



アウンクル

上尾中央総合病院 広報誌
～愛し愛される病院を目指して～

VOL.5

平成18年10月10日 発行



今回のトピックス

運動によって老化・認知症予防を！

生活習慣病センター長 橋本 佳明

『スポーツの秋』です。今回は運動習慣の重要性についてお話ししたいと思います。年を取るにつれて体力の衰えを感じたり、物忘れが多くなり認知症を心配したりすることが多くなります。そんなとき『もう若くはないから』と諦めてはいませんか？適切な運動習慣がある人ほど老化が遅く、また認知症になりにくいのです。

運動を始めるのに遅すぎるということはありません

運動教室に週3回半年間通った60歳以上の方々の統計では、体力が平均5歳若返りました。さらにうれしいことに体力が落ちている方ほど運動の効果が大きいこともわかりました。ですから運動を始めるのに遅すぎるということはありません。

どのような運動をすればよいのでしょうか？

家の中で動かないでテレビばかり見ていませんか？階段を上らないでエスカレーターやエレベーターばかり利用していませんか？近くに出かける時にも車を使っていませんか？まず日常生活の中で、積極的に動いてみては

いかがでしょうか。またテレビを見ながらでも結構ですから、簡単な体操やストレッチをするのもいいですね。通院中の方は詳細について担当の医師にお尋ねください。

運動による認知症の予防効果

運動習慣がある人ほど認知症になりにくいことが知られています。認知症になりにくい性格となりやすい性格を右にまとめました。運動をすると、認知症になりにくい性格に変化してくることが報告されています。

今日から始めましょう

何でも結構です。今日から何かを始めてみませんか？



認知症になりにくい性格

明るい、積極的、社交的、
行動的、開放的

認知症になりやすい性格

がんこ、わがまま、短気、
無口、融通が利かない
社交的でない、閉鎖的

診療部からのメッセージ

心臓カテーテルって何でしょう？

副院長 西村 昌雄

最近、『心臓カテーテル』という言葉をよく耳にします。では『カテーテル』とは何でしょう？
当院の副院長である、循環器内科の西村先生に聞きました。

「循環器内科ではカテーテルを使って、心臓の検査および治療を行っています。カテーテルとは、血管内に挿入する管のことです。心臓の筋肉（心筋）に血液を運ぶ血管（冠動脈）が詰まったり細くなることによって心筋が壊死してしまうことを心筋梗塞と言いますが、その冠動脈の血管の太さなどを調べる検査が冠動脈造影検査（心臓カテー

テル検査）です。そして心臓の冠動脈まで管を入れて、狭くなっている部分を風船（バルーン）で膨らませたり、金属の筒（ステント）で広げたりする治療を冠動脈形成術と言います。またカテーテルの先端電極より高周波通電を行い、心筋の一部を焼いて不整脈を根治する治療法をカテーテル心筋焼灼術と言います。

当院の循環器内科では、総合病院である強みを生かし、心臓外科など他科とも協力して循環器疾患の検査や治療を行っています。昨年実施した検査・治療は約1250件。心臓病は日本の三大死亡原因の一つでもあり、このような検査・治療は今後一層重要になると思っています」。

循環器内科

循環器内科では、様々な機器を使用して、検査・治療を行っています。カテーテルをはじめとして、代表的な器具・機器をご説明しましょう。

バイプレーン循環器デジタルX線撮影システム

3軸回転LCアーム、天井吊LPアームの組み合わせにより、複雑かつ高度な心血管撮影検査を可能にした、X線投影装置です。この機器により、より確実なカテーテル心筋焼灼術（不整脈の治療）やペースメーカーの埋め込み、冠動脈造影検査および心臓カテーテル治療をはじめとする、様々な治療が可能となりました。



循環器系内科で使用する代表的なカテーテル

カテーテルとはFETポリマーやポリウレタンなどで作られた医療用チューブの総称であり、消火器系・外科系・泌尿器系・脳神経外科系などで検査・治療のために使用されます。検査・治療する部位の場所により、形状・仕様が異なるため、多くの種類があります。多くは大腿部の動脈・静脈から体内に挿入します。

冠動脈造影検査および心臓カテーテル治療

○造影剤投与用

治療が必要な部位の近くで、先端から造影剤を排出することで、より正確な検査を可能とします。

○冠動脈の拡張用

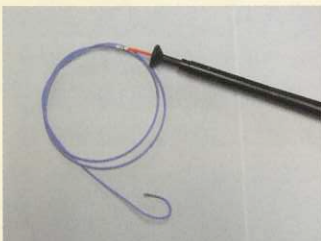
（一番下のカテーテルのみ）

先端についたバルーンを膨らませることで、細くなった血管を拡張します。



カテーテル心筋焼灼術 （不整脈の治療）用

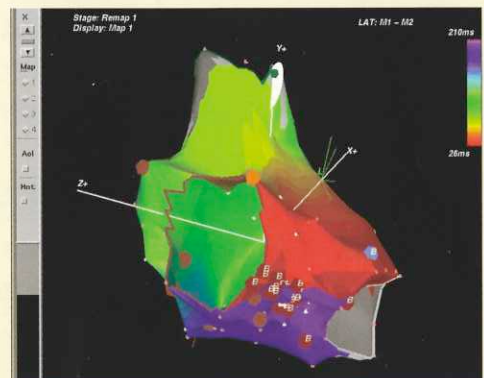
先端や間に付いた電極から流す高周波で、不要な伝導経路を焼き切ります。



不整脈治療手術

CARTOシステム

心臓中に専用のカテーテルを持っていき、磁場センサーから得られる心筋の情報を基に3D画面を構築します。興奮伝達順序をカラー表示し、治療の標的部位の確定を正確に行うことができます。



CARTO

一口メモ

閉塞性動脈硬化症

主に喫煙や高血圧、糖尿病により、動脈壁の一部が硬くなったり狭くなったりすることで血液が通りにくくなります。従来は最悪、足部の壊死⇒切断などを行わざるを得ない場合がありますが、現在ではカテーテル治療により、治療の幅が広がっています。

「地域医療連携とは？」

地域医療連携とは、地域の医療機関が自らの施設の設備や地域の医療状況に応じて、診療内容・医療機関の分担や専門化を進め、各医療機関が相互に円滑な連携を図り、専門的機能を最大限有効に提供することを目的としています。当院は、地域の医療機関との連携を推進しており、様々な医療機関と連携することで、より質の高い医療を効果的に地域の皆様に提供することが可能になると考えております。この医療連携にご協力いただいている医療機関をご紹介します。

中妻クリニック

麻酔科標榜医／日本救急医学会認定医／日本医師会認定産業医

標榜科 内科、外科、整形外科

住所: 上尾市中妻5-12-5

TEL/FAX: 048-770-0722 HP//www.nakazuma-c.com

北上尾の中妻で開業をしています中妻クリニックです。この地に開設して今年の8月で3年が過ぎます。救急医学を専攻し、全身熱傷、全身多発外傷、薬物中毒といった重症疾患を大学で診療していました。その後、民間病院にて消化器外科を担当、救急医療の責任者として地域の救命士などの教育も担当しました。母校の防衛医大の教育方針である総合臨床医は広い医療知識の習得を目指すもので、思えば開業医としては最適な教育だったと感慨を深くしています。国の予算でいただいた医師免許と医療の技能を地域の方々の健康に立てることができればと思っています。



院長 田中 郁夫

皆様へ

医師会の先生方や上尾中央病院の方々と連携して、皆さんの健康を守りたいと思っています。

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●		●	
15:00~19:00	●	●	●	●		●	



原内科眼科医院

日本内科学会認定内科医／日本医師会認定産業医(原 和義)／日本眼科学会専門医(原 正義)

標榜科 内科、循環器科、眼科

住所: 上尾市愛宕1-28-18

TEL/FAX: 048-771-0008

上尾駅東口から徒歩8分、旧中山道沿い、上尾原市新道バス停前の「原内科眼科医院」です。父が「原眼科医院」で診療してまいりましたが、平成16年5月より私が院長となり医院名も改めることとなりました。診療所は新しくなり、駐車場も以前より広がっています(身障者用も含めて12台)。当院は、内科と眼科を併設していますので、糖尿病や高血圧症などの患者様の眼科的検査も即時行えます。また循環器疾患に関しては、心臓超音波検査、トレッドミル負荷心電図、ホルター心電図などの設備を導入し、速やかに的確な診断ができるよう心がけております。



院長 原 和義

皆様へ

循環器疾患(狭心症、不整脈、高血圧症など)に関しては、基本的に予約なしで、精密検査を行うことができます。「胸が苦しい」、「ドキドキする」、「血圧が高い」などの症状がある方は、お気軽にご相談にいらしてください。

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	
15:00~18:30	●	●	●		●		



上尾中央総合病院バレ部は、「個人の判断力を大切に、ここぞというところで確実に1点が取れるチーム」(高野監督談)を目指し、猛練習中です。V1リーグに上がって3年目。今年こそVリーグに上がれるような好成績を残したいと、考えています。また、現在『ワールドグランプリ2006』が日本・韓国・タイで開催中ですが、将来的にはそういう世界的な大会に出場する選手を輩出したい。上尾の町から世界へ!...ちょっと大風呂敷でしょうか? 従来の選手はパワーアップしていますが、加えて新戦力4名を獲得いたしましたので、ご紹介いたします。

■古山 愛 背番号:10 身長168cm
コートネーム:アイ
東京出身。ポジションはレシーバー。
※高野監督談:練習からがんばる、努力家です

■関根和子 背番号:3 身長169cm
コートネーム:カズ
福島出身。ポジションはレフト。
※高野監督談:勝負どころで強い選手です

■富永真美 背番号:15 身長179cm
コートネーム:ラン
福岡出身。ポジションはセンター。
ブロードが得意です。
※高野監督談:ミスの少ない、堅実な選手です

■平安座あきな 背番号:13 身長163cm
コートネーム:タケ
沖縄出身。ポジションはレシーバー。元気です!
※高野監督談:チームのムードメーカーです



『ワールドグランプリ2006』で日本と大接戦を演じたドミニカ共和国が、「2006世界バレー」の事前キャンプで来日。10月16日~22日に合同練習を行います。

9月のすこやか教室

9月のすこやか教室は、リハビリテーション科の理学療法士・永嶺悦子を講師として『筋力トレーニング ~歩行と転倒予防~』をテーマに開催されました。「かかとかが上がらなくなることが、老化の第一歩」「女性は男性の3倍、骨折しやすい」などの話に皆さん、興味深げに耳を傾けていました。椅子周りのできる簡単な体操をし、最後は恒例の質問タイム。時間が過ぎても、真剣に質問を続ける方も見受けられました。

10月のすこやか教室のテーマは、『目』。参加をお待ちしております。



●●● 当院主催の教室・実習のご紹介 ●●●

講座・教室名	内 容	開催日時	備 考
生活習慣病教室 (問合せ先:総務課)	病院職員による生活習慣病(糖尿病)についての教室	毎日(土・日・祝日除く) 15:00~16:00	1コース10回構成 参加費無料
すこやか教室 (問合せ先:総務課)	病院職員の講師による、病気や健康に関する講義	毎月1回土曜日 15:00~16:00(予定)	定員:45名 参加費無料
調理実習 (問合せ先:栄養科)	当院の栄養士による糖尿病・肥満の方を対象とした調理実習	隔月第4金曜日	定員:25名(予約制・先着順) 参加費700円

※開催予定は変更になる場合があります。開催日時の詳細は各課までお問い合わせ下さい。

診療受付
時間が変更
になって
います

2006年9月1日(金)より

午前の診療受付時間は、7時30分~12時00分
午後の診療受付時間は、12時05分~16時30分
夜間の診療受付時間は、16時35分~18時00分

と、全科統一時間
となりました。
診療時間の変更は
ありません。

なお、土曜日午後の診療受付時間は、診療科によって異なります(8月31日までと同じ。院内掲示・web等でご確認ください)。現在、より利便性を高めるため、検討中です。

●インフルエンザについて

今年もインフルエンザの季節がやってきます。予防注射について、一般患者さまについては10月中旬を予定しております。詳しいことが決まり次第、院内に掲示いたしますので、ご覧ください。

医療法人社団 愛友会

上尾中央総合病院

TEL.048-773-1111(代)

〒362-8588

埼玉県上尾市柏座1丁目10番10号

<http://www.ach.or.jp/>

編集 後記

読書の秋、スポーツの秋、芸術の秋…。
みなさんは『秋』といえば、どんなことを連想しますか?
私にとって秋といえば、食欲の秋。でも体が健康であってはおじめてご飯もおいしいというものです。虫の声だけでなく、体の発する「危険信号」にも耳を傾けて、すてきな秋を送りましょう。

編集長 平原一也

■発行:上尾中央総合病院 ■発行人:中村 康彦
■編集者:平原 一也 ■編集:広報部会
■内容に関するお問い合わせは 広報課まで