



**湘南藤沢徳洲会病院**  
Shonan-Fujisawa Tokushukai Hospital

〒251-0041 神奈川県藤沢市辻堂神台1-5-1  
TEL:0466-35-1177 (代表)

検索 湘南藤沢徳洲会



▲ホームページ

救急外来は年中無休・24時間診療

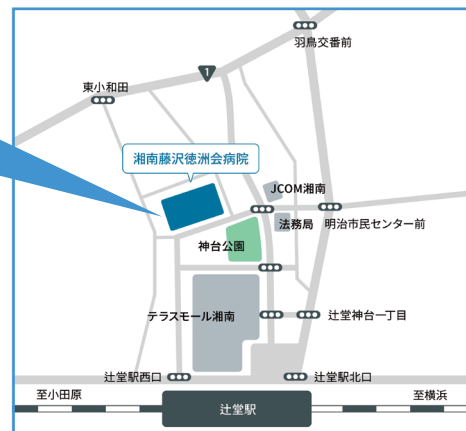
Access Map



駐車場ご利用について (湘南藤沢徳洲会病院 敷地内駐車場)



| 患者様            | 一般・面会         |
|----------------|---------------|
| 最初1時間.....100円 | 20分.....100円  |
| 以降1時間.....200円 | 上限.....1,000円 |
| 上限.....500円    | ※上限12時間       |



発行/2024年11月1日(毎月1日発行) 編集/湘南藤沢徳洲会病院患者総合支援センター



TAKE FREE  
ご自由にお持ちください

湘南藤沢徳洲会病院 広報誌マリンペーパー

Vol.  
114

2024  
November

特集 治療の現場

心臓病センター  
虚血性心疾患 狭心症



冬場に多いヒートショック  
一次救命処置(BLS)

お知らせ  
患者さま向けアンケート ご協力をお願い  
季節のお品書き  
サバのハーブソルト蒸し焼き

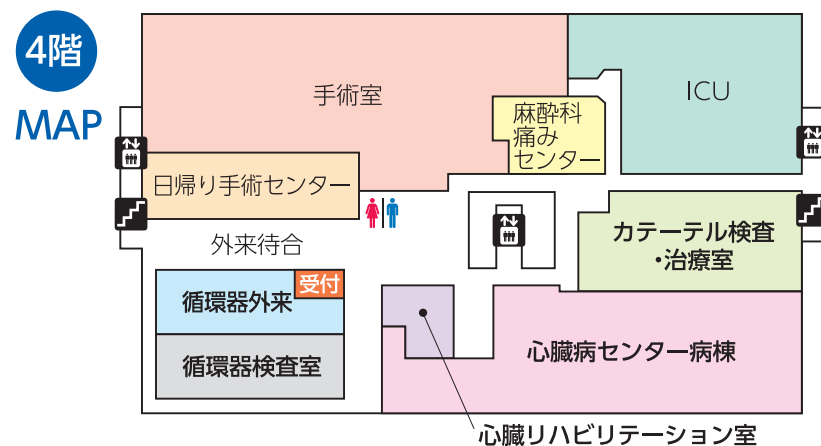
心臓血管外科 手術(上)  
循環器内科 カテーテル治療(下)

# 特集 治療の現場 心臓病センター



超高齢化社会を迎え心疾患の増加が懸念される中、地域の方が幸せに住み慣れた場所で過ごせるように、私たちはチーム医療を推進し、地域の医療機関との連携を深めていきたいと考えています。コミュニケーションを大切にし、健康教育や相談支援を通じて生活の質を向上させる取り組みを進めていきます。

専門職が協力して患者さんの健康状態やニーズに応じた適切な医療サービスを提供することで心疾患の予防や早期発見に努めます。



当院の心臓病センターは、循環器内科、心臓血管外科、病棟、カテーテル治療室、循環器検査室、心臓リハビリテーション室が同じフロアに集約されています。

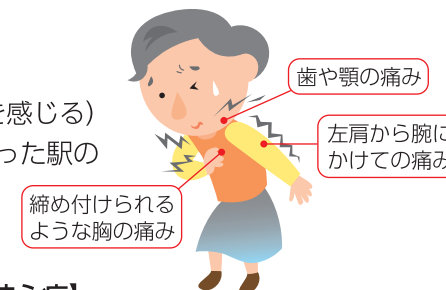
## 虚血性心疾患 狭心症

監修：循環器内科 主任部長 山岸 民治  
心臓血管外科 主任医長 服部 滋

心臓の表面を冠のように覆って心臓自体に酸素や栄養を与えている血管を冠動脈といいます。狭心症は、冠動脈が狭くなって血流が減り、心筋に供給される酸素や栄養素が不足する病気です。

### ●狭心症の症状

- ① 胸の痛み (締め付ける、圧迫感、重苦しい)
- ② 放散痛 (背中、肩、腕、のど、あご、奥歯などにも痛みを感じる)
- ③ 今までよりも運動能力が落ちる (今まで何ともしなかった駅の階段が辛くなった…など)

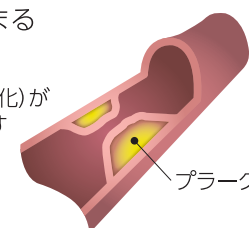


### ●狭心症の種類

#### 【動脈硬化性狭心症】

体を動かしたときに症状が出る  
安静にすれば治まる

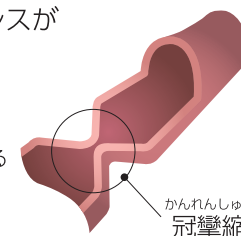
冠動脈にプラーク  
(アテローム性動脈硬化)が  
たまって狭窄を起こす



#### 【冠攣縮性狭心症】

夜間から早朝にかけて安静時に症状が出やすい  
喫煙、飲酒、ストレスが  
きっかけとなる

なんらかの原因で  
冠動脈がけいれん  
することにより起こる

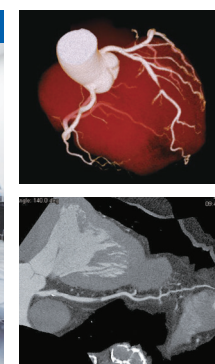


### ●冠動脈の狭窄を画像で診断する検査

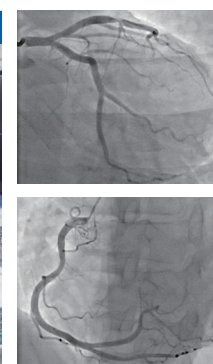
冠動脈CT検査は外来で検査可能です。冠動脈CT検査で狭窄や閉塞が認められなければ動脈硬化性狭心症は否定できます。

しかし、狭窄や閉塞が疑われる所見がある場合は冠動脈造影検査を行います。

#### 冠動脈CT検査



#### 冠動脈造影検査



### ●循環器内科と心臓血管外科

循環器内科と心臓血管外科が密に連携しており、頻繁に合同カンファレンスを行い、情報共有や症例検討を行っています。冠動脈CT検査や冠動脈造影検査の所見を供覧し、患者さんに適した治療選択を提案していきます。



## ●狭心症の3つの治療法

虚血性心疾患 狭心症

まず薬物を用いた治療を試みます。薬物療法でも生活の質が改善しない場合には、経皮的冠動脈形成術(カテーテル治療)や冠動脈バイパス術が有効です。

### 薬物療法

- 発作を鎮める、予防する:硝酸薬、カルシウム拮抗薬
- 動脈硬化を予防する:スタチン製剤
- 血栓予防をする:抗血小板剤
- 心臓の負担を減らす:ベータ遮断薬、ACE阻害薬、ARB

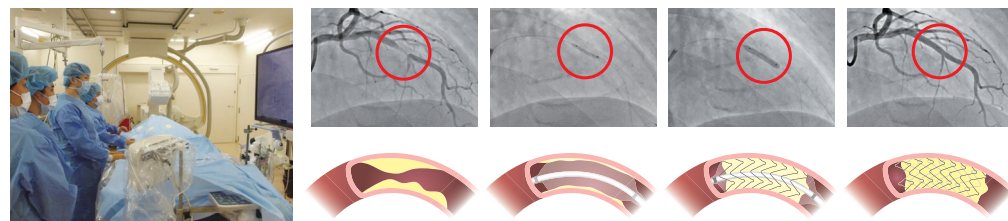


### 経皮的冠動脈形成術

循環器内科

循環器内科では経皮的冠動脈形成術(カテーテル治療)を担当します。バルーン等を用いて、狭くなった冠動脈を内側から拡げる低侵襲の治療法です。

主に手首にある橈骨動脈より血管内に挿入し、冠動脈の狭くなった部位までバルーンカテーテルを進め、バルーンを膨らませて狭窄部位を拡げて血流を確保します。同部位にはステントを拡げ留置することにより血管を内側から支えます。局所麻酔で行うため患者さんの身体的負担が少なく、外科的治療と比べると短時間で終了し、退院までの期間も短く、2泊3日程度であることが多いです。



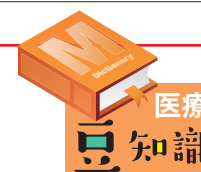
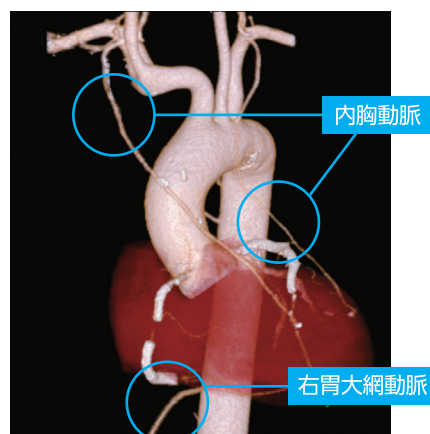
|      |                                  |            |                                                                     |
|------|----------------------------------|------------|---------------------------------------------------------------------|
| 治療内容 | 狭窄している血管にバルーン拡張を行い、ステントを留置し血流を改善 | 費用         | 21680点                                                              |
| 治療期間 | 3日程度                             | リスク<br>副作用 | 血管の損傷や、心タンポナーデ、穿刺部出血、血腫、仮性動脈瘤などの可能性があります。また、造影剤によるアレルギー反応の可能性があります。 |

### 冠動脈バイパス術

心臓血管外科

冠動脈病変や患者さんの年齢、状態により、冠動脈バイパス術の適応となります。

冠動脈バイパス術とはご自身の動脈や静脈を使って、心臓の細くなった血管の先へ血液の供給を増やす手術です。胸を開けて内胸動脈という血管をつなぐことで長期間流れるバイパスをつくることができます。また腹部の動脈や下肢の静脈を使用することで心臓の複数の血管を同時に治療できます。手術は全身麻酔で3~5時間程度行います。手術翌日には食事をとり、リハビリテーションを開始します。入院期間は術後10日から2週間程度です。



## 冬場に多いヒートショックに気を付けましょう

監修:循環器内科 主任部長 山岸 民治

ヒートショックとは、暖かい部屋と寒い部屋との温度差による急激な血圧変動が原因で、心筋梗塞や脳卒中を引き起こす健康リスクのことです。急に体温が下がると血管を縮ませて血圧が上がり、逆に体温が上がると血管が広がることで血圧が下がります。心臓や血管に大きな負担がかかるため、身体に影響を与えてしまいます。

「脱衣所とお風呂場」「寝室と廊下」「リビングとトイレ」など、温度差が大きくなりやすい場所を行き来する際にヒートショックのリスクが高まります。特に冬場、お風呂に入るときや入浴中が多いと言われています。

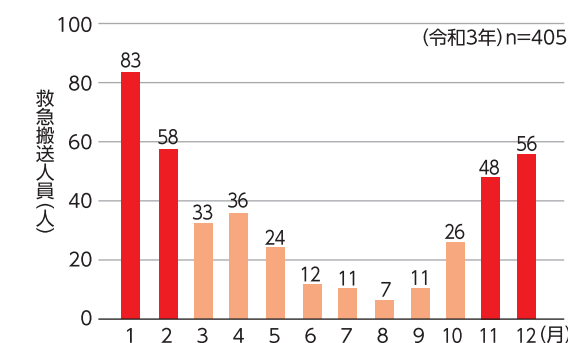
厚生労働省人口動態統計(令和3年)によると、高齢者の浴槽内での不慮の溺死及び溺水の死亡者数は4,750人で、交通事故死亡者数2,150人のおよそ2倍です。

| 室内   | 脱衣所        | 浴室       | 浴槽内        |
|------|------------|----------|------------|
| 暖    | 寒          | 寒        | 暖          |
| 血圧安定 | 血管が縮んで血圧上昇 | 血圧がさらに上昇 | 血管が広がり血圧低下 |

**注意!!** 冬場こそ入浴時に気を付けてください!

東京消防庁「救急搬送データからみる高齢者の事故」によると、東京消防庁管内における令和3年中の高齢者の溺れる事故による月別救急搬送人員では、11月から2月までの冬場に多く搬送されています。

高齢者の溺れる事故、月別救急搬送人員(東京消防庁管内)



引用:消費者庁「高齢者の事故を防ぐために」

### 特に気を付けてほしい人

- 65歳以上の高齢者
- 高血圧、糖尿病、動脈硬化の持病がある人
- 循環器疾患や脳血管疾患の既往がある人
- 肥満や睡眠時無呼吸症候群がある人

### 予防のポイント

- ① 脱衣所や浴室を暖めましょう  
⇒10℃以上の温度差がある場所は危険とされており、注意が必要です。
- ② 食後すぐの入浴や、飲酒後、服薬後の入浴は避けましょう
- ③ こまめな水分補給をしましょう
- ④ 長すぎる入浴時間は避けましょう
- ⑤ 熱すぎるお湯は避けましょう  
⇒41℃以上になると浴室での事故が増え、42℃以上になると心臓に負担をかけることが知られています。
- ⑥ 家族に一声掛けて、意識してもらいましょう





## 一次救命処置(BLS)～心肺蘇生～

### 1 反応(意識)の確認

- 周囲の安全を確認する
- 肩をたたきながら呼び掛けて反応を確認する



### 2 応援を呼ぶ

- 119番通報、AEDの手配
- 応援がなければ119番通報を優先



### 3 呼吸をみる

- 胸とお腹が普段通り動いているかを見る
- 普段通りの呼吸がなければ胸骨圧迫を開始



判断に迷ったら  
胸骨圧迫

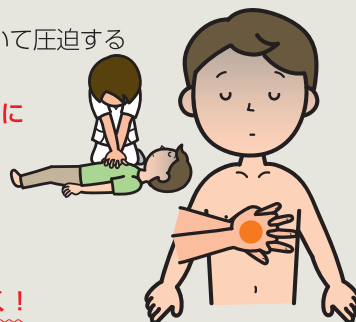
### 4 胸骨圧迫

- 両手を重ね、手の付け根を「胸の真ん中」において圧迫する

ポイント ▶ 5cm沈むように強く  
▶ 小児は胸の厚さの約1/3沈むように  
(体格が大きければ、成人と同様に)

- 1分間に100回のリズムで絶え間ない圧迫を
- 他に協力してくれる人がいる場合は1・2分を目安に交代

交代による胸骨圧迫の中断をできるだけ短く!



救急隊員到着まで、胸骨圧迫とAED(電気ショック)の解析を続けてください。



## 患者さま向けアンケート ご協力をお願い～みなさまの声をお聞かせください～

当院では以前より年に一回、医療や患者サービスの質向上を目的としてアンケート調査を実施しております。

アンケート用紙配布は…

外来患者さん:各診療科受付でお渡し

入院患者さん:退院時に病棟でお渡し



調査用紙に直接ご記入頂き、1階ロビーに設置した回収箱にご投函ください。調査用紙の表面や院内各所のポスターに掲載されているQRコードをお手持ちのスマートフォン等で読み取ってご回答頂くことも可能です。

今後のより良いサービスの充実の参考にさせていただきますので、どうぞご協力のほど、よろしくをお願いいたします。

※本調査は無記名で実施いたしますので、個人が特定されることはありません。

※本調査結果は、調査目的以外での使用はいたしません。

## がん相談支援センターのご案内

どなたでも、がんに関するさまざまな相談・こころの悩みに無料でご利用いただける相談窓口です。

医療ソーシャルワーカーや看護師が、その人らしい生活や治療の選択ができるようお手伝いをさせていただきます。匿名でのご利用も可能です。



### ● 患者相談支援センター内

- 病院1階8番窓口(9:30～16:30)

※土・日・祝祭日除く

- 問合せ先 0466-35-1177(代表)

Eメール:

fujitoku\_kanjasien@tokushukai.jp

## がん患者サロン「まりん」

### 第7回開催のお知らせ

がん患者サロンはがんを抱える人やご家族が気軽に集まって情報交換したり、悩みを打ち明けたりする場です。お気軽にお立ち寄りください。

#### ● 事前予約不要、自由参加

- 日時:11月16日(土)14:00～15:00

- 場所:2階 外来化学療法室

- 対象:患者さんとそのご家族

#### ● 内容:

- ①「ハンドケアでリラックス」  
ハンドケアセラピストの資格を取得している看護師によるアロマオイルを使ったハンドマッサージが体験できます
- ②おしゃべり会

## サバとハーブソルトの蒸焼き

材料(2人分) トータル:593kcal 1人前:296.5kcal



- サバ…2切れ(150g)
- 塩…ミニスプーン1
- 酒…大さじ1
- ミニトマト…6個
- 玉ねぎ…120g
- ブロッコリー…90g

- オリーブオイル…大さじ1
- にんにく…1かけ
- ハーブソルト…小さじ1/4
- 酒…大さじ2



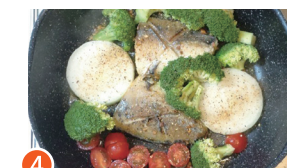
- 1 サバの皮に切れ目を入れ、塩と酒をふる



- 2 ミニトマトを半分に切り玉ねぎを輪切り(1cmの厚さ)、ブロッコリーは小房に分ける



- 3 フライパンに[B]のオリーブオイル、薄切りにしたにんにくを弱火で熱し、香りが立ったら中火でサバを皮目から入れ、両面焼き色が付く程度に焼く



- 4 玉ねぎ、ミニトマト、ブロッコリーを加え、ハーブソルトと酒を入れる



- 5 蓋をして火を弱めて、5～6分程度蒸焼きにしたら完成

### advice

栄養士からのアドバイス

青魚には不飽和脂肪酸の一種、DHA(ドコサヘキサエン酸)とEPA(エイコサペンタエン酸)を多く含みます。どちらも悪玉コレステロールを減らす働きや脂肪燃焼効果があり、特にEPAは血液サラサラ作用があるため、動脈硬化、心臓病、脳梗塞予防が期待できます。今回はハーブソルトを使用することで青魚特有の臭みを抑えることができます。しかし塩分制限が必要な方は、かけすぎに注意しましょう。