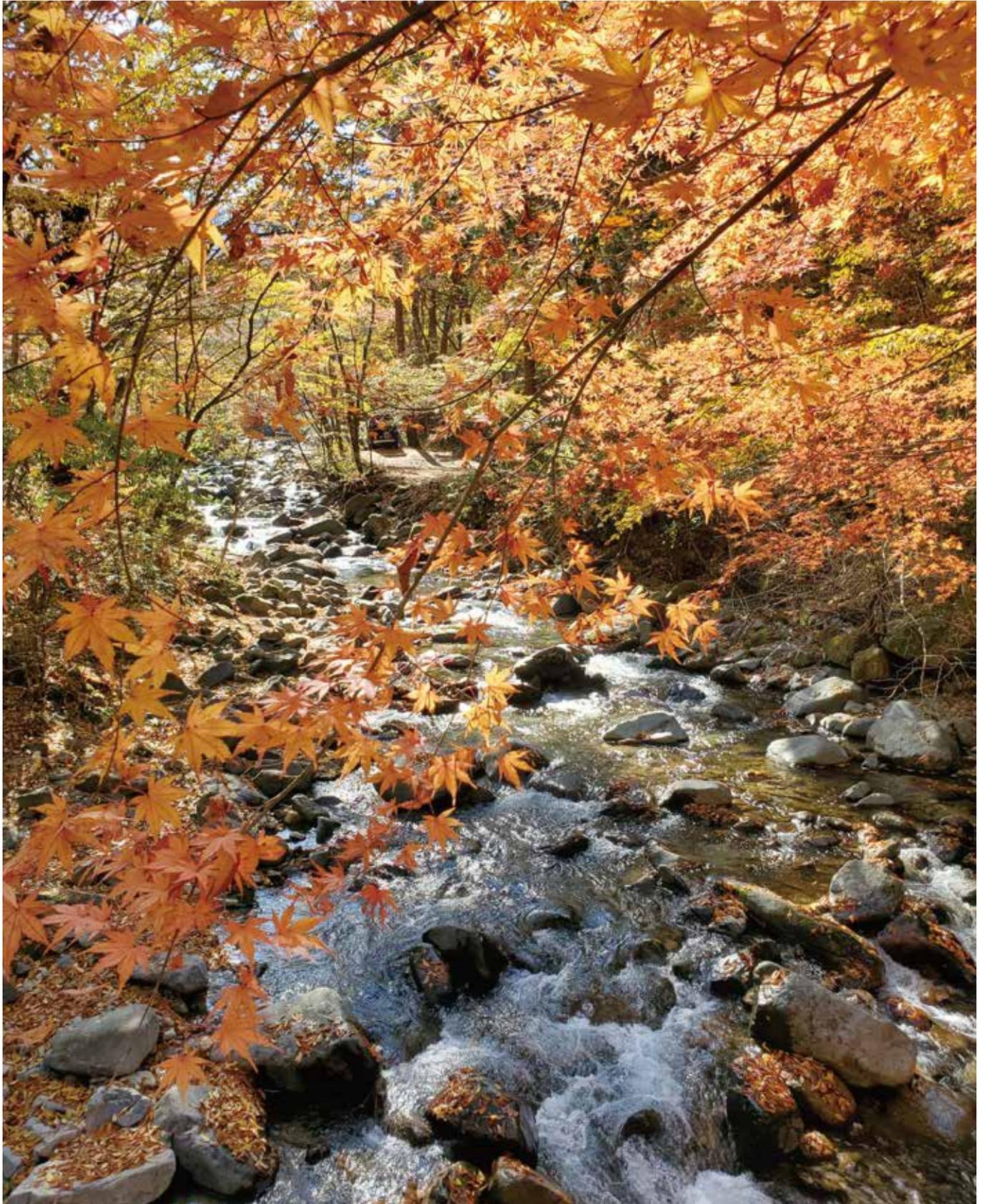




独立行政法人国立病院機構 横浜医療センター広報誌

# はらじゆくかわら版

2023  
秋



「道志の森でみつけた秋」 事務職員撮影

## 診療科紹介

### “頼りになる外科”

医療管理部長 藤井 義郎

2021年12月より外科部長へ就任し約2年が過ぎようとしていますので、当科の近況を報告させていただきます。現在のスタッフは、後期研修専攻医3名、女性医師2名を含む12名で、若手からベテランまで偏りなく揃っていて、他科との協調性、研修医や後進への指導に対する態度などを含め人柄に関しても申し分ない、自慢できる外科医たちです。「はらじゅくかわら版2023,夏」でもお知らせした通り、2023年4月より、乳腺外科専門医1名が常勤医師として新たに仲間に加わり、乳癌検診、検診異常に対する精査、診断、手術・化学療法による治療まで、網羅的に専門診療を開始しています。お陰様で御紹介頂く外来患者さん、手術症例ともに増加しているところです。

外科は、上部消化管疾患を担当するグループと下部消化管疾患を担当するグループの2つに分かれて診療し、上・下部消化管悪性疾患に対する手術では、胃内視鏡外科技術認定医1名、大腸内視鏡外科技術認定医2名による鏡視下手術を積極的に行っています。急性虫垂炎や胆嚢炎に対しても可能な限り鏡視下による緊急手術を、また症例を選んで鼠径ヘルニアに対する鏡視下手術も件数を増やして低侵襲手術を意識した手術を行っています。新型コロナ禍の影響で、肝胆膵外科高度技能専門医修練施設Bを維持するための高難度手術件数(年間30例)がここ数年不足気味でしたが、昨年より持ち直して、今年、何とか施設更新認定を受けることができました。肝胆膵外科高度技能指導医として、昨年、スタッフ1人を、高度技能専門医資格取得に導くことが叶い、肝胆膵手術による診療体制の層が厚くなりました。幸いなことに私の赴任後、肝胆膵高難度手術後の手術関連死亡はゼロを維持しています。

院内広報誌でも書いたのですが、外科が他科から信頼されるには、院内発生した外科疾患に対して、緊急・迅速に対応し、術後に合併症少なく、在院日数短く、癌に対しては根治的な手術を行う(再発しないで長生きする)ことなどが大事だと思います。それにはすぐに安心して相談でき、信頼して任せられる診療科でなければなりません。そして上述の結果を示すことで「頼りになる外科」と評価して頂けるのだと思います。近隣の医療機関の先生方にも同様の姿勢で臨み、高い評価を受けられるようにスタッフ一同、これからも尽力して参りますので今後ともよろしくお願い申し上げます。

## JMS 日曜乳がん検診が終了しました！

前号でご案内したJMS(ジャパンマンモグラフィーサンデー)プログラムに多くのご予約をいただきありがとうございました。

検査を受けられた方からは「女性スタッフで安心」「日曜だから特に有り難かった」などのお声をいただきました。

今後も広報誌やホームページ等で、さまざまな告知を行いますので是非チェックしてみてください！



**YMC NOW!**

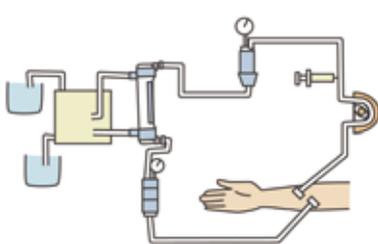
**血液浄化センター 稼働中です!**

2010年の新病院開院からこれまでの間、救急病棟4床部屋に透析設備を整え、血液透析等を施行してまいりました。血液浄化療法等が必要な方は年々増加しているため、西2階に血液浄化センターを新たに開設いたしました。2023年6月13日より稼働しております。

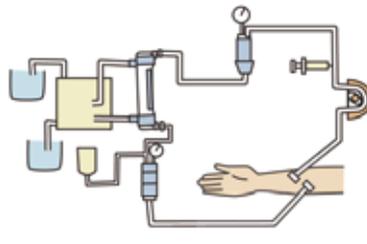


血液浄化センターでは、腎不全をはじめ自己免疫疾患や閉塞性動脈硬化症等の血液浄化療法を必要とする患者さんに対し、腎臓内科医師を中心とした院内の各部署が連携し、一体となり積極的に治療に対応します。

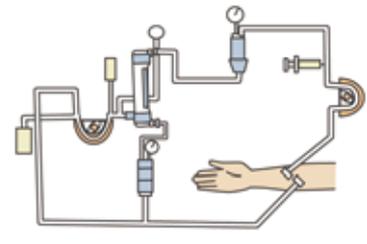
- \* 急性・慢性腎不全に対する血液透析 (HD) や各種血液透析濾過 (On-LineHDF、Off-LineHDF、I-HDF)
- \* 閉塞性動脈硬化症に対する吸着療法 (レオカーナ)
- \* 神経疾患、皮膚疾患など免疫疾患等に対する血漿交換療法 (PE) 血漿吸着(PA)、二重濾過血漿分離交換 (DFPP)
- \* 潰瘍性大腸炎や関節リウマチなどに対する白血球除去療法など血液浄化療法全般に対応が可能です。



<HD>



<HDF>



<PE>



腎臓病等で血液浄化療法が必要な患者さんが、手術や多疾患の加療のために入院された場合でも安心して治療を続けていただけたらと思います。もちろんかかりつけ医と連携し、情報共有しながら行いますので退院後の治療もスムーズです。



## 管理栄養士おすすめ ハマの健康レシピ

カブの葉まで使い切りメニュー

### カブのホイル焼き ジェノベーゼ風ソース



#### 栄養量(1個あたり)

熱量	73kcal
蛋白質	3.1g
脂質	5.6g
炭水化物	4.2g
塩分	0.7g

#### <ポイント>

春の七草としてもよく知られているカブですが、旬は春と秋の2回あります。「秋もの」と呼ばれるカブの旬は10～12月で、甘味も強く、ホイル焼きにすることでカブ本来の甘味を活かすことが出来ます。

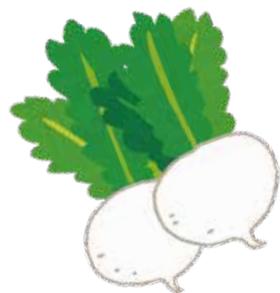
また、カブの葉は根よりも栄養豊富であり、捨ててしまうのはもったいない部位です！今回はソースにしますが、刻んで様々な料理の彩りにも使用出来ますので、ぜひ捨てずに召し上がってください。

#### 材料(4人前)

- ・カブ……………4個(小サイズ)
- ・塩……………0.8g(4つまみ)

#### ～ジェノベーゼ風ソース～

- ・カブの葉……………80g(1株分の葉)
- ・オリーブオイル ……20g(小さじ5)
- ・おろしにんにく(チューブ)…4g(小さじ1弱)
- ・粉チーズ……………6g(大さじ1)
- ・塩……………1.2g(小さじ1/5)



ジェノベーゼ風ソースは多めに作って、肉や魚のソースにしても美味しく召し上がれます

カブの葉は茹でた状態で刻んで冷凍保存しておくとう便利です◎



#### ☆作り方☆

##### ～ホイル焼き～

- ①カブは茎を2cm程残して葉と根を切り、塩を振る。
- ②アルミホイルで1個ずつ包み、オーブントースター230℃で20～25分加熱する。  
※トースターがない場合、魚焼きグリル(中火)でも調理可能
- ③竹串がスッと刺されれば完成。食べやすい大きさに切る。

##### ～ジェノベーゼ風ソース～

- ①カブの葉は熱湯で2～3分程茹で、粗熱が冷めたら水気を絞り粗みじん切りにする。
- ②①と残りの食材を全てフードプロセッサーに入れ、滑らかなペースト状になるまでかけて完成。



## リハビリ通信

## ～ペットボトルの蓋を開けることができますか?～

ペットボトルの蓋を開けることができないということは全身の筋力が不足しているかもしれません。というのも、ペットボトルの蓋を開けるのに必要な握力は最低でも15 - 20kgだと言われています。加齢や運動不足により生じやすくなるサルコペニア<sup>1)</sup> やフレイル<sup>2)</sup> の診断基準において握力の項目があり、どちらも男性28kg以下、女性18kg以下となっています。そのため、ペットボトルを開けられないということは全身の筋力低下を示す分かりやすい指標となるのです！

- 1) サルコペニア…全身の筋肉が減少すること
- 2) フレイル…要介護一步手前の状態であること

## 握力低下を感じたら

「食事」と「運動」で予防を行いましょう！

## 「食事」

タンパク質・必須アミノ酸を含む食品を取る

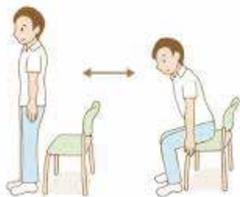


## 「運動」

負荷の少ない運動を回数多くこなす

<例>

スクワット、椅子からの立ち上がり、ダンベル等のやや重い物で腕を鍛える



## 握力の豆知識!!

- ・一番握力のある年代は男性30代
- ・一番握力のある年代は女性40代
- ・60歳以上の平均握力は男性38.8kg
- ・60歳以上の平均握力は女性24.2kg



※握力を測定するには、お近くの公共運動施設（市民体育館やスポーツセンター等）等で測定できる場合があります。事前にお電話等でご確認ください。

## 職員リレー紹介

### ME室(臨床工学技士室)

ME室は1階と3階にあり、臨床工学技士17名とME助手2名の計19名が勤めております。

当院でMEと呼ばれる職種は臨床工学技士です。臨床工学技士は英語でClinical Engineer となり、略してCEと呼ばれている病院もあります。しかしながら、当院では、昔からの呼称Medical Engineerの略称であるMEと呼ばれています。

20年以上前は、病院の中で臨床工学技士という職種のスタッフがいることはあまり知られていなかったと思います。しかし、最近では、医療系ドラマで名高い俳優さんが臨床工学技士を演じているのを見るようになり、世間の知名度は上がってきているように感じております。

臨床工学技士(以下、MEという)の業務は、主に生命維持管理装置の操作および保守・管理を行うことです。具体的に当院での業務内容の一部を紹介します。

当院では今年6月、血液浄化センターをオープンしました。主に血液透析を行う部屋のため、1~2名のMEが常駐しています。MEは血液透析を行うため、血液を通してきれいにする材料の組み立てや血液透析装置の操作や監視を行い、円滑な運営をサポートしています。

心筋梗塞の治療は、最近では胸を大きく開いて行う手術ではなく、手首の血管からアクセスし、従来よりも小さく手術が行えるようになりました。この手術は心臓カテーテル治療と呼ばれ、この治療を行う場所にも必ずMEがいます。治療中に心電図を計測し、万が一心臓が止まってしまった時に、心臓の機能を一時的にサポートする機器(補助循環装置)を素早く組み上げて患者に装着します。また、先ほど話題に出した心臓手術の場所にもMEはいます。心臓を止めなければ手術ができない時に、心臓の代わりにする機



手術室での人工心肺操作

械(人工心肺装置)を組み立て操作します。血圧と呼吸、代謝などの人体の働きを代替する人工心肺装置の操作は、緊張感の高い業務の一つです。

以上、紹介した心臓手術や血液透析への対応は24時間待ったなしのため、スピーディな対応を求められます。そんな緊張感のある現場でMEは、医師の指示の下、看護師やその他スタッフと共にチーム医療を支えています。今後ともどうぞ宜しくお願い致します。



血液浄化センターの透析装置



心臓カテーテル室での心電図計測

## 病診連携施設紹介

## わかば医院

診療科：内科、消化器内科、泌尿器科

院長 小松 達司

当院は横浜医療センターから徒歩5分ほど、環状4号線の西側、深谷町の住宅地の一角にあります。2000年4月に田林正夫前院長が開院。前院長は内科疾患だけでなく、小児科、婦人科、泌尿器科、皮膚科など幅広い領域の診療を行ない、長年周辺住民の方々からの厚い信望を集めてきました。

私は横浜医療センターで消化器専門医、肝臓専門医として勤務していましたが、2023年4月より当院の院長として、一般内科、生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常症等）、消化器疾患を中心に診療しています。慢性肝疾患の原因は、ほとんどのC型肝炎が経口薬のみの治療で治癒するようになった現在では、肥満、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病由来の脂肪性肝疾患が主体となっております。生活習慣病をコントロールし、脂肪性肝疾患の発症、進行を予防することは、クリニックの重要な役割であると思えます。また、泌尿器科は、土曜日午前に引き続き横浜医療センターの先生方に診療をお願いしております。

まだまだ慣れないことが多く、ベテランのスタッフにいろいろと教わりながら、診療を行なう毎日です。当院では超音波検査以外、特別な医療機器もなく、レントゲンや内視鏡など当院で施行できない検査や、専門の診療が必要な患者さんは、周辺の医療機関にご紹介しています。4月以降の約6ヵ月間で、紹介した患者さんは60件ほどですが、その約7割の紹介先医療機関が横浜医療センターです。消化器内科、放射線科、呼吸器内科、救急診療科をはじめ、ほとんどの診療科の先生方に、お世話になっております。緊急の患者さんは地域連携室経由で救急対応をお願いしておりますが、いつもこころよく受け入れていただき、大変助かっています。また、診療でお忙しい中、迅速、丁寧なご報告をいただきまして、本当に感謝しております。

前院長のようにはなかなかいきませんが、かかりつけ医として、微力ながらも地域医療に貢献できればと考えておりますので、これからもよろしく願いいたします。



〒245-0067 横浜市戸塚区深谷町 55-71  
TEL : 045-851-3232 FAX : 045-851-3632

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
8:45~12:30	○	○	—	○	○	○	—	—
14:00~17:00	○	○	—	○	○	—	—	—

泌尿器科は土曜日午前のみ

休診日 水曜、日曜・祝日、土曜午後

## 《診療のご案内》

\* 当院は完全紹介制です。初診の場合はかかりつけ医等からの紹介状が必要です \*

・ 初診受付時間は、午前8:30~10:30です。下記診療科以外は予約なしで受診できます。

### ＜初診時予約が必要な診療科＞

精神科、乳腺外科、緩和ケア内科、産科、呼吸器内科、脳神経内科

・ 診察の予約や、CT・MRI等の検査予約は、かかりつけ医にご依頼ください。

(精神科、乳腺外科、産科以外は患者さんからの予約は受け付けておりません。)

・ あらかじめ当院ホームページ等で休診情報、外来担当医表をご確認ください。



## 《交通アクセス》

### 【路線バスでお越しの場合】

・ 戸塚駅から  
戸塚駅西口バスセンター2番のりばから  
神奈中バス戸50、戸52、戸55系統に乗車

・ 大船駅から  
大船駅西口5番のりばから 神奈中バス  
船21、船22、船24、船25系統に乗車

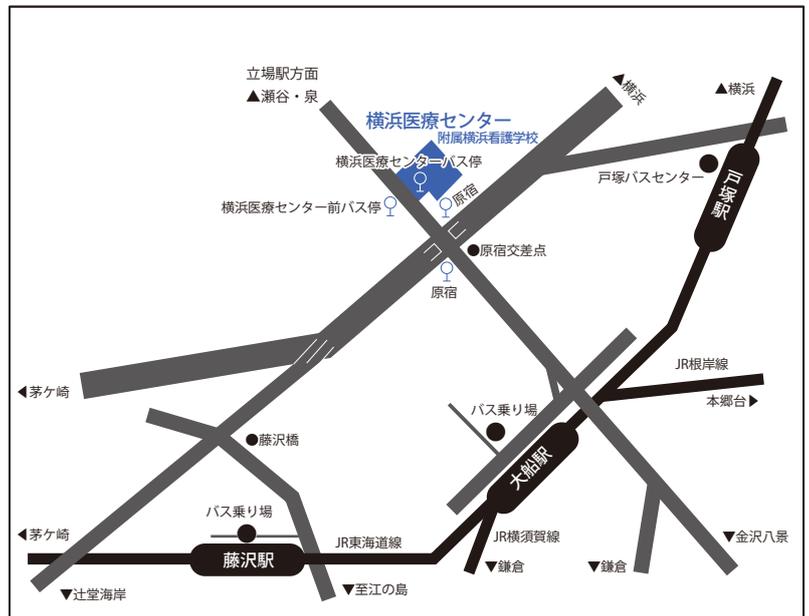
・ 藤沢駅から  
藤沢駅北口5番のりばから  
神奈中バス 藤54、藤55系統に乗車

・ 立場駅から  
立場バスターミナル4番のりばから  
神奈中バス 船21、船22系統に乗車

※ いずれも「横浜医療センター前」または「横浜医療センター」下車

※ 大船駅東口から小型乗合バス「こすずめ号」で「横浜医療センター」下車 (平日昼のみ)

\* 横浜市戸塚区原宿3-6-0-2



### 【車でお越しの場合】

国道1号・原宿交差点から環状四号線を北方向に進みすぐ。

瀬谷・泉方面からは環状四号線を大船方面に進み、原宿交差点手前。駐車場567台 (有料) あり。



## 《病院理念》

私たちは人権を尊重し、思いやりの心をもって安全で納得していただける患者中心の医療を目指します。

私たちは急性期の地域医療を基礎として、質の高い総合的な専門医療を提供するとともに、関係医療機関と密接な連携をもつ地域完結型医療を目指します。

私たちは、健全な病院経営を心がけ、患者の皆さまがより良い医療が受けられ、地域で選ばれる病院になるべく日々努力していきます。



独立行政法人 国立病院機構

横浜医療センター はらじゅくかわら版

<https://yokohama.hosp.go.jp/>

発行日：2023年11月(第81号)

発行行：横浜市戸塚区原宿3-60-2

横浜医療センター 広報委員会

発行責任者：宇治原 誠

横浜医療センター 病院ブログ

<https://yokohama.hosp.go.jp/blog/index.html>

