

私たちの窓は、いつもみなさまに開かれています

白 い ま ど

2023年
3月1日発行
No.513

March

3

特集 わが街で健康に暮らす 19

「普通」に生活しているのですが、 疲れがとれません P-1

- インフォメーション P-4
- 診療科・センター紹介 てんかんセンター P-5
- 診療を支えるスペシャリスト 臨床検査技師 P-6



病院理念 私たちは利用してくださる方ひとりひとりのために最善を尽くすことに誇りをもつ



社会福祉法人 聖隷福祉事業団

総合病院 聖隷浜松病院

「普通」に生活しているのですが、 疲れがとれません

超高齢社会になった今では、地域で暮らす一人一人が健康意識を持つ必要があります。このシリーズでは、毎回健康に関するキーワードを取り上げ、住んでいるこの場所で健康に暮らすための方法を、一緒に考えていきます。

▶「疲れ」で病院を受診すると…

日頃から疲れがとれない感覚があり、医療機関を受診したことはありませんか。医療機関を受診すると、想定する疾患を考えて検査を行うことになります。はじめに代謝や肝機能異常で疲れが出ることがあるので採血を行います。次に、ビタミン、ミネラルの不足でも倦怠感が出るので採血項目を追加します。加えて頭痛があれば頭部MRI、腰痛や背中痛みがあればCT、消化器症状があれば内視鏡など、目に見える病気



がないかを調べます。睡眠の問題も考慮するべきかもしれません。また、消化、心臓、肺などの機能低下で疲れが出ていることもあるかもしれません。

▶「検査をして異常がない」は、 問題がないのか?

しかし、検査をしても疲れの原因が何も見つからないことも多くあります。さまざまな検査を行った結果、医師から「検査したけど、問題がない」と言われると、「検査結果に問題がないので治しようがない」と考える患者さんは多いと思います。

当然ですが、検査をして問題がないことを確認していくのは、医療的な治療介入が必要な病気を見落とさないために重要です。疲れが重大な病気から生じている可能性は十分に考えられるからです。

では、検査結果で異常がなければ問題がないのでしょうか。実際に症状があって医療機関を受診しているので問題はあるのでしょうか。検査で異常がない場合、「医療介入すべき疾患はない」というのが正しい

と思われます。このように治療対象の疾患が見つからない場合でも、何かしら改善を図る必要があります。しつこく倦怠感以外に症状がないか確認したり、生活習慣（飲酒、喫煙、睡眠、運動など）を確認したり、仕事内容を確認したりするのはそのためです。



▶「普通」の生活を疑う

実際に、「普通」と思っている生活習慣が疲労感と関連している患者さんは非常に多い印象があります。例えば、デスクワークでパソコンでの作業が多くなると、いわゆる「肩こり」により頭痛や吐き気、めまいなども引き起こしてしまいます。症状が続くとうつ症状などが出てくることもあります。さらに精神的な問題を抱えるようになれば、疲れて仕事ができないどころの騒ぎではなくなってしまいます。こうなると、たかが「肩こり」ではなくなってしまいます。

このように日常の生活で「普通」と思っている行動が、疲労感につながっていることも多くあります。そのため、自分の「普通」の生活を疑うことが重要になってきます。

文責：総合診療内科 主任医長 本間 陽一郎

インフォメーション

イベント情報

市民公開講座

2022年度 第2回 みんなで健康ゼミ

オンライン
申込不要

テーマ：聖隷浜松病院といっしょに考える、血管の老化

全身をめぐる、老化が進むと生活の質を低下させる病気を引き起こすおそれがある「血管」のお話と、心臓・血管治療のスペシャリスト集団「循環器センター」をご紹介します。

プログラム

- ① 動脈硬化と老化 循環器科 高見 浩仁 医師
- ② 足の血管の病気 心臓血管外科 前田 拓也 医師
- ③ 循環器センターのご紹介 心臓血管外科 小出 昌秋 医師

▶ オンライン配信…3月11日(土) 10:00～11:00

※見逃し配信……3月20日(月)～26日(日)

▶ YouTubeライブ配信、見逃し配信はこちらから

▶ 問い合わせ………学術広報室 TEL 053-474-2753



イベント情報

2022年度 がんに関する市民公開講座

オンライン
申込不要

テーマ：がんの支持療法について学ぼう！

～がん治療にともなう皮膚のトラブル
症状・ケア・サポート～

▶ 配信期間……3月27日(月)～4月30日(日)

▶ 問い合わせ…がん診療支援センター

TEL 053-474-2614 (平日 8:30～17:00)

※詳しくは、ホームページをご覧ください



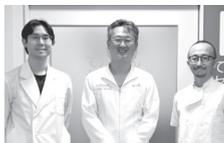
◆ 今月の色：パープルデー

弥生三月、新芽が奏でる応援歌
ひとりじゃないよ、みんながついてる



てんかんセンター

てんかんが少しでも疑われたら てんかん専門医の受診を



てんかんは100人に1人の病です。てんかん発作そのものでは特に慌てる必要はないことがほとんどですが、てんかん発作があること

で車の運転も含め社会的に制約がかかることが多いのがこの病態の中心になります。100人に1人の割合は病気の中でも多い方で、神経症状としては頭痛の次に多い病態であり、本来であれば十分に理解がされるべきだと考えます。しかし、ほとんどの方が「てんかん」という診断だけを聞いて、治療を受けているのが現状です。「何のてんかんであろう?」という疑問もないまま長期間治療を受けていることも多くあります。てんかんリテラシー※は患者や医療者も含め日本人全体に低い状況にあり、当院では市民公開講座などを通じてリテラシー向上に努めています。「てんかん」とだけ診断がされている方、脳腫瘍・脳挫傷・脳卒中でてんかんを発症し、コントロールがつかない方、てんかんの疑いと言われた方は一度てんかん専門医への受診をお勧めします。

※てんかんリテラシー…てんかんに対する知識

文責:てんかんセンター長 藤本 礼尚(写真中央)

さらに詳しい情報などを、YouTubeの
“聖隷浜松病院チャンネル”で配信しています



臨床検査技師

てんかん診療に 欠かせない脳波検査



臨床検査技師の仕事のひとつに「脳波検査」があります。脳波検査は、てんかんや脳の炎症

などの脳神経のはたらきが正常に機能しているかを調べる検査です。特に、てんかんの診断を行ううえで脳波検査は必要不可欠です。てんかん専門の診療科がある当院では1日に多くの脳波検査を行います。

診療に役立つ脳波を提供するために患者さんの状態に合わせながら検査を行い、MRIなどの画像情報と脳波結果が矛盾していないか判断をします。また、外来検査のみならず、長期脳波検査を目的とした入院患者さんへの検査を行ったり、ときには手術室やカテーテル検査室で検査を行ったりすることもあります。

すべてのてんかん患者さんの明るい未来に向けて、検査に取り組んでいます。



文責:臨床検査部 山田 紗暉(写真前列中央)・直田 健太郎



聖隷浜松病院からのお知らせ

初診の方へ

紹介状をお持ちください

紹介状及び予約が必要な診療科(紹介予約制)がありますので、事前にご確認ください。なお、当院を受診される際に、他の医療機関からの紹介状をお持ちでない場合は、初診に係る選定療養費として7,700円(税込)を別途負担いただいています。原則としてかかりつけ医からご予約をお取りいただくようお願いいたします。患者さんから予約する場合は診療科・担当医をご確認のうえ、下記までご連絡ください。

▶ **地域医療連絡室(JUNC)** ☎053-474-8801

(月～金曜 9:00～17:00、土曜 9:00～12:00/祝日を除く)

再診の方へ

予約変更のご案内

予約変更は、適切な診療提供に支障をきたすおそれがあります。やむを得ず予約変更を希望する場合のみ、下記までご連絡ください。

- お手元に診察券・予約券等をご準備ください。
- 時間帯によってはお電話がつながりにくい場合があります。
- 変更の際は医師等に確認が必要なため、お時間や日数がかかります。

▶ **外来受付センター** ☎053-474-0100 (月～金曜 9:00～16:45)

産科の受診をお考えの方へ

妊娠検査薬等で妊娠が確認できれば、紹介状は不要です。受診希望日の7日～10日位前までに、下記までご連絡ください。

▶ **産科外来(直通)** ☎053-474-3067

(月～金曜 14:00～16:45/祝日を除く)

面会の方へ

現在、面会に制限があります。詳しくはホームページをご確認ください。

面会時間…月～金曜 14:00～20:00、土曜・日曜・祝日 10:00～20:00

- 院内感染予防の目的で、以下の症状がある方には、面会を遠慮いただいています。
発熱/咳・痰/原因不明の発疹/嘔吐・下痢

ご来院の方へ

駐車場の収容台数に限りがあり、大変混み合いますのでなるべく公共交通機関(電車・バス)をご利用ください。

医師との面談時間について(ご協力のお願い)

原則、平日(月～金曜)8:30～17:00です。

- 緊急の場合は、この限りではありません。
- 医師の都合(外来診療や手術の延長等)により面談が上記時間外になる場合もありますが、ご了承ください。
- やむを得ない事情がある場合は、ご相談ください。



社会福祉法人 聖隷福祉事業団

総合病院 聖隷浜松病院

ジョイント・コミッション・インターナショナル認定
日本医療機能評価機構認定
地域医療支援病院

〒430-8558 浜松市中区住吉2-12-12 ☎053-474-2222
発行責任者 院長 岡 俊明