大さじ 1 杯で約 80kcal を減らせるものが多いので、意識的に控えてみてください。

副菜(1~2品)

野菜、いも類、海藻類、きのこ類などを使ったおかず。主菜が炒めものや揚げものの場合は、おひたしなど油を使わない調理方法で。

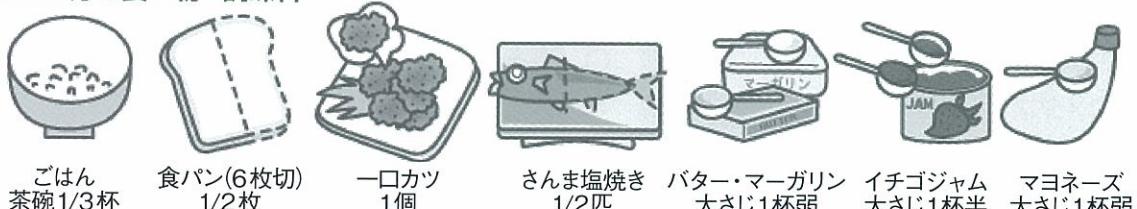
主菜(1品)
肉ばかりではなく、魚や豆腐を用いた料理をローテーション。



主食
ご飯なら茶碗1杯
食パンなら1枚。

汁もの
みそ汁やスープ
あるいは牛乳1杯。

約 80kcal 分の食べ物・調味料



糖尿病・高血圧など食事制限のある方は、かかりつけの医師・栄養士にご相談されることをおすすめいたします。

服用されているお薬のことご存知ですか?

内服薬や注射薬など、お薬のことで気になることがありましたら、何でもお尋ねください。

1. 外来患者様

当院は、2001年10月より院外処方となっており、現在、検査のお薬のみお渡ししています。院外処方のお薬でも疑問点がありましたら、窓口を開放していますので、気軽に声をおかけください。その際には、お薬手帳などをお持ち下さい。

2. 入院患者様

各病棟には、担当薬剤師を配置しています。また、糖尿病・癌化学療法を受けられる方には専門の薬剤師を配置し、内服薬、注射薬の薬効・副作用などを説明しています。

お尋ねになりたいことがあるときは、医師又は看護師を通じてお申し出下さい。



最近のお水事情

大型客船の飲料水は何を使われているかご存知ですか? 実は海水なんです。最近ニュースでもたまに取り上げられていますがRO水というものがあります。RO (Reverse Osmosis) は半透膜に浸透圧と逆らう形で大きな圧力をかけ「逆浸透」をおこさせる技術のことでRO水はこの逆浸透膜(RO膜)で作られた水の事をいいます。RO膜には水に含まれる様々な不純物、重金属をはじめ細菌やウイルスまで取り除く高い除去能力があるので、海水を真水にすることができます。当院でもRO水を作る設備があり、腎不全科では大量の透析液を作るのに使用しています。最近では某スーパーにもサービスとして設置され、インターネットでも手に入るなど一般の方でも使用できる機会が増えてきています。

料理はもちろんのこと何にでも使用出来ますし、RO水で洗顔をするとお肌がしっとりとしてかなり良いとの情報もあります。皆さんも機会があれば一度試してみてはいかがでしょう?

各種水処理の除去能力比較例

水処理方法	活性炭	マイクロフィルタ	イオン交換樹脂	RO
除去方法	吸着	精密ろ過	イオン交換	膜分解
塩素・カルキ臭	○	△	×	○
カビ臭い	○	×	×	○
鉄粉・鉛	×	△	△	○
細菌	△	○	×	○
トリハロメタン	△	×	×	○
塩分	×	×	○	○
ダイオキシン類	×	×	×	○

○充分に除去可能

△場合によっては除去可能

×除去不可能

あなたにも救える命があります～AEDの紹介～

9月9日は救急の日ということをご存知ですか？目の前で人が突然倒れてしまったら…どんなことができるのでしょうか。救急車をよぶことと、1秒でも早い【AED】の実施が、生死を分けます。救急の日にちなみ、最近、学校や駅、公共の場所を中心にどんどん設置されているAEDについて紹介します。

1.AED(自動対外式除細動器)って何？

AEDは、体外(裸の胸の上)に貼った電極のついたパッドから自動的に心臓の状態を判断し、心室細動という不整脈を起こしていれば、電気ショックで、心臓の状態を正常に戻す機能を持っている小型の機械

心室細動とは…

心臓が細かくブルブルふるえていて、血液を全身に送ることができない状態

電気ショックとは…

強い電流を一瞬流して心臓にショックを与えること

2.AEDの使い方



- ① 電源を入れる
- ② 電極パッドを傷病者の胸部に貼る
- ③ AEDが自動的に傷病者の心電図を解析する
- ④ AEDから除細動の指示が出たら、除細動ボタンを押す

音声で使い方を誘導します
とっても簡単！

3.AEDはなぜ急速に設置されているのでしょうか

心臓が動いていない状態で何もしなければ3分で脳は死んでしまいます。しかし、1分以内に除細動(AED)を行うと約9割の方が、3分以内に行なうと約7割以上の方が社会復帰できます。救急車が来るまでには、平均約6分かかるといわれています。いち早い救命処置が生死を左右しますので、たくさん的人が利用される場所に設置されています。

国内では毎日100人近くの人が心臓疾患による突然死で亡くなっていますが、AEDの普及により尊い命が救われるケースが増えてきました。AEDは、2004年から一般の方々にも使用できるようになっていましたので、各地で開催される講習会にぜひ参加されることをお奨めします。

※当院では、病院玄関と内科外来前に設置しています。



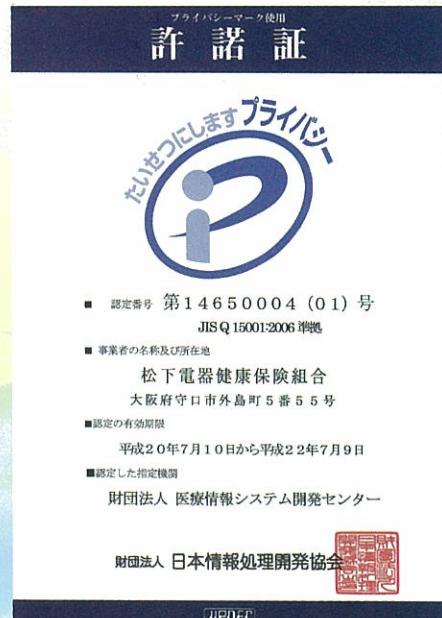
文責 救急看護認定看護師

プライバシーマークを取得しました

松下記念病院では、個人情報を適切に取り扱う組織の証として、パナソニック健康保険組合の全部門で取組みを行い、(財)日本情報処理開発協会(JIPDEC)が認定する『プライバシーマーク』を2008年7月10日に取得しました。

※保健医療分野の審査は(財)医療情報システム開発センター(MEDIS-DC)が実施。

※医療業(病院)としては全国で51番目の取得となります。



検査部での取組み事例

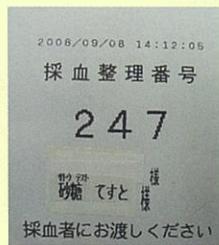
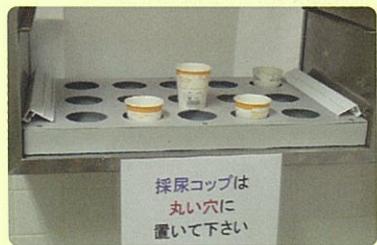
採尿コップの氏名が他の患者様に見えないように、カップの置き場所を工夫しました。



採血の順番がわかるように、番号表示機を2機設置しました。採血整理番号券を発行して、患者様をお名前ではなく番号でお呼びするシステムを導入しました。



採血室にカーテンを設置し、プライバシーに配慮したレイアウトに変更しました。



お問い合わせ・ご意見等ございましたら、下記までご連絡ください。



発行 松下記念病院 広報委員会 〒570-8540 大阪府守口市外島町5番55号 TEL:06-6992-1231 FAX:06-6992-5808
<http://www.mhio.panasonic.co.jp/kinen/kinen.htm>