しょうなん

医療法人社団 愛心会 湘南鎌倉総合病院

発行/湘南鎌倉総合病院 〒247-8533 神奈川県鎌倉市山崎1202-1 TEL:0467-46-1717(代) FAX:0467-45-0190



湖南鎌倉 総合病院 院外広報誌

Shonan Kamakura General Hospital

Vol. 31 2009年 10月号



Doctor

ジクター紹介

産婦人科部長 木幡 豊Dr



私は1955年に鹿児島市で生まれ、1980年に宮崎医科大学〈現宮崎大学医学部〉を 卒業しました。

当時は救急診療でのいわゆる「たらいまわし」が大きな社会問題であり、新聞の一面や社会面で頻繁に取り上げられていました。当時ローテーション研修を行っていた病院はまだ少なく、救急医療の研修ができる病院も限られていましたが、まず医師としての臨床の基本と救急医療を身につけたいと考え、福岡徳洲会病院での各科ローテーション研修を開始しました。当時の内科と外科の指導医は米国での研修や診療を経験された方々で、臨床医としての基礎を叩き込まれました。そこでは産婦人科はまだ開設されていなかったため、産婦人科の初期研修は茅ヶ崎徳洲会総合病院で行いました。その時の同期生が当院の井上副院長と湘南厚木病院の篠崎院長です。篠崎先生とは同じチームで産婦人科研修を行いました。

福岡で外科医としての修練を1年ほど行っていたところ産婦人科が開設され、最初の専門研修医となりました。その後1984年より約4年間、琉球大学に勤務し、学生の指導や研究にもたずさわりました。当時指導に関わった学生達は今や医療の第一線で活躍していますが、そのうちの数人とは今でも交流があります。

何とか数編の研究論文をまとめた後大学を辞し、福岡徳洲会病院での産婦人科診療に明け暮れる生活に戻りました。 医師の卒後研修を統括する臨床研修委員長や、100名を越す医師をまとめる医局長も併任し、当時、施設認定基準 がとても厳しかった臨床研修指定病院の認定取得にあたってはその準備に大変苦労しました。

これらの経験から、今回卒後臨床研修制度が「安易に」変更されたことには強い憤りを感じています。日本の医療崩壊の一因として「専門医を作りすぎた」という反省があるにも関わらず、また専門医を増やそうとしているのですから。

2000年4月より当院での勤務を開始しましたが、その年の秋、鹿児島の離島、徳之島徳洲会病院の産婦人科が閉鎖寸前となり、引き継ぐ形で約1年4ヶ月の期間、産婦人科医一人での離島産科医療を経験しました。それまでの※NICUを持つ総合病院での他院より紹介搬送を受ける立場から、送る側の立場になり、その間妊婦さんや新生児を自衛隊機で搬送する機会も度々あり、医師や医療従事者だけでは医療は成り立たないということを痛感するとても貴重な経験となりました。

若い先生方には、さまざまな医療の現場を経験し、自分自身の医療者としてのあり方の目標を見つけ、達成していってほしいと願っています。

現在でも週末の多くを、北は函館から南は沖縄までグループ病院産婦人科の応援に行き、各地での地域医療や医療 従事者と関わり、また出産にも立ち会っています。その原点は多くの方々にささえられた離島での診療経験にあると 思っています。(不在時には当院産婦人科の他のスタッフにカバーしてもらっており深く感謝しています。)

私の婦人科外来では、子宮筋腫・子宮腺筋症・子宮内膜症・更年期の診療を中心に、患者様主体のマクロな意味での「オーダーメイド医療」を心がけております。独立したセカンドオピニオン外来も行っています。

産科の分野では、いまだ医学的エビデンスが確立されていないテーマも少なくありませんが、遠慮なく質問や相談をしていただきたいと考えています。

おわりに

来年は医師となって30年目の節目を迎えます。

これまでの医師生活でのさまざまな経験を診療や若い医師達の指導に生かし、

これから何ができるか、何をすべきかを問いなおし、

あまり無理をしない次の働き方を考えたいと思っています。



※NICU 新生児集中治療室

第2回

おうちで出来る!

かんたん体操

『腰痛のひとへ』

リハビリテーション科 理学療法士 / 根本 敬













今月で2回目となる「おうちで出来る!かんたん体操!」 今回は「腰」の体操です。腰は体の要(かなめ)。 しっかいにわい、長く健康を維持しましょう!



🚺 片膝を抱えて背を丸める



ポイント

伸ばしている 足は、地面か ら浮かないよ うに! ② 両膝を抱えて背を丸める



ポイント

膝が胸に 付くくら いに!

3 両膝を倒して腰をひねる



ポイント

膝と膝は、 くっつけて ください!

ポイント

両肩が地面 から浮かな いように!







次のページへ続きます

5 両足を伸ばして前屈



ポイント

膝が曲がらな いように!

6 片足を曲げて前屈



ポイント

あぐらを かくよう に!

7 両足を曲げて前屈



8 仰向けで両膝を立てる



ポイント

足の裏と裏 を合わせま す!

9 お尻と腰を持ち上げる



ポイント

いちばん高 いところま で!

ポイント

おへそをの ぞき込むよ うに!



腰痛体操 ココちぇっく!

①~⑦の体操はゆっくり2~3回ずつ、 ⑧~⑩の体操は5~10回ずつ行います。 痛みが増したり、しびれが出る場合は 無理はしないで!

※ 12月は「膝体操」です。 乞うご期待!

『自分に打ち勝つことは、 勝利のうちで最大のものである。』

プラトン(古代ギリシャ:哲学者)

平成22年夏完成予定 移転先新病院のご案内



移転地住所

鎌倉市岡本外耕地1370-1

昨年より移転先の新病院の工事が始まり、完成予定の平成22年の夏頃まで一年をきりました。来年の夏以降移転予定となっております。

最新の工事の状況は、受付1・2横の廊下に掲示されております。また、新病院の模型なども展示しておりますのでよろしければご覧下さい。

追加情報などありましたら、お知らせ 致します。







9月の新病院建設現場です

-8月の新病院建設現場



ご希望の方は、平日八時~十七時、受付窓口にてお声掛け下さい。ぎ細などの説明をさせていただきをさせていただき

ボー 鎌倉総合 をしょうなんメール ります。ご自身で ります。ご自身で ります。ご自身で がます。がは、 がに掲載してみま をしょうなんメール



募真紙 メール メールなん

一般外来診療受付時間ご案内

Shonan Kamakura General Hospital

	午前診察受付	午後診察受付	夕方診察受付
受付時間	7 : 30 ~ 12 : 00	12 : 30 ~	16 : 45 ~ 19 : 00
総合内科	月~土曜日	×	土曜日は 月〜金曜日 救急内科です
外科	月~土曜日	月~金曜日 15:00まで	月~土曜日
循環器科	月~土曜日	×	×
小児科	月~土曜日	×	月~土曜日
整形外科	月〜水・(木)・金・土曜日 木曜日は手術日です 新患・急患のみ受診可能	×	火・金曜日
眼科	月~土曜日	×	×
泌尿器科	月~土曜日	水曜日 15:00まで	×
耳鼻咽喉科	月〜土曜日 ※土曜日の特診日は休診です	水・金曜日 16:00まで 金曜日は休 <mark>診</mark> の場合があります	×
皮膚科	月~金曜日 土曜日は休診です	金曜日 16:00まで	×
形成外科	月~土曜日 11:00まで	火曜日 15:30まで	月・水曜日
脳神経外科	月・火・木〜土曜日 水曜日は休診です	×	(A)
産婦人科	予約制です、電話でお問い	月〜土曜日 い合わせください。また、火・水曜日と金曜(の午前は手術日です。
心療内科	×	木曜日のみ 16:00まで	

救急 総合診療科

救急内科・救急外科・救急小児科

救急は毎日24時間対応しております。日曜・祝日は救急体制となります。

2科受付される場合は11:00まで、3科以上になりますと10:30までの受付となります。 また、健康診断の受付は11:00までとなっております。

※それぞれの受付開始時間の15分前に、整理券をお配りしております。

また、土曜日の午後の受付は、受付1・2で行いますのでお声掛けください。

耳鼻咽喉科は、土曜日に特診日があり、その日は休診日となります。特診日は月によって変わりますのでお問い合わせください。また金曜日の午後も休診の場合がございます。ご了承ください。 内科専門外来・呼吸器内科・心臓血管外科・脳卒中診療科・禁煙支援外来は予約制になります。 紹介状などお持ちの方は、まずお電話にてお問い合わせください。

また、その日の担当医等、詳しい内容は病院にて「外来診療のご案内」を配布しております。