



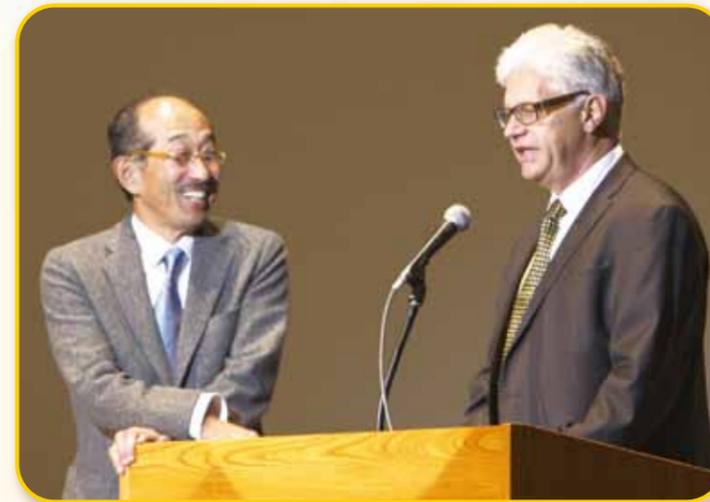
アプリコット通信

vol.16

市民公開フォーラム

人生を変える健康のチカラ

～臓器のちからをのばす～ 開催!



病気予防のパワーウォーキングを提唱

1980年モスクワ五輪50キロ競歩「金」メダリストであり、心臓移植患者でもあるガウダー氏(右)と心臓外科医の南和友医師(一宮西病院スーパーバイザー)



「神の手」と称される3医師が集結

心臓移植で有名な、南和友 医師(左) 数多くの腹部臓器の移植経験を持つ、藤堂省 医師(中) 脳腫瘍手術の権威、福島孝徳 医師(右)



公開フォーラムのコーディネーターは、一宮西病院副院長 兼 心臓血管外科統括部長の小柳俊哉医師。

11月17日(土)、朝から冷たい雨が降る中、名古屋・栄のテレビアホールにて市民公開フォーラム「人生を変える健康のチカラ～臓器のちからをのばす～」を開催いたしました。雨にも関わらず大勢の皆様足を運んでいただき、大盛況の中、無事終えることができました。

今回は「NPO法人ハートtoハート・ジャパン」様との共同開催ということもあり、演者様も多種多様な方々にご出演いただきました。第一部は「善意と絆でつながる臓器移植」をテーマに、臓器移植の現状について、ドナーコーディネーター・レシピエントコーディネーター・レシピエント家族・心臓移植患者さん…と、各方面の方々からお話しをいただきました。心臓移植患者であるハートヴィッヒ・ガウダー氏はモスクワオリンピック競歩の金メダリストでもあり、ガウダー氏の講演時には来場者と一緒に心拍を上げる体操も行われました。

第二部は「臓器にやさしい健康法」をテーマに、脳外科医 福島孝徳医師、心臓外科医 南和友医師、腹部外科医 藤堂省医師と、著名な三人の医師にお話しをいただきました。福島医師の「脳ドック」の講演はとても軽快で、会場の笑いをたびたび誘っていました。その後、南医師、藤堂医師も加わり、事前に募集した質問をもとに、予防や対策についてお話しいただきました。

第一部と第二部の間にはスペシャルゲストを招き「特別企画」を実施。ラジオDJでありミュージシャンでもあるZIP-FMでおなじみのジェームス・ヘイブンス氏の歌とトーク、クラシックバレエダンサーであるMASAKOさんによる神秘的な演舞が披露されました。特別企画も大変盛り上がり、「講演会の合間のオアシス」として、来場された皆様喜んで頂けました。

ご来場いただいた皆様からは「臓器移植に対しての考え方が変わった!」「臓器移植について家族と話したい」「とてもためになった」など、様々な感想をいただきました。これからも皆様のお役に立つ講演会を開催していきたいと思っております。

※ドナー：臓器を提供する人。
※レシピエント：臓器の移植を受ける患者。ドナーから臓器を提供される人。

秋の健康まつり 開催!

延期になってしまった「あんず祭り」を楽しみにされていた方への“橋渡しイベント”として、11月11日(日)「秋の健康まつり」を開催しました。

当院職員のお母様による「ごきげんマジック」、リハビリテーション科・熊谷チーフによる「ストレッチ塾」、そして副院長兼心臓血管外科統括部長の小柳俊哉医師による特別講演会「人生を変える健康のチカラ 心臓ごきげん生活法」と、半日ではおさまらなほど盛りだくさんの内容でした。

閉会後には小柳医師の講演でも話題にした「ABI検診」を限定50名様に体験していただきました。ABI検診は両腕と両足首4か所ですべて同時に血圧を測り、血管(動脈)のつまりやしなやかさが分かる検査です。講演直後ということもあり、とても多くの方に関心を持っていただきました。

院内ポスターを中心に短期間の告知だったにも関わらず、たくさんの方にお越しいただき、ありがとうございました。皆様からいただいたアンケートを参考に、これからも楽しく、より健康になっていただけるイベントを企画していきたいと思っております。

今秋も一宮市内各地域の教養講座で講演しました

地域の皆さん、特に高齢の方々の「生きがい」と「健康づくり」を目的として、定期的に各地域で教養講座が開催されています。今回は9月～10月(上旬)の講演について簡単にご報告いたします。

一宮西病院のドクターをはじめ、理学療法士や管理栄養士、保健師が講師となり、毎回様々なテーマでお話させていただきました。朝日連区の南部公民館(南部生涯学習センター)では参加された皆さんと一緒にストレッチ体操を行なうなど、全員参加型の教養講座となりました。参加者が170名をこえる公民館もあり、皆さんの健康に対する関心の高さをあらためて感じました。私たち一宮西病院のスタッフも地域の皆さんからたくさんの方の元気いただきました!

10月(中旬)～11月の教養講座の様子は次号でご報告いたします。

浅井公民館
小柳 俊哉 医師



心臓と血管がよるご生活法

ドクター講演記

9/11 火
北方公民館
① 北村 陽子 健診センター副センター長
② 宮崎 章宏 医師



① 脳卒中について

② 脳と脊髄の健康について

9/9 日
メタボリックの予防と生活習慣の改善について



エコハウス138
藤井 かすみ 保健師

9/24 月
今日から出来る食事療法



① 今日から出来る食事療法

南部生涯学習センター
① 草間 ゆりえ 管理栄養士
② 熊谷 妃里子 理学療法士

9/28 金
起つどいの里 伏見 宣俊 医師



糖尿病について

9/13 木
心筋梗塞から大切な命を守るために



木曾川庁舎
大野 泰良 医師

9/24 月
糖尿病の運動療法



② 糖尿病の運動療法

10/3 水
脳卒中について(脳卒中の解説と脳ドックについて)



脳卒中について(脳卒中の解説と脳ドックについて)

駐車場
600台
完備

一宮西病院

〒494-0001 愛知県一宮市開明字平1番地
TEL:0586-48-0077
http://www.anzu.or.jp/

ブログ、更新中～

あんずふるく 検索



http://kyoryokai.blog48.fc2.com/

秋晴れのもと一宮西病院で

パワーウォーキング講習会を開催!



表紙でご報告しました「市民公開フォーラム」の翌日18日(日)、一宮西病院で「パワーウォーキング講習会」を開催しました。一宮西病院スーパーバイザーであり心臓外科医の南和友医師と、モスクワ五輪金メダリストのハートヴィッヒ・ガウダーさんを講師として招き、地元の方を中心に200名以上の方が参加され大盛況でした。なかには、この日の為にはるばる大阪から来られた方もいらっしゃいました。ガウダーさんは「楽しんで身体を動かすこと」を大切にされており、ウォーキングを継続することが身体の免疫力を高めるとおっしゃっています。

秋晴れのもと、約1時間半のパワーウォーキング講習会でしたが、地域の皆さんが目的をもって楽しく参加され、とても健やかで元気な様子うかがえました。

ご参加いただいた多くの皆様、本当にありがとうございました。私たち一宮西病院のスタッフもたくさんの元気をいただきました。

パワーウォーキングの効果はこんなにたくさん!

- ◆ 普通に歩くよりもエネルギー消費が大きい
- ◆ 心臓・肺などの循環器系を強化
- ◆ 新陳代謝が良くなる
- ◆ 免疫力がアップする
- ◆ ストレス解消
- ◆ 脳が活性化する
- ◆ 血糖値やコレステロール値が下がる
- ◆ 骨粗しょう症の改善になる
- ◆ 肩凝りがなくなる
- ◆ 便秘が解消され消化もよくなる



ハートヴィッヒ・ガウダーさんの紹介

ドイツ・ヴェルテンベルク州ヴァイヒンゲン出身。
1980年モスクワ・オリンピック50km競歩の金メダリスト。
1988年ソウル・オリンピックでも同種目銅メダルを獲得。
競歩選手として21年間トップアスリートとして活躍。
1997年にはご自身が心臓移植手術後のリハビリ生活の体験から、心臓に優しくより効率的なウォーキング方法を提唱。
翌1998年にはニューヨークマラソンに参加、2003年には心臓移植者として初めて富士山登山を果たされています。



在宅医療 — 社会復帰から生活復帰の医療へ —

在宅医療とは、患者さんの住み慣れた家庭や地域で療養することができる、いわば「生活の場で行われる医療」です。10月24日、在宅医療に取り組みおられる【井上内科クリニック】の井上院長、伊原先生に“在宅医療の現状”をテーマにご講演いただきました。在宅医療は患者さんや家族の意思を尊重し生活復帰を目指すものであり、生活の質を守るものです。患者さんを中心に医師はもちろん、看護師や薬剤師、ケアマネージャー等、多職種のスタッフがその患者さん一人に関わることとなります。きめ細かい医療の提供ができると同時に、スタッフ間での情報共有が非常に重要になります。現在、慢性疾患や障害とともに生活をする患者さんが増えています。と同時にいわゆる「置で最期を迎えたい」と考える方(=自宅療養を希望される方)の割合も高まっています。しかしながらそれを叶える在宅医療の普及は進んでいないのが現実です。しかし日本緩和医療学会ニュースレターでは「在宅介護は苦勞はあっても後で得られる満足感が高い」という報告もされています(※)。在宅での介護負担を心配する家族に対し、安心して在宅療養へ移行してもらうための啓蒙が必要であり、医療と介護の協働体制・在宅医療連携の強化が、患者さんご本人が望まれる「より良い最期の時」への重要な架け橋になるのではないのでしょうか。



(※) 国際医療福祉大学大学院医療福祉研究科の末田氏は、がん患者の家族が感じる介護負担感に関して多施設での遺族調査を行ったところ、病院や緩和ケア病棟で死亡したものに比べて在宅で死亡した患者の家族の負担度が低い傾向になることを示した。(日本緩和医療学会ニュースレター Aug 2010 第48号)

循環器内科

循環器内科副部長 川上 徹医師

「第5回アジア太平洋不整脈学会」へ座長として招聘!



循環器内科副部長
川上 徹医師

この度、循環器内科副部長 川上徹医師が、10月3日~6日に「台北国際会議センター(TICC)」(台湾・台北市)で開催された「第5回アジア太平洋不整脈学会(The 5th Asia-pacific Heart Rhythm Society Scientific Session)」に参加しました。

今回は講演者としてではなく、会の座長として学会より招待され、「とても名誉なことです」と川上医師。川上医師が座長を務めた講演は「心房細動」に関するもので、中国・オーストラリア・韓国・日本など各国の先生方が演者として症例を発表されました。

川上医師も当院の不整脈科の専門医として、年間133件(平成23年)の不整脈のカテーテル治療(カテーテルアブレーション)の実績があり、その実績が評価され今回の国際学会の座長に指名されたものです。

アジア太平洋不整脈学会とは…

不整脈患者に対する優れた診断と治療を促進する為、2008年以降アジア太平洋不整脈協会が主催。アジア各国の医師が参加、不整脈に関する貴重な情報交換の場となっています。



APHS 2012 The 5th Asia-Pacific Heart Rhythm Society Scientific Session October 3-6, 2012 Taipei, Taiwan
Topic: Catheter Ablation in Long-Lasting Persistent AF Time: 10:30-12:00 Venue: Kinmen Hall, ST Speakers: Hsueh-Chang Chen (Taiwan), Ming-Cheng Chen (China), Teru Kawasaki (Japan)
Topic: LA Substrate Based Ablation Plan Characterized PV Isolation in the Treatment of Long-Lasting Persistent AF Speaker: Ming-Cheng Chen (China)
Topic: The Most Effective Resector with Ranging Medical University, China Speaker: The Scientific Institute of Complex Fractionated Atrial Electrogram: Implications for Catheter Ablation of Persistent AF Speaker: Dennis Liu (Australia)
Topic: The Role of Non-PV Triggers and AA Ablation in the Patients with Long-Lasting Persistent AF Speaker: Jang-Jin Ha (Korea)
Topic: Long-term Medical Center, Korea Speaker: The Effect of Vigorous sinus Restoration during Catheter Ablation for Long-Lasting Persistent AF Speaker: Shinya Kusano (Japan)

新任ドクターのご紹介



【神経内科 部長】
山口 啓二
やまぐち けいじ

Message

患者さんが「診てもらえてよかった」、職員が「働いて良かった」と思える病院を目指します。

【出身大学】
慶應義塾大学(平成4年卒)

【経歴】
慶應義塾大学医学部 内科 研修医
慶應義塾大学医学部 神経内科
慶應義塾大学医学部 救急部
インディアナ大学 神経病理学教室
Visiting Assistant Professor
慶應義塾大学医学部 非常勤講師
水戸赤十字病院 神経内科部長

【得意分野】 神経内科全般(脳卒中、パーキンソン病、認知症、頭痛など)

【医療に対するコメント・モットー】
最新の知識と対話により、患者さんごとに最適な医療を提供できるよう努めます。予防を徹底し、病気を減らすことに全力を尽くします。地域の医療機関の連携を高め、地域医療の質の向上に貢献できるよう努力します。

11/22(木) ご夫婦で健康診断を受けられた「いい夫婦」にお話を伺いました!

一宮市内在住の向井さんご夫婦



明るく、笑顔が素敵なお二人。健康を保つ秘訣を伺ったところ、普段から一緒に約1時間のウォーキングをされているとのことでした。お食事は油ものをなるべく控え、ワンプレートで主菜・副菜をバランスよくとり、食べ過ぎに気をつけていらっしゃるそうです。ご主人は20年近く単身赴任生活をされていたそうで、その時から健康のことを気づかうようになったとのこと。今ではご夫婦二人で健康になるよう、普段から努力を惜しまない生活を送られています。健康診断については「待ち時間もなくスムーズに受けられました。スタッフさんの対応も良かったです」と、お褒めの言葉をいただきました。

稲沢市在住の難波さんご夫婦

お二人とも70歳代のご夫婦ですが、背筋もピンとされて若々しい印象を受けました。ご主人は建築設備関係のお仕事で自動車を運転する機会も多いとのこと。健康な身体を維持するため普段から血圧や脈などには気をつけておられるそうです。他にもお二人でストレッチをしたり、糖尿病にならないように食事面でも気をつけておられるとのことでした。

今回インタビューを受けていただいた向井さん、難波さんご夫婦、ありがとうございました。いつまでもお二人仲良く、健康で若々しさを維持してくださいね!

あなたは胃がんになりやすい?

ABC検診で胃がんのリスクがわかります!

近年、胃がん件数は減少傾向にあるものの、未だにがん死亡原因の第2位で多くの方が苦しんでいます。現在、早期胃がんならば治ると言われますが、早期胃がんにはほとんど症状がないので、早期発見するには検診が必要になります。でも症状がないうちから胃透視(バリウムを飲む検査)や内視鏡検査(胃カメラ)をやるのはちょっと…と敬遠される方もいらっしゃるでしょう。そういう方はまず「ABC検診」で、ご自身が胃がんになりやすい体質かどうかを調べてみてはいかがでしょうか。

胃がんにはピロリ菌感染が深くかかわっています。ピロリ菌は長い間胃内に生息し慢性胃炎を引き起こし、その結果胃がんを作ることがわかってきました。つまり「ピロリ菌がいる人、慢性胃炎がある人は胃がんになりやすく、そうでない人はなりにくい」ということになります。「ピロリ菌がいるかどうか」「慢性胃炎になっているかどうか」がわかる血液検査が「ABC検診(胃がんリスク検診)」です。



一宮西病院ではABC検診【胃がんリスク検診】を実施しています。詳しくは一宮西病院2階・健診センターまでお問合せください。

TEL 0586-48-0088