

せいれい
聖隷よこはま

病院理念

私たちは、隣人愛の精神のもと、
安全で良質な医療を提供し、地域に貢献し続けます

<http://www.seirei.or.jp/yokohama/>

ご自由にお持ちください



診療科紹介

脳血管センター(脳神経外科・脳血管内治療科)

体験レポート

がんのリハビリテーション

特集

聖隷横浜病院循環バス 運行開始

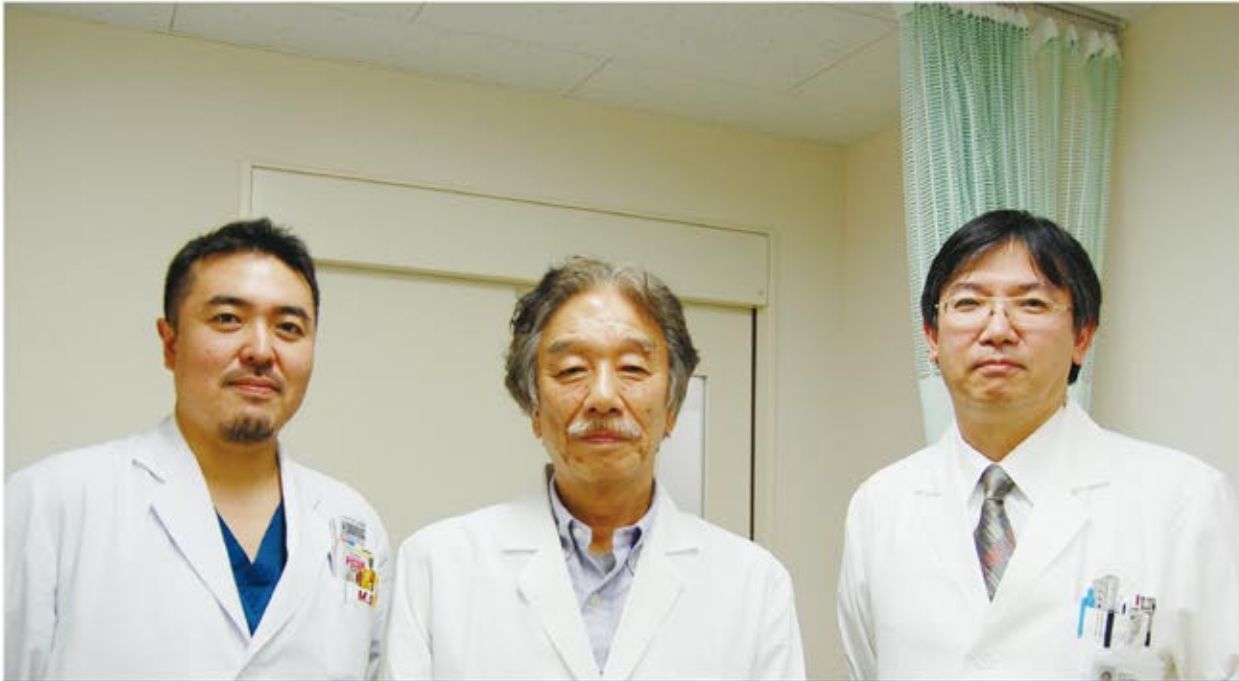
最新トピックス

ほっと情報/インフォメーション

特集

新建築情報: 訪問看護ステーション・ひだまり保育園

脳血管センター (脳神経外科・脳血管内治療科)



脳血管センタースタッフ

脳神経外科部長
佐々木 亮 医師

脳血管センター 統括顧問
北原 孝雄 医師

脳血管センター長 兼
脳血管内治療科部長
鈴木 祥生 医師



ご挨拶

平成28年1月1日よりセンター長として赴任をいたしました鈴木祥生と申します。高齢化社会がより一層深刻になり脳卒中中の患者数も年間120から150万人の水準をキープしています。当院では地域の脳卒中治療に貢献するために「脳血管センター」を立ち上げました。地域の先生方や住民の皆さまのお役に立てるように努力いたしますのでどうぞ宜しくお願い申し上げます。

概要

特に脳卒中中の治療については色々な治療選択肢から最善の方法を選んだり、複数の方法を組み合わせたり多分野の専門家が集中して治療を行う集学的治療が必要とされています。その集学的治療を効率よく行うために「脳血管センター」を設立しました。現在脳血管センターでは脳神経外科と脳血管内治療（カテーテル治療）の専門医がそれぞれの専門分野の知識を生かし最善な治療を行っています。将来的には神経内科医の参加も目指してより高度な治療を提供出来るような体制を構築して行くことを目指しています。

診療科の特徴

脳血管センターと銘打っていますが脳神経疾患全般の診療を担当しています。脳卒中（脳梗塞、脳出血、クモ膜下出血など）や未破裂脳動脈瘤などの診療を中心とし、頭部外傷

や脳腫瘍、認知症治療なども行っています。脳卒中治療については開頭手術から脳血管内手術（カテーテル手術）まで幅広く対応しています。

特に脳血管内手術については専門スタッフも充実し力を入れていきます。最新鋭のフィリップス社製バイプレーン脳血管造影装置も稼働しますので高度な治療を提供していきたいと思えます。

また、専門外来（第一月曜日）にててんかんやパーキンソン病などの機能的脳疾患の治療にも対応しております。脳腫瘍（脳動静脈奇形など）の一部の脳血管障害も含む）については手術治療の他に当院では行えないサイバーナイフ治療（放射線治療）を提携している横浜サイバーナイフセンター（新緑脳神経外科病院）において当院に入院しながら行うことも可能となっております。患者さんに身近な病院で多くの治療選択肢からより良い方法を提供できることを目指しています。「患者さんと共に考える治療」を実践していきたいと思えます。

診療内容

脳血管障害（脳卒中を含む）…脳梗塞、脳出血、クモ膜下出血、未破裂脳動脈瘤、脳動静脈奇形、硬膜動静脈瘻、頸動脈狭窄症、椎骨動脈狭窄症、鎖骨下動脈狭窄症などの直達手術および脳血管内手術。

頭部外傷…頭部打撲、頭蓋骨骨折、急性硬膜外血腫、急性硬膜下血腫、慢性硬膜下血腫などの直達手術および脳血管内手術。

脳腫瘍…髄膜腫などの良性腫瘍や転移性脳腫瘍などの直達手術および脳血管内手術。他院との連携によるサイバーナイフ治療。

機能的脳疾患…片頭痛などの頭痛、てんかんやパーキンソン病などの薬物治療（専門外来にて）。

認知症…外科手術が必要な正常圧水頭症を中心とした治療と診断。脳血管内手術の詳細は当院ホームページをご覧ください。

おわりに

当科では「患者さんと共に考える医療」をモットーに患者さんやその家族とともに最善の治療法を相談しながら決めていきたいと思えます。頭が痛い、手に力が入らなくて脳梗塞かもなど気になる症状を自覚されたらお気軽に受診してください。病気の場合は早く診断し早く治療を始めることが大切です。また、私達は検査をして安心することも非常に大切なことだと考えています。

鈴木 祥生医師 略歴

1992年 山梨大学医学部卒業
 同年 北里大学医学部脳神経外科に入局
 2002年 医学博士号取得
 2004年 北里大学医学部脳神経外科診療講師
 2011年 北里大学医学部脳神経外科講師
 2012年 明芳会横浜旭中央総合病院脳神経外科・脳血管内治療科部長
 2016年 聖隷横浜病院脳血管センター長
 （現北里大学医学部脳神経外科非常勤講師）

資格他：医学博士
 日本脳神経外科学会専門医・指導医
 日本脳神経血管内治療学会専門医・指導医
 日本脳卒中学会専門医
 日本認知症学会専門医・指導医
 医療経営士2級

外来診療担当表 2016年4月現在

	月	火	水	木	金	土
午前 (脳神経外科)	第1 藤本	北原	第1・3・4 小島	佐々木	鈴木	交代制
	第2・3・4 鈴木		第2・5 北原			
午後 (専門予約外来)	てんかん外来 第1 藤本	—	脳神経外科 第1・3・4 小島 第2・5 北原	脳神経外科 脳血管内治療科 佐々木	—	—
	脳血管内治療科 鈴木	—			脳血管内治療科 鈴木	

(注) 各曜日の担当医は都合により変更する場合があります。
 当日の担当医はお電話にてお問い合わせください。

体験レポート

がんのリハビリテーション



がんの
リハビリテーション
担当スタッフです



聖隷横浜病院では、以前から手術

前後や病状の進行に伴い体力の低下したがんの患者さんに対してリハビリテーション（以下、リハビリ）を実施していましたが、2015年9月からは医師・看護師とともに専門の研修を受講したリハビリスタッフのがんのリハビリを担当しています。そして、筋力や体力がまだ低下していない治療開始早期の患者さんに対しても、予防的なりハビリを行ったり、倦怠感や痛みが強く生じている患者さんに対してその症状が和らぐようなりハビリを行ったり、あらゆる病状や状態、時期に対応し

たりリハビリを提供しています。

実際には、患者さん個々に適したりハビリを選択し実施していますが、今回はその中のリハビリをいくつか紹介します。

がんの療養におけるリハビリは、患者さんの回復力を高め、残っている能力を維持・向上させ、今までと変わらない生活を取り戻すことを支援することによって、患者さんの生活の質を大切にする考え方に基づいて行われます。がんになると、がんそのものや治療に伴う後遺症や副作用などによって、患者さんはさまざまな身体的・心理的な障害を受けます。がんのリハビリは、

がんと診断されたときから、障害の予防や緩和、あるいは能力の回復や維持を目的に、あらゆる状況に応じて対応しています。

近年、診断や治療の進歩によって、がんの治療成績は年々向上しており、進行した状態で診断されても、薬物療法などの治療を続けながら長期に療養生活を送ることもできるようになってきています。そのため、よりよい療養や生活の質を支えるがんのリハビリは、ますます重要になってきているといえます。

呼吸リハビリテーション



腹式呼吸

肺がんや食道がん、胃がん、大腸がんなどで開胸・開腹手術を行うと、痛みや麻酔の影響で呼吸が浅くなり、痰がうまく出せず、肺の奥にたまりやすくなるため、肺炎を起こす危険性が高くなります。この合併症を予防する目的で、手術前に深呼吸・腹式呼吸や咳の練習を行い、手術後でも自分でしっかりと痰を出せるようにしておきます。



咳の練習

筋力強化運動、 自転車エルゴメーター (自転車の形をした運動器具)



筋力強化運動

抗がん剤治療（化学療法）や放射線治療が行われている時期などでは、週3回から5回程度の運動により、治療中・治療後の体力低下を予防し、倦怠感の軽減が図れます。

抗がん剤や放射線による治療中は、がんそのものや治療の副作用による痛み、吐き気、だるさなどの症状がよく起こります。口内炎や吐き気・嘔吐、下痢などの副作用で食欲が低下して栄養状態が悪くなり、眠れなくなることもあります。さらに、精神的なストレスを感じたり、気持ちが悪さを感じたりして、動かなくなると、筋力・体力はたちまち低下し、少し動いただけでエネルギーを

たくさん消費するようになってしまい、一層疲れやすくなってしまいます。そして、疲れるから動かない、動かないから体力が低下するといった悪循環に陥ることとなります。この時期に運動（運動療法）を行うことによって身体機能を高めておくと、動いてもエネルギーをそれほど消費しなくなり、疲れにくくなることにも、運動してすっきりした気分となることで精神的苦痛の軽減も期待できます。

運動療法は、抗がん剤や放射線の治療中に開始すると、より効果が高いといわれています。ウォーキング、軽い筋力強化運動やストレッチも機能を維持するために有効です。このような有酸素運動は、血液がんの治療の一つである造血幹細胞移植に伴う合併症を軽減することもわかっています。



自転車エルゴメーター

リラクゼーション リンパドレナージ



リラクゼーション



リンパドレナージ

がんの進行とともに体力が低下し積極的な治療を受けられなくなった時期でも、患者さんの多くは最後まで自分で動いたり、食べたり、排泄したり、話したりすることができまます。痛みや浮腫（むくみ）等の症状の軽減も重要なリハビリの一つです。余命の長さに関わらず、患者さんとそのご家族の要望を十分に把握した上で、患者さんに残っている能力をうまく活かしながら、その時期においてできる限り可能な日常の動作を実現することで、患者さんが最後まで自分らしさを保つためにもリハビリは重要な役割を担っています。



2016年
4月1日
運行開始

聖隷横浜病院（横浜市保土ヶ谷区岩井町 215）と横浜市交通局は、連携して、環境にやさしい公共交通機関を利用した通院を促進するとともに、周辺地域の皆様の利便性向上を目指して、新路線「聖隷横浜病院循環」の運行を開始します。

地域貢献型バスサービス 「聖隷横浜病院循環」の 運行を開始します

聖隷横浜病院の立地は地域住民の皆様もご存じの通り山の上にあります。「通院するには、坂道を登らないといけないから大変。」「バスの本数ももう少し増えたら良いのに。」と言ったご意見をこれまで多く頂戴しておりました。そこで、通院患者様へのアンケート実施や送迎車輛運行業者への送迎車輛の運行依頼、路線バス運行会社へ増便依頼等、当院利用者の利便性を向上させる為に様々な交渉をまいりました。その結果2016年4月1日より、横浜市交通局と連携し「聖隷横浜病院循環バス」の運行を小型バス「ポンチョ」で開始する事になりました。

病院敷地内に起点・終点（運行ルート参照）を設置した「聖隷横浜病院循環バス」は既存の32系統を補う形で保土ヶ谷駅東口のバスロータリーへの乗り入れは勿論の事、利用者様の利便性・安全性に配慮した運行を実施いたします。

一般の市営バスと同様の運賃（大人：220円、子ども：110円）となりますが、敬老特別乗車証（敬老パス）のご利用も可能となります。

当院への通院手段としてだけでなく、かけがえのない地域の足。としてより多くの皆様のご利用をお待ちしております。

運行ルート

聖隷横浜病院の敷地内（正門前）を起終点とすることで、お身体の不自由なお客様が、より快適に通院することができます。

聖隷横浜病院↓境の谷↓藤棚↓水道道↓保土ヶ谷駅東口↓保土ヶ谷橋↓聖隷横浜病院の各停留所に停車する一方循環で、主に市営バス32系統を増強する形で運行し、主要停留所のみ停車します。

発着場所



運賃

通常の市営バスと同じ運賃で、どなたでもご利用いただけます。

現金運賃	大人 220円	小児 110円
IC運賃	大人 216円	小児 108円

※敬老特別乗車証、福祉特別乗車券、市営バス定期券、市営バス各種乗車券もご利用いただけます。

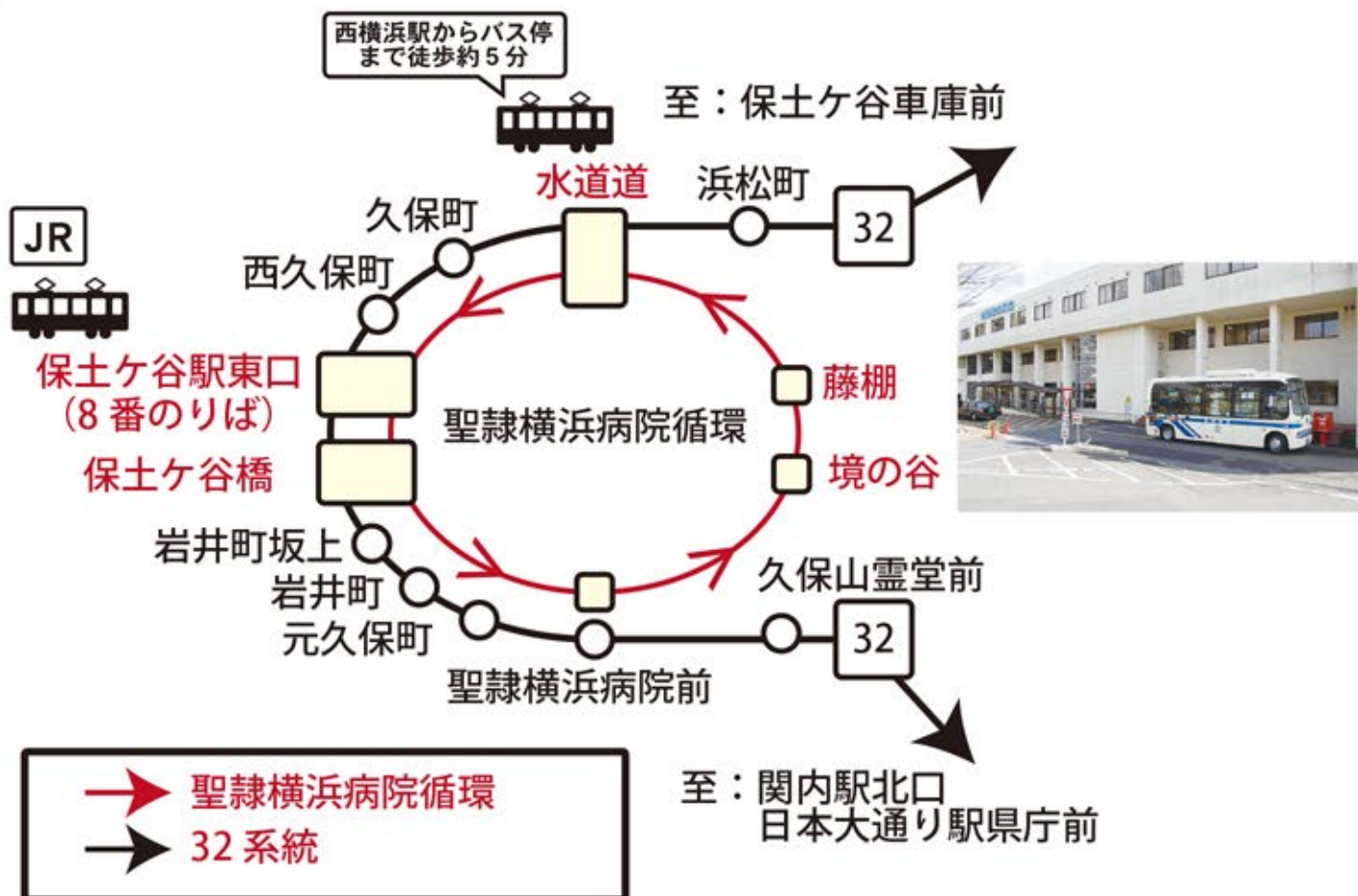
時刻表

乗り降りしやすい小型ノンステップバスで、平日のおおむね8時から12時まで、1日7便運行します。

停留所		1便	2便	3便	4便	5便	6便	7便
聖隷横浜病院	(起点)	7:50	8:21	8:56	9:38	10:08	11:30	12:05
境の谷	↓	7:54	8:25	9:00	9:42	10:12	11:34	12:09
藤棚	↓	7:57	8:28	9:03	9:45	10:15	11:37	12:12
水道道	↓	8:00	8:31	9:06	9:48	10:18	11:40	12:15
保土ヶ谷駅東口	↓	8:06	8:37	9:12	9:52	10:22	11:44	12:19
保土ヶ谷橋	↓	8:08	8:39	9:14	9:54	10:24	11:46	12:21
聖隷横浜病院	(終点)	8:16	8:47	9:22	10:02	10:32	11:54	12:29

※平日のみの運行

運行ルートマップ



ほっと情報

Information

このページは、健康や医療にまつわる最新情報、その他興味深いホットな情報をお届けします。知って得するお話です。

1 新装置稼働！

放射線課 診療放射線技師 小嶋 享

今年の1月から一般撮影装置が新しくなりました！健康診断の胸部撮影や骨の撮影などでおなじみの“一般撮影”いわゆる“レントゲン撮影”は、誰でも一度は検査したことがあるのではないのでしょうか？

当院では、今年の1月からこの一般撮影の装置が新しくなりました。

新装置は、従来の画質を維持しながら、より少ないX線の量（低被ばく）で撮影ができることや、より診断に適した画像が提供できることが大きな特長です。

また、従来の装置では撮影画像の表示・確認に約1分程度かかっていましたが、約1秒で画像の表示・確認ができるため、よりスピーディーな撮影業務が可能になりました。

新装置をフル活用し、今後も安全かつ精度の高い画像提供を目指していきます！



↑この板がデジタルカメラのような働きをします。体を透過したX線をデジタル信号に変換し画像化します。

2 タバコの本当に怖い話

看護部 緩和ケア認定看護師 高橋 美生

タバコによる身体への影響：タバコを吸う人は肺がん、心筋梗塞などの病気のリスクが高まり、寿命も短くなります。しかし、タバコは吸っている本人だけではなく、自分の大切な人にも煙を吸わせてしまい悪影響を与えてしまいます。たとえば、夫が喫煙していて妻や子どもに与える影響について考えてみましょう。妻は脳卒中、肺がん、閉塞性肺疾患、喘息、心筋梗塞になるリスクが高くなり、子どもは中耳炎、肺炎、気管支炎、喘息などの影響が出るのがわかっています。

禁煙について：いきなり吸うのを止めるのは大変ですよね？

まずは始めの一步として吸いたくなったら3分我慢してみましょう。そして少しずつ本数を減らしてみましょう。一人で頑張らず、当院の禁煙外来で相談してみんなで禁煙に取り組みしましょう。「タバコは100害あって一利なし！」



3 痰をうまく出すコツは？

検査課 臨床検査技師 齋藤 舞子

痰（たん）は気道の表面を覆う粘液で、空気中の異物の侵入を防ぐため肺や気道などで常に作られています。

健康な人の痰は気づかないくらい少量ですが、細菌やウイルスに感染すると外に追い出そうと量が増えます。

肺の病気が疑わしいときは痰の検査をしますが、「痰が出ないんです」という声をよく耳にします。そこで、痰をうまく出すコツをご紹介します。

- ①深呼吸を数回します。
- ②ゆっくり大きく息を吸ったら口を開けて声を出さずに「ハーッ！」と、強く息を吐き出します。これを2～3回繰り返します。
- ③痰があがってきたところでゴホンと咳をします。このとき両手で脇を押さえると、空気の流れが速くなって痰が出やすくなります。痰が多く出る時間帯は朝方なので、ご自宅で採っていただくこともあります。

痰が採れないときは、吸引して採取する方法もありますのでご相談ください。



5 自宅でできるロコモチェック～ロコモ②

リハビリテーション室 理学療法士 木村 健夫

前回、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）について概略をお話ししましたが、今回はロコモかどうかを簡単にチェックする方法をお知らせします。次にあげる7項目が目安とされています。バランス能力・筋力・歩行能力などをチェックするもので、一つでも当てはまればロコモの心配があると考えられます。当てはまる項目があり、日常生活に少し不安がある場合は、まず整形外科医による正しい診断を受けることをお勧めします。

- ①片足立ちで靴下がはけない
- ②家の中でつまずいたり滑ったりする
- ③階段をのぼるのに手すりが必要
- ④横断歩道を青信号で渡りきれない
- ⑤15分続けて歩けない
- ⑥2kg程度の重い物の持ち帰りが困難
- ⑦家の中のやや重い仕事（布団の上げ下ろしなど）が困難
どうでしたか？
当てはまる項目はありましたか？



7 New マシンを紹介します

臨床工学室 臨床工学技士 白倉 佑樹



今回紹介する機器は、先日新製品に変わった麻酔器です。使用する医師からは医療のトレンドを踏まえた新機種であることが喜ばれていますが、管理するスタッフからも意外と好評だった部分があります。それは車輪でホースやケーブルが踏まれないようにするための補助具です。

麻酔器には重要なホースがいくつも繋がっており、麻酔器を動かす時はそのホースが車輪で踏まれてしまわない様、周りのスタッフが常に目を配らなければいけません。しかし今回の新しい麻酔器は、車輪でホースが踏まれないようにするための専用補助具が装備されています。実際の治療には関係ない部分ですが、普段機器を管理する手術室スタッフからは喜ばれています。

新しい機器はこのような「かゆいところに手が届く」改良が加えられることで、トラブルが少ない機器となるのです。



4 食中毒を防ぐコツ

栄養課 管理栄養士 堀 ゆり奈



厳しい寒さも和らぎ暖かい季節となりました。細菌による食中毒は5月から10月にかけて多く発生しています。また、飲食店ばかりでなく家庭でも食中毒は起こりうるものです。食中毒の

3原則は「付けない、増やさない、殺す」です。

以下の事に注意して食中毒を防止しましょう。

- ①食品の購入
消費期限等の確認、肉と魚は分けて包む、寄り道せず帰る
- ②家庭での保存
すぐに冷蔵・冷凍、肉や魚は汁が漏れないよう容器や袋に入れる
- ③下準備
生の肉や魚を使用した器具は熱湯にかける、野菜の洗浄
- ④調理
手洗い、加熱調理する食材は十分に加熱（目安は中心温度75℃1分以上）
- ⑤食事
手洗い、清潔な食器の使用
- ⑥残った食品
小分けで保存、少しでも怪しいと感じたら捨てる



夜はまだ寒いからと常温で食品を放置しないようにしましょう。

6 お薬による頭痛って??

薬剤課 薬剤師 小林 大記



頭痛の対処法という皆さんはどのようなイメージをお持ちですか？痛み止めのお薬を服用する、静かな部屋で横になる、などのイメージをしたのではないのでしょうか。今回は多くイメージされたと思う、「痛み止め」についてご紹介します。頭痛には、緊張型や片頭痛が代表的であり、これに次いで多いのが薬物乱用性頭痛です。この薬物乱用性頭痛とは、薬物の過剰服用が引き金となり、痛みに対して過敏になる、つまり痛みが感じやすくなるのが原因とされています。原因となるお薬として、最近では市販の鎮痛薬を乱用しているケースが多いそうです。「治してくれるはずの痛み止めが原因で症状を誘発してしまうことがある！」このことを念頭において、症状・お薬のことはご自身で判断せず、医師・薬剤師にご相談ください。

頭痛の対処法という皆さんはどのようなイメージをお持ちですか？痛み止めのお薬を服用する、静かな部屋で横になる、などのイメージをしたのではないのでしょうか。今回は多くイメージされたと思う、「痛み止め」についてご紹介します。頭痛には、緊張型や片頭痛が代表的であり、これに次いで多いのが薬物乱用性頭痛です。この薬物乱用性頭痛とは、薬物の過剰服用が引き金となり、痛みに対して過敏になる、つまり痛みが感じやすくなるのが原因とされています。原因となるお薬として、最近では市販の鎮痛薬を乱用しているケースが多いそうです。「治してくれるはずの痛み止めが原因で症状を誘発してしまうことがある！」このことを念頭において、症状・お薬のことはご自身で判断せず、医師・薬剤師にご相談ください。



せいいい インフォメーション

Information

1 セカンドオピニオンとは？

地域連携・相談支援センター 事務職 一條 久美子

「セカンドオピニオン」という言葉をご存じですか？

聞いたことはあるけれども詳しくは知らないという方が多いと思います。「セカンドオピニオン」は「紹介」とは少し違います。「セカンドオピニオン」とは現在かかっている医師（主治医）とは別の医師に第2の意見を求めることです。医療は日々進歩し新しい治療法が生まれてきています。そこで主治医の意見だけではなく患者さん自身の気持ちを踏まえて、どの治療方法が良いか意見を聴き判断していくための手段です。病院によっては「セカンドオピニオン外来」を設けているところもあります。その場合は保険診療外のため自費となり、ほとんどが完全予約制です。受診をされる前に各医療機関に確認を取ることをお勧めいたします。



2 ご存じでしょうか・・・

医療情報管理課 事務職 松本 志保

当院は、横浜市健康診査を実施している医療機関です。

75歳を迎えられた方は、無料で受けることができます！

主な内容は、診察・身長・体重・血圧・BMI・採血採尿で対象者の方が1年度（4月から翌年の3月まで）に1回受診が可能です。

また、当院で実施している横浜市胃がん検診（バリウム検査）・大腸がん検診・乳がん検診・前立腺特異抗原検査（PSA検査）は70歳から無料でうけることができます。

この機会に、一度受診してみたいはいかがでしょうか？

ご不明な点がございましたら、045-715-3111（病院代表電話）にお問い合わせください。



3 ドック・健診科

3月より『ドック・健診科』が新設致しました。

それに伴い4月からの横浜市健診・横浜市各種がん検診はすべて予約制となります。

予約後に問診票や大腸がん検診の検体容器等郵送にて送らせて頂きますので、予約日一日で横浜市健診・横浜市各種がん検診が受診できるようになります。

詳細につきましては、下記の予約電話にお問い合わせください。

■予約専用電話：045-715-3035

■受付時間：平日（祝日除く）9:00～12:00 14:00～17:00



4 きず・ヤケド外来のお知らせ

病院を受診した方が良い「キズ」

- ・血がとまらない。
- ・キズが開いている。処置が困難。
- ・化膿しているもしくは、しかけている。
など・・・。

病院を受診した方が良い「やけど」

- ・面積が広い。
- ・大きな水疱ができています。
- ・怖くて自分では処置できない、自信がない。
など・・・。

上記以外にも対応に困った症状などございましたら、
ご遠慮なくご相談ください。

対象：乳幼児～ご高齢者まで

診察日：月曜日～金曜日 9:00～16:00

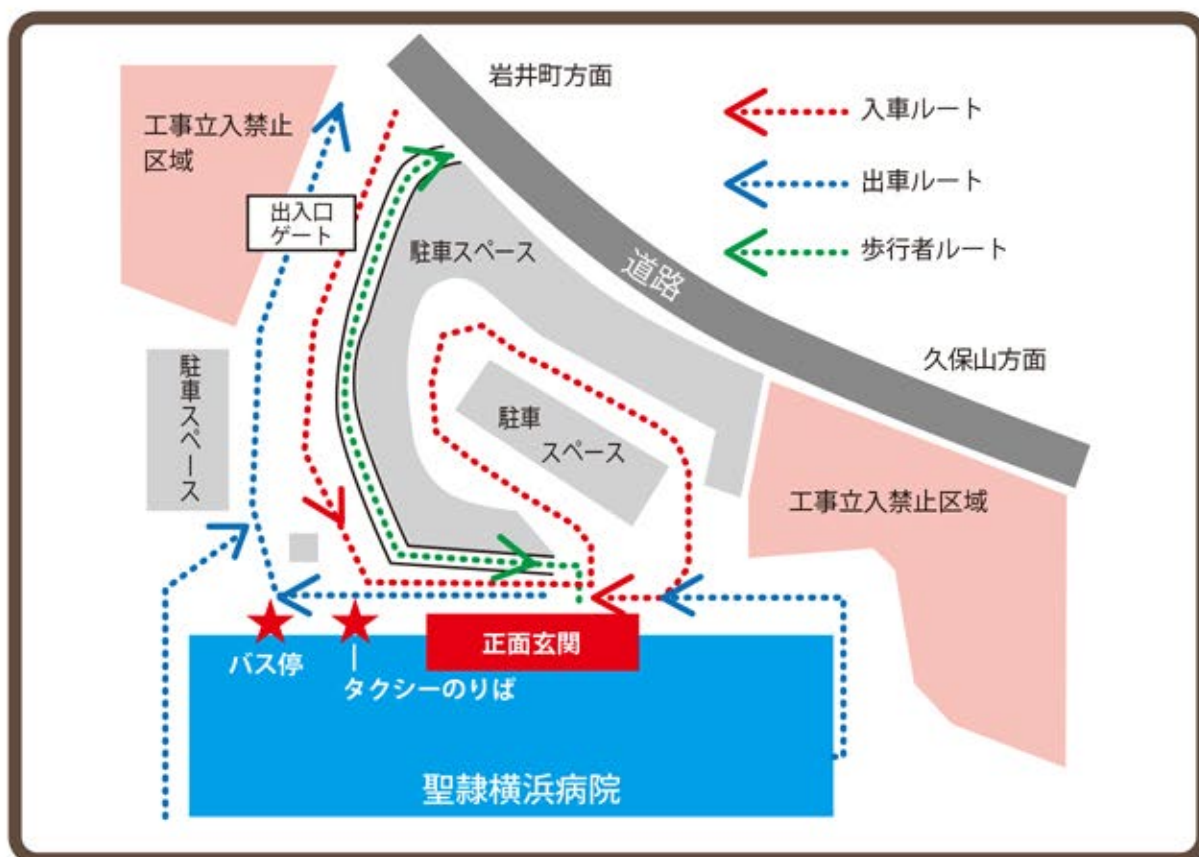
土曜日 9:00～11:00

担当医：救急科 山口、入江



5 駐車場 通行制限のお知らせ

新外来棟建築に伴う工事のため、3月28日（月）より敷地内の一部を通行止めにしてあります。工事期間中、歩行者ルート及び車の出口ゲートを下記のとおり変更してありますので、ご理解とご協力のほどよろしくお願いします。



「訪問看護ステーション」「ひだまり保育園」を新しくしました

2階：せいれい訪問看護ステーション横浜
1階：ひだまり保育園（院内保育園）

当院では、昨年の9月から新外来棟新築計画の準備工事として、フェリーチェせいれい（旧看護宿舎）の改修工事を行い、今年1月に工事が完了し、2月には1階にひだまり保育園、2階にせいれい訪問看護

ステーション横浜の引越を無事完了することができました。工事の際に、当院を利用される方々ならびに近隣住民の皆様には、ご理解ご協力をいただきありがとうございました。



広々とした空間のひだまり保育園正面玄関



自然光を多く取り入れたひだまり保育園室内



子どもたちが安心して遊べる園庭



新しい環境で心機一転がんばります
せいれい訪問看護ステーション横浜スタッフ一同



社会福祉法人 聖隷福祉事業団
聖隷横浜病院
SEIREI YOKOHAMA HOSPITAL

広報誌「聖隷よこはま」通巻第112号 2016年4月1日発行
発行責任者 / 院長 林 泰広
〒240-8521 横浜市保土ヶ谷区岩井町 215
TEL.045-715-3111 FAX.045-715-3387
<http://www.seirei.or.jp/yokohama/>

