

なんぶ メール

Vol.38

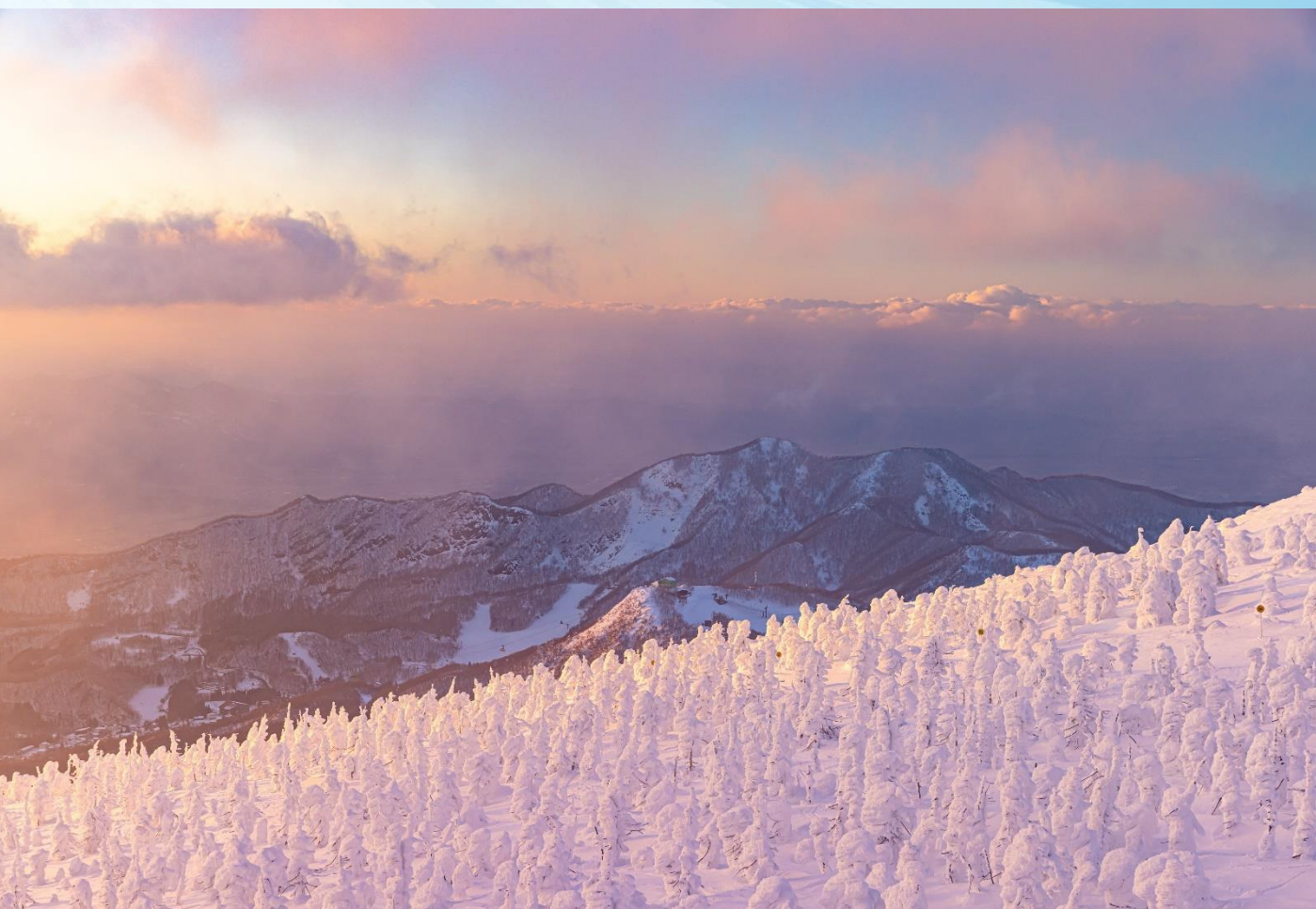
2025 Winter

TAKE FREE

ご自由にお持ちください

済生会横浜市南部病院広報誌

新しい年を迎えて
横浜市すい臓がん早期診断プロジェクトに参加しています！
南部病院の医療チーム
脳卒中は後遺症が怖い！ 予防と早期発見を知ろう



社会福祉法人

恩賜財団 済生会横浜市南部病院

新しい年を迎えて



明けましておめでとございます。南部病院では、一昨年来看護師不足のため、病床がすべて稼働させることが出来ない状況が続いておりました。昨年は「新病院建設に向けて、より良い医療を、より多くの人に」を合言葉に運用可能病床のフルオープン化を最重点課題として努力し、春には新たに120名の看護師を迎えたこともあり、10月1日にフル稼働に回復することができました。年末から年始にかけては、インフルエンザが猛威を振るい、特に高齢者の方では入院が必要となることも多かったと思います。病床の稼働が増えたことよって、昨年度よりは地域のニーズにお応えできたと思っておりますが、それでも十分な対応はできず、申し訳なく思っています。

南部病院は地域中核病院として横浜南部地域の皆様から、何を求められているか、どのように貢献していくべきか。このことのみを念頭に頑張りたいと思っておりますし、職員にも繰り返し話しています。

“思いやりの心と質の高い医療で、地域の皆さまから信頼される病院を目指します”という本院の理念に、少しでも近づけるよう努力してまいりたいと思います。まだまだ至らぬところも多いたとは存じますが、これからもよろしくお願いいたします。

院長 猿渡力



南部病院の「無痛分娩」

メリット

- ・心身のストレスを緩和する
- ・出産後の体力回復が早い

デメリット

- ・分娩時間の延長
- ・麻酔の副作用・合併症



無痛分娩を希望される場合

安全な分娩管理を行うため、無痛分娩をご希望される方は妊娠32週までにお申し出ください。

費用について

通常の出産入院費用に加え、無痛分娩費として100,000円を追加で申し受けます。

無痛分娩とは…

無痛分娩とは、「硬膜外麻酔」という麻酔法を用いて、出産の痛みを和らげる出産方法です。痛み止めをした上で背中から脊椎の中にある硬膜外腔へ管を挿入、その管から麻酔薬を注入することで、出産の際に痛みを感じる神経をブロックします。

麻酔の効果は麻酔薬注入後、およそ20～30分程度で現れます。部分麻酔なので、意識ははっきりしたまま出産を迎えます。出産するまで継続的に麻酔薬を注入しますので、途中で麻酔薬が切れてしまうということは、基本的にはありません。出産が終わったら麻酔薬の注入をやめ、徐々に感覚が戻ります。

2025年1月より、

当院でも無痛分娩を開始しました。

南部病院は安心して無痛分娩が出来る体制を整えています



- ・麻酔科の専門医が麻酔を実施
- ・様々な診療科の医師がおり、副作用・合併症への対応が可能



早期診断プロジェクト

に参画しています！

そこで！

少しでもすい臓がんの危険因子を持っているなら、**自覚症状がなくても精密検査を！**

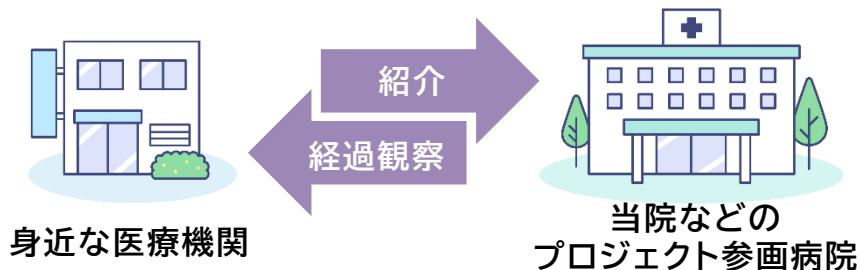
横浜市すい臓がん早期診断プロジェクト

すい臓がん危険因子
セルフトチェック

- すい臓がんにかかった血縁者がいる
- 糖尿病と診断された・増悪した
- 慢性すい炎と診断された
- すい嚢胞がある
- 大量飲酒習慣がある
- 喫煙習慣がある
- BMI30以上の肥満、または過去に肥満であった

まずは身近な医療機関にご相談ください。

診察・検査で、すい臓がんの危険因子があると診断された人にはプロジェクト実施病院を紹介、精密検査などで早期診断、治療につなげます。



早期診断！早期治療！

当院は 横浜市すい臓がん

すい臓がんは見つかりにくい…

すい臓がんは症状が出にくく、症状が出たときには腫瘍が大きくなっていることが多いがんです。また、がんの中でも特に生存率が低いのが特徴です。

治療方法は手術・放射線治療・薬物治療などが選択肢に挙げられますが、進行した状態で発見された場合、実施できる治療が限られてきます。



南部病院のすい臓がん早期診断と治療

早期の見えないがんを見つけるためには、がんによる膵臓の変化に注目します。具体的には微小ながんに伴う間接所見(主膵管の拡張、限局的な膵管狭窄、嚢胞性病変)を見つけることが大事になります。それらは腹部エコーやCTでも、75%~80%の割合で見つけることができます。

本プロジェクトについて、詳しく知りたい方はこちら！



南部病院
ホームページ



横浜市
ホームページ



早期退院に向けて！

栄養サポートチーム



栄養サポートチームとは？

栄養サポートチーム(Nutrition Support Team: NST)は栄養不良の患者さんに対して栄養療法の提案を行い治療の手助けになるように日々活動している専門職種の集まりです。メンバー構成は医師、看護師、薬剤師、臨床検査技師、管理栄養士から構成され毎週木曜日にカンファレンス、回診など活動しています。

活動内容

入院中何らかの理由で食事がとれない、食欲不振、元からの栄養状態が悪いなどから治療に難渋するケースが多々あります。栄養不良の原因・対策を各専門職種之力(知恵)を合わせてカンファレンスでまとめて提案します。提案には食事内容や食べ方、輸液の内容や投薬についての提案など多岐にわたります。また経腸栄養患者の評価も行い栄養状態や内容の確認、口から食べられるように支援しています。

年間活動計画では、病院職員全員を対象にして栄養療法の情報提供を目的に年数回勉強会を企画しています。

栄養で困ったら…

私たち栄養サポートチームは入院患者さんの病気が早期に改善し、退院されることを第一に考え、信頼できるパートナーとして入院中の栄養をサポートします。どうぞよろしくお願いいたします。

栄養部 富樫 政彦 管理栄養士

病院内では多職種による様々な医療チームが活動しています。今回はそのうちの2チームを紹介します。

患者さんの人生に寄り添う

糖尿病療養指導チーム

糖尿病は、主に「膵臓からのインスリン分泌が少なくなる病気」って知っていますか？

2型糖尿病の家族が多い24歳の患者さん(男性)。庭師のおじいちゃんが大好きで、庭師として働くようになりました。仕事に行くと、お菓子を出してくれます。断れません。いつの間にか、2型糖尿病になってしまいました。

あなたが医療者だったとして、この患者さんにどうアドバイスしますか？

糖尿病療養チームでは、「この患者さんが、おじいちゃんに、糖尿病である事を伝えて、仕事先で出されるお菓子を、断ってもらうようにアドバイスをしたり、他の方法がないか」を一緒に考えます。



糖尿病療養指導チームとは？

看護師、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士、理学療法士で構成され、糖尿病の周知を行うチームです。糖尿病の患者会(ひまわり会)を運営して、糖尿病新聞を届けたり、世界糖尿病デー(11月14日)に、糖尿病周知のためのイベントも行っています。また、糖尿病教室を開催して、患者さんに糖尿病の情報提供を行っています。そのほか、院内の血糖測定やインスリンに関わる医療事故減少への取り組みも行っています。



糖尿病は人生に関わります

糖尿病は、食事や運動の影響を受けるため、患者さんの人生に関わります。患者さんの人生を想像し、そこに寄り添っていくことが必要です。内服薬やインスリンの調整は治療の大きな部分を占めますが、人生に寄り添うことも、同じくらい糖尿病治療として大切です。

糖尿病・内分泌内科 南 太一



脳卒中は後遺症が怖い！ 予防と早期発見を知ろう



脳卒中とは、脳の血管が急に破れたり、詰まったりすることで脳の血液循環に障害を来し、様々な症状を起こす病気の総称です。発症後、助かっても後遺症が重いことがあるので、まずは予防が大切です。発症してしまった場合は、いかに早く医療機関で治療できるかで、その後の生活が大きく変わってきます。

(本記事は2024/11/5に港南台イロドリフェスタにて実施した講演を再編集したものです)

【脳卒中とは】

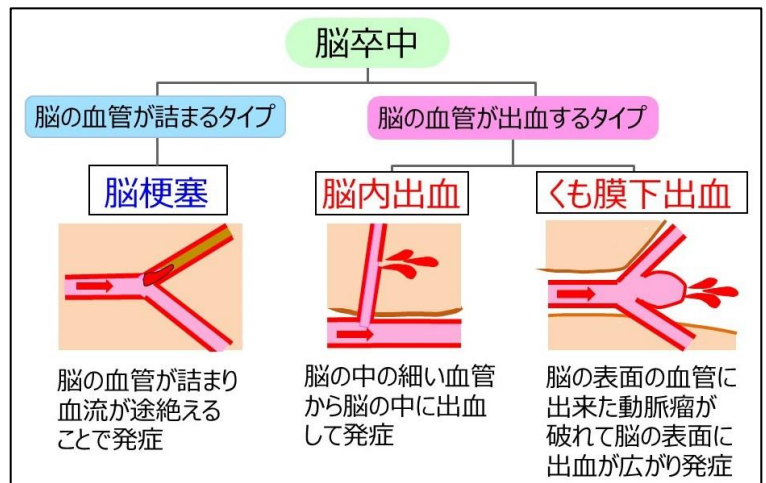
脳卒中の代表的な疾患は3種類あります。脳の血管が詰まる「脳梗塞」、脳の血管から出血する「脳内出血」と「くも膜下出血」です。

・脳梗塞

脳の血管が詰まり血流が途絶えることで、詰まった先の脳が障害されます。脳梗塞の中にも、動脈硬化によって血管が詰まる「脳血栓症」や、脳以外の場所から出来た血栓が詰まる「脳塞栓症」に分けられます。脳血栓症は、高血圧・糖尿病・脂質異常症・タバコ・肥満などによる血管へのダメージが原因です。脳塞栓症は、例えば心房細動などの心臓疾患によってできた血栓が心臓から流れていき、それが脳の血管に詰まるのが原因です。

・脳内出血

脳内の細い血管からの出血です。



出血量が少なければ手術の必要はなく、自然に吸収されて消えますが、出血量が多いと生命に関わり、手術が必要なことがあります。発症した際には血圧を下げることで、それ以上出血が大きくなるようにします。原因は高血圧による動脈硬化が多いとされています。

・くも膜下出血

脳の表面にある動脈にでき
た瘤が破れ、脳の表面に出血
が広がった状態です。症状と
しては、「今までに経験した
ことのない、突然の激しい頭
痛」というのが特徴です。

・症状を知っておこう

脳梗塞や脳内出血が起こっ
た箇所によって、症状が異な
ります。左記の様な症状が突
然起こった際には、脳卒中を

疑います。脳卒中は、日本人

の死因第4位(2023年厚
生労働省データ)であること
に加え、要介護状態(特に要
介護4・5など重い状態)に
なる要因の第1位です。なか
には、脳卒中を原因とする認
知症もあります。



【脳卒中の症状】

- ・片方の手足・顔半分の麻痺・痺れ(手足のみ、顔のみの場合もある)
- ・呂律が回らない、言葉が出ない、周囲の言うことが理解できない
- ・立てない、歩けない、フラフラする
- ・片方の目が見えない、物が二つに見える、視野の半分が欠ける
- ・経験したことのない激しい頭痛

【脳卒中を予防するための日常生活】

脳卒中の危険因子は次の8つで
す。

- ① 高血圧
- ② 脂質異常症
- ③ 糖尿病
- ④ 喫煙
- ⑤ 大量飲酒
- ⑥ 肥満
- ⑦ 運動不足
- ⑧ 不整脈(心房細動)

このうち特に、高血圧・脂質異常
症・糖尿病は、3大要因とされて
います。脳卒中のリスクを高める
高血圧(特に140以上)に気を
付け、動脈硬化を引き起こす脂質
異常症や糖尿病、喫煙、肥満に対
して適切な自己管理



を行うことが、予防・脳卒中
後の日常生活に重要になっ
てきます。

血圧に関しては、特に早朝
の高血圧が脳卒中・心筋梗塞
を発症する危険性が高いとさ
れています。なるべく同じ条
件で、普段から家庭で毎日決
まった時間に血圧を測定、血
圧手帳に記録しておくことを
お勧めします。高い状態が継
続するようであれば降圧療法
を行うと、脳卒中が約4割減
少するというデータがありま
す。



不整脈（心房細動）のある方は、ない方と比較して男性で4.7倍、女性で2.9倍も脳梗塞になりやすいと言われていきます。不整脈の自覚症状としては、動悸・ふらつき・胸痛・胸部不快感などがありますが、自覚症状がない場合でも脈の間隔が不規則な場合はその疑いがあります。心房細動の場合、抗凝固薬を内服することで、脳梗塞の発症を約6割抑えることが出来ます。脈の乱れや動悸をたびたび感じる方は、放っておかず医師に相談してください。



【脳卒中の早期発見のポイント】

早期発見のポイントは「FAST」です。顔面のマヒや、腕が上がらない、言葉が出ないなどの症状が出たら、すぐに救急車を呼びましょう。特に「突然」や、「片側」に症状が出た際には注意が必要です。

そんな時は！

顔(Face)
顔面のマヒ

腕(Arm)
手が上がらない

言葉(Speech)
言葉が出ない

すぐに(Time)
救急車を呼ぶ！

《教えてくれたのはこの方》



小川 美希さん
(脳卒中リハビリテーション
看護認定看護師)

【やさしい】
脳卒中は後遺症が怖く、予防が一番大切です。まずは自分の血圧を知るために血圧の自己測定を開始しましょう。動悸がしたり、不整脈を感じたら、自分の脈拍を測定してみましょう。脈が飛んでいたり、異常を感じたら医師に相談しましょう。自分や家族に脳卒中と思われる症状が出現したら、すぐに119で救急車を呼びましょう。治療は時間とのたたかいです！

ご寄付のお願い

当院は、1983年の開院以来、横浜市の地域中核病院として安全で質の高い医療を地域の皆様方に提供することを理念とし、日々努力を重ねて参りました。

開院から41年が経過し、今後も地域中核病院としての役割を果たすため、移転新築による再整備事業を開始しています。当院が将来にわたって使命を果たし続けるために、皆様方のご寄付が大きな助けとなります。ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

頂戴したご寄付につきましては、新病院の建設費用に活用させていただきます。



お問い合わせ

総務課庶務係
045-832-1111(代)

詳しいお申込み方法など



南部がんサポートLINE

横浜市南部地区での療養にまつわる情報を配信する場として2023年6月に『南部がんサポートLINE』を開設いたしました。

「がん相談」や「緩和ケア」についてのコラム、「生活支援(就労や家族等について)」や「療養の仕方」などについての情報を定期的に配信してまいります。

登録はこちらから！



今回のなんぶメールはいかがでしたか？

宜しければアンケートへご協力ください(登録不要・所要時間1分)。



手術支援ロボットの導入について

2024年12月より、当院でも手術支援ロボット(Da Vinci)による手術が始まりました。様々な患者さんのニーズに対応できるよう、より高度な医療を提供できるよう、職員一同邁進してまいります。



面会時間について

感染症の蔓延状況を鑑み、面会時間の制限や緩和を行うことがあります。変更があった際には、ホームページ上の「重要なお知らせ」に随時掲載いたしますので、そちらをご確認ください。

X (旧Twitter)

当院の最新トピックやイベント情報・診療科の紹介などを日々ポストしています。
@yokohama_nanbu

Instagramを開設しました！

南部病院Instagram
→saiseikai_yokohama_nanbu

産科病棟Instagram
→nanbuhospital_maternity

済生会横浜市南部病院の基本方針

- 一、良質な地域医療、救急医療による地域への貢献
- 二、他の医療機関との密接な連携と、患者さん中心の医療の実践
- 三、医療・保健・福祉サービスの総合的な提供
- 四、地域医療関係者および職員の相互研鑽

受付時間・休診日

- 受付時間 毎週月曜日～金曜日
8時30分～11時00分
※再診・予約の方はこの限りではありません
- 休診日 土日祝日
年末年始（12月29日～1月3日）
- 急患の方 救急センター
※受診の際は必ず事前にお電話ください
電話：045-832-1111（代表）

紹介状をお持ちください

当院は原則として「紹介外来制」となっています。初診の際は、他の医療機関からの紹介状をご持参のうえ受診してください。

※小児科・新生児内科、産婦人科については紹介状がなくても受診可能ですが、その場合、初診時選定療養費をご負担いただきます。

また、症状が安定している患者さんは、かかりつけ医等への紹介を推進しております。

済生会横浜市南部病院広報誌

なんぶメール vol.38 2025年2月発行

発行人／院長 猿渡 力
編集制作／地域医療連携室



社会福祉法人

恩賜
財団

済生会横浜市南部病院

〒234-0054 神奈川県横浜市港南区港南台3-2-10
TEL：045-832-1111（代表） FAX：045-832-8335
HP：https://www.nanbu.saiseikai.or.jp/