



 **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

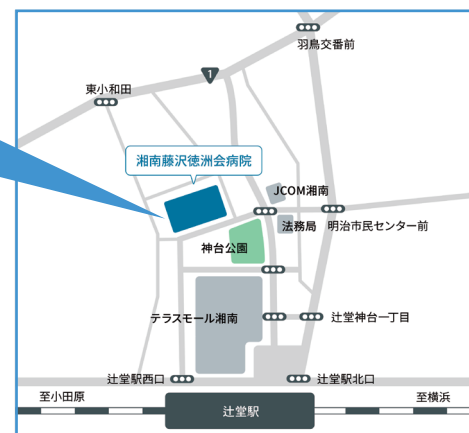


▲ホームページ

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

最初1時間.....100円
以降1時間.....200円
上限.....500円

一般・面会

20分.....100円
上限.....1,000円
※上限12時間

発行/2024年12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

Marine Paper

湘南藤沢徳洲会病院 広報誌マリンペーパー

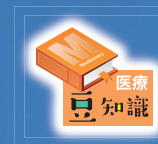
Vol.
115

2024
December

特集 治療の現場

神経内科 脳卒中センター

脳卒中のリハビリテーション



急性アルコール中毒の危険性

お知らせ

2025年1月 新棟 外来・健診センター OPEN

新任ドクター紹介

季節のお品書き

和風ローストビーフサラダ



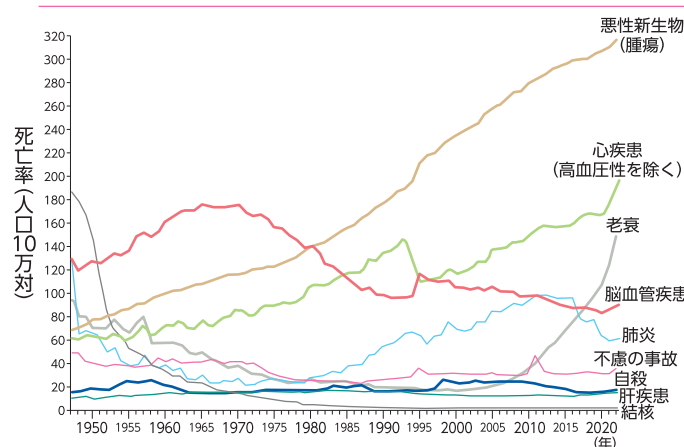
新棟と病院本館

神経内科 脳卒中センター

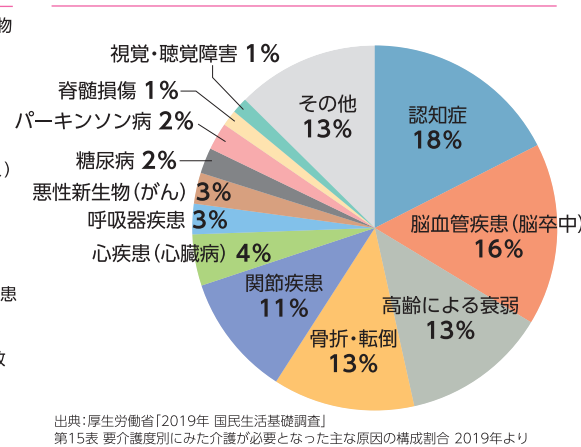
早期発見と治療の重要性

脳卒中は日本における主要な死因の第4位で、要介護となる原因の第2位です【図1】【図2】。脳卒中は、血管が詰まることによって起こる脳梗塞と血管が破れて出血する脳出血があります。早期発見と早期治療が予後を改善します。

【図1】主な死因別にみた死亡率(人口10万人対)の年次推移



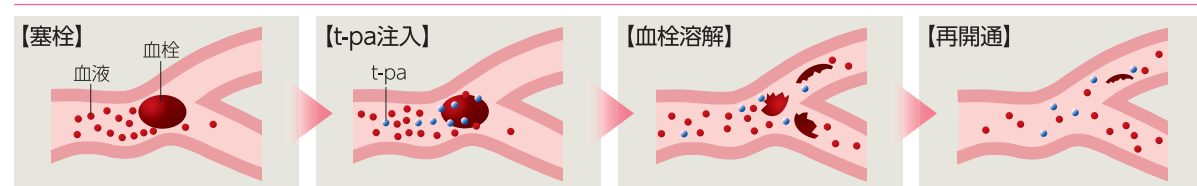
【図2】介護が必要になった原因



脳梗塞とその治療

脳卒中の約3/4を占める脳梗塞は、動脈硬化による血管狭窄や心房細動などの不整脈により生じた血栓で発症します。脳梗塞の治療法に閉塞した血栓を溶かす「血栓溶解療法」があります。血栓溶解薬 t-pa: (組織プラスミノゲンアクチベータ) を用いて、詰まった血管を再開通させる治療法です【図3】。効果が期待できるのは、発症後4.5時間以内です。他にもカテーテルを用いて血栓を取り除く血管内治療が行われます。いずれも発症からの時間が短いほど治療効果が期待できます。

【図3】血栓溶解療法



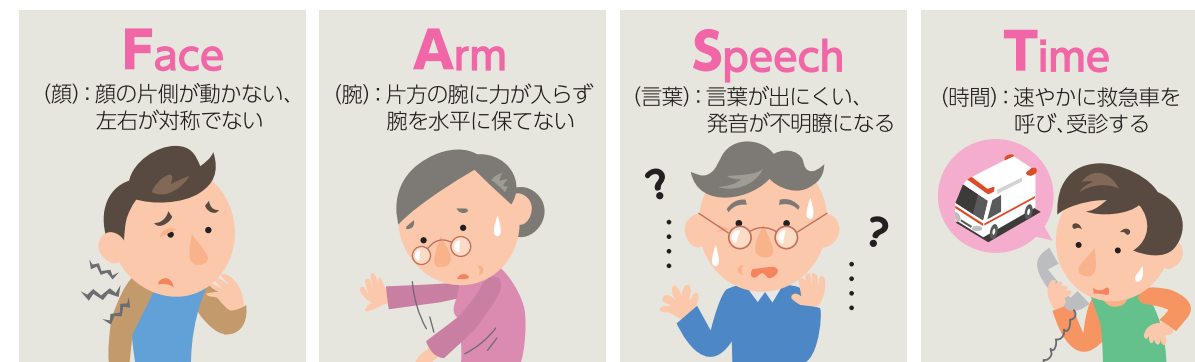
早期発見の重要性:ACT-FAST

早期発見のためには、症状を理解し迅速に救急要請を行う必要があります。我が国でも脳卒中啓発のためにACT-FASTキャンペーンが展開されました【図4】。症状から脳卒中の兆候を見逃さないことを目的としています。

脳卒中が疑われたら **ACT FAST!!**
(急いで行動を)

※米国脳卒中学会キャンペーン標語より

【図4】ACT FAST



予防と再発防止

予防には、生活習慣の改善が不可欠です。特に、高血圧、糖尿病、脂質異常症、心房細動などの不整脈、喫煙、飲酒などが脳卒中の危険因子であり、これらをコントロールすることで発症リスクを減らすことができます。再発予防には、病型に応じた抗血栓薬の服用が必要です。

早期リハビリテーションと脳卒中患者へのサポート

発症後の機能改善には早期リハビリテーションが大きな役割を果たし、専門家による運動療法や言語療法が行われます。生活環境の整備や、介護保険などの社会資源の活用、医療ソーシャルワーカーによる支援も行います。

脳卒中は、発症すると様々な機能障害を生じ、後遺症のために生活に影響が出ることが少なくありません。当院では、早期発見・早期治療を通じて、患者さん・ご家族に寄り添った医療を提供いたします。



やまぐち しげき
山口 滋紀
神経内科 部長
脳卒中センター長
1989年 旭川医科大学卒

【専門分野】

神経内科一般、脳卒中、神経難病

【専門医・認定医】

日本内科学会認定指導医
日本神経学会専門医指導医評議員
日本脳卒中学会専門医指導医
日本認知症学会専門医指導医
日本脳神経超音波学会認定脳神経超音波検査士

脳卒中のリハビリテーション

1 ベッドで寝たままにならないことが大事

脳卒中の病状が安定した後は低下した機能を改善することに加えて、ベッドで寝ていることによる体力や筋力の低下など機能の低下を防ぐ事が重要です。

監修:リハビリテーション室



2 体の機能の改善を図るリハビリテーション

3つの代表的なリハビリテーションとして、理学療法、作業療法、言語聴覚療法があります。

理学療法 (PT)

- 手足の運動、麻痺の改善
- 必要に応じて装具を使った歩行訓練など
- 座る・立つなどの動作能力の改善

作業療法 (OT)

- 様々な道具を使い手・指の細かい動きを改善
- 食事やトイレの動作などの日常生活動作の訓練

言語聴覚療法 (ST)

- 食事などの飲み込みの改善
- 声や言葉をだしやすくする訓練
- 注意力や判断力などの機能を改善



家族でもできる 拘縮を防ぐストレッチ

手の運動

片側の手で、親指の付け根を握る。反対側の手で他の指を握り、ゆっくりと外側へ開く。



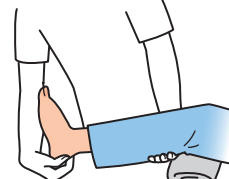
Point!

力を加えすぎると骨折する危険性があるので、ゆっくりと行う



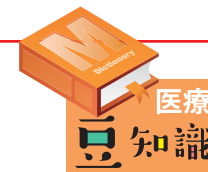
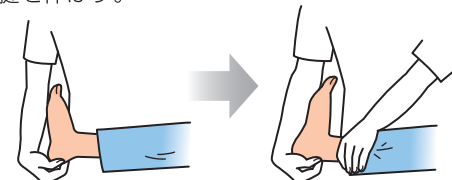
足の運動

患者さんの膝の下に、枕や丸めたタオルを入れる。



片側の手で患者さんのかかとを持ち、足の裏を腕につける。

反対側の手で患者さんの足首を持ち、ゆっくりと足を内側に曲げ、かかとを引き、アキレス腱を伸ばす。



急性アルコール中毒の危険性 ～飲んでも飲まれるな!!～

年末年始は仕事のお付き合いや、普段会えない人との会食もあつたりと、何かとお酒を飲む機会も多くなる時期です。正しい知識を身につけて、楽しく安全にお酒と付き合いましょう。

急性アルコール中毒とは



短時間に多量のお酒を飲むことにより血中アルコール濃度が急上昇して「酩酊」や「泥酔」となり意識がもうろうとしたりと正常な判断ができなくなってしまう状態をいいます。性別や個人差、健康状態や環境によっても異なります。

アルコール中毒の症状

- 意識の混濁
- 頭痛・めまい
- 嘔吐
- 血圧の低下
- 失禁 など



嘔吐して窒息しないように
横向き(回復体位)にする

急性アルコール中毒の対処方法

重症になると意識を失い、呼吸停止・心停止となることも…

- お酒を飲んだ後に意識がない
- 呼吸がおかしい

すぐに
救急車を!!



1人にしないで
必ず誰かが付き添う

体温低下を防ぐため、
上衣や毛布をかける

下あごを前に出し
気道を確保

両ひじを曲げ、
上側の手の甲を
顔の下に入れる

上側のひざを約90度曲げ、
後ろに倒れないように

楽しく安全に飲むための「飲酒3か条」

- ① 自分の適量、その日の体調を把握する
- ② イッキ飲みはしない、無理強いはしない・させない
- ③ お酒が飲めない体質の方は、周囲の人に「お酒が飲めない体質です」と伝える



出典:政府広報オンライン「急性アルコール中毒の怖さを知っていますか? イッキ飲みや無理強いは命にかかわることも!」
<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201804/2.html>



2025年1月 新棟 外来・健診センター OPEN

別館ご利用の際は、本館エントランスより入館いただきエスカレーターで2階へお進みください。突き当たり右側に別館連絡通路があります。



▲病院外観



▲痛みセンター受付

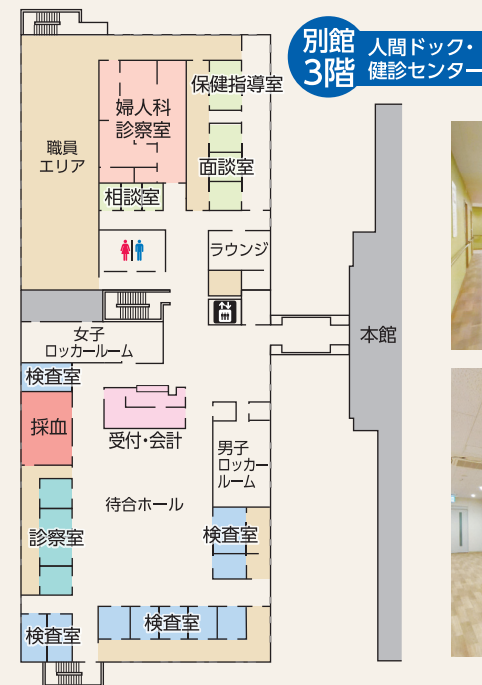
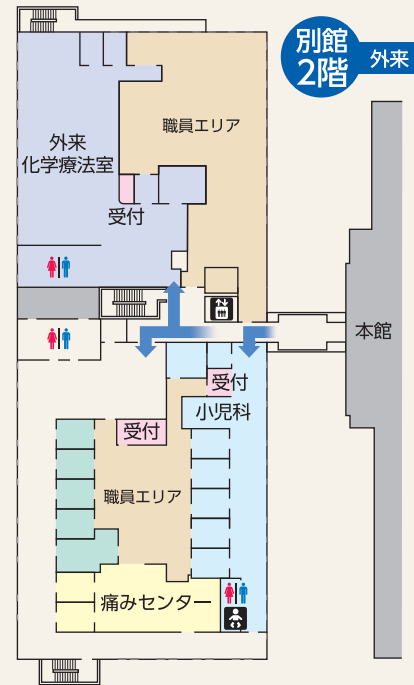


▲外来化学療法室



▲小児科

新棟の増築にあたり工事期間中は患者さんをはじめ近隣住民の皆様には大変ご不便とご迷惑をお掛けしました。1月より各エリアが順次診療を開始いたします。新棟3階は地域の医療ニーズに対応するため以前よりも拡張しフロア全てが人間ドック・健診センターとなります。新棟2階には痛みセンター、外来化学療法室、小児科が移設となります。今後は本館内の改築工事が順次開始されます。引き続きご理解をご協力の程宜しくお願い致します。



人間ドック・健診センターをご利用の際は本館エントランスより入館いただき中央エレベーターで3階にお進みください。別館連絡通路の先に受付があります。



◀待合ホール



マンモグラフィー装置
新規導入▶

◀婦人科診察室

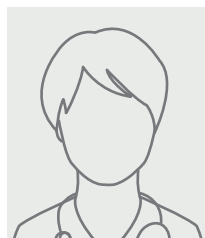
※婦人科外来は本館2階での診療に変更はありません。



AMULET SOPHINITY



新任ドクター紹介



▼精神科 部長

やまぐち ゆきお
山口 友紀雄

【出身大学】

北里大学 (2010年卒)

【専門分野】

精神科

【専門医・認定医】

精神保健指定医

日本精神神経学会精神科専門医・指導医

ご挨拶

2024年11月1日に着任致しました。北里大学病院、相模台病院などで精神科医として研鑽を積み、前職場は湘南鎌倉総合病院に勤務しておりました。精神疾患が背景にある患者さんが入院中に安心して治療を受けられるよう、また退院後に地域の精神科医療にスムーズに移行できるように、サポートさせて頂きたいと思ひます。宜しくお願い致します。

季節のお品書き

12月



和風ローストビーフサラダ

材料(2人分) トータル:898kcal 1人前:449kcal

- ブロッコリー…60g
- ミニトマト…6コ
- リーフレタス…50g
- パプリカ イエロー…1/2 (50g)
- 卵…2コ
- オリーブオイル…適量
- 「牛ももかたまり肉…200g
- [A] ハーブソルト…小さじ1
- こしょう…小さじ1/2
- 玉ねぎのすりおろし…大さじ2
- 酒…大さじ3
- [B] 酢・しょうゆ・みりん…各大さじ1
- 赤唐辛子…1本



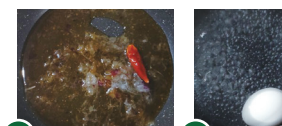
1 [A]の牛肉にハーブソルトとこしょうをすり込む



2 フライパンにオリーブオイルを入れ、強火で熱し1の各面をそれぞれ4~5分程度焼く



3 2を取り出し、アルミホイルで包み、あら熱が取れるまで30分程度おく



4 [B]を入れて混ぜひと煮立ちさせる



5 半熟卵を作り、4等分のくし形に切る



6 ブロッコリーは小房に分けて耐熱容器に入れ、電子レンジ(600W3分半程度)で加熱する



7 ミニトマトはヘタを除き、リーフレタスは食べやすいサイズにちぎる。パプリカは薄く切る



8 567を盛り、3の牛肉の薄切りを載せ4をかけて完成



肉類の脂身に含まれる飽和脂肪酸は、中性脂肪や悪玉コレステロールを増加させて動脈硬化や肥満を引き起こしやすくなります。動脈硬化予防のためにも、今回使用するような脂身の少ない、赤身肉の使用頻度が増やせると良いでしょう。また生野菜に含まれるカリウムには血圧を下げる効果があるため、こちらも動脈硬化予防が期待できます。腎臓機能が低下している方はカリウムの摂りすぎには注意してください。