

しゅうなん メール



湘南鎌倉
総合病院
広報誌

ShonanKamakuraGeneral
Hospital

医療法人 沖縄徳洲会 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

Vol. 36

2010年
3月号



写真のご提供
ありがとうございました



撮影：中村 富美子さん
撮影場所：大倉山の梅林

写真のご提供
ありがとうございました

撮影：吉崎 力さん
撮影場所：山梨県塩山



Contents

- 2P ドクター紹介
- 3P 特定健診まとめQ&A
- 5P お知らせ
- 6P シャトルバス時刻表案内

理念

「生命を安心して預けられる病院」

「健康と生活を守る病院」



ドクター紹介

血液浄化部 部長 日高寿美 Dr

はじめまして！ 湘南鎌倉総合病院血液浄化部、部長の日高寿美と申します。昨年秋より医療講演をさせていただいておりますが、最初にお話することは、“血液浄化“といういかにもこわそうな名前について説明させていただきます。日常の言葉で何かを浄化する・・・なんてあまりお聞きにならないでしょう？こわいですよね？

血液浄化部 で担当させていただいている医療の多くは、腎臓の働きが弱くなった方々のお手伝い、つまり血液透析をさせていただいています。週に3回、1回4時間の血液透析治療を、慢性腎不全の患者様達は受けていらっしゃる訳ですが、その治療を腎臓内科の先生達と透

析センタースタッフ（看護師さんや臨床工学士の人達）皆で協力して行っております。ということで、血液浄化というのは、血液透析のように、血液を患者様から取り出して、きれいにして、また患者様にお返しするという治療になります。その他、劇症肝炎という肝臓病の時の血漿交換療法や、悪玉コレステロール（LDLコレステロール）だけを取り除くLDLアフェリシス治療、潰瘍性大腸炎の時の白血球除去治療なども、血液浄化部で施行させていただいております。つまり、血液浄化部は、腎不全の患者様を多くは対象にしておりますが、その他にも種々の診療科と連携をとりながら特殊な治療をさせていただく診療部であります。

自己紹介 が遅れましたが、私は2009年5月より湘南鎌倉総合病院で勤務させていただいております。大学を出て内科の医局に入った時に腎臓の電子顕微鏡写真を初めて先輩に見せていただき、その美しさに感激して腎臓内科医を志しました。ですので、外来は主に腎臓内科の患者様を診察させていただいております。

趣味ですが、以前はよく山登りに行きました。高い山では北アルプスの奥穂高や槍ヶ岳、常念岳、そしてハケ岳の赤岳や甲斐駒ヶ岳などに登りました。が、ここ数年は全く登っていない状況です。もう一度トレーニングを少しずつ行って、高山の空気を胸奥深く吸い込みたい気分です。なぜ山に行かなくなったかは、ドイツのハイデルベルクに留学していた際にワインに目覚めたためかもしれません。ライン川の西岸にプファルツという一面葡萄畑の地域があり、6月や収穫の秋には小さな街々で毎週末ワイン祭りが開かれ、そこを訪れるうちにワイナリー巡りの味を覚えてしまい、段々ワイン好きになってしまいました。そんな訳で登れば気持ちが良いのですが、頂上に行くまで苦しい山登りより、ワインを飲んで音楽を聴いたり本を読んだりする方に流されてしまっている状況です。でもいつか、山に登ってからワインを飲むという極上の幸せに浸りたいと思います。

仕事の上では、患者様の腎臓の病気が進行しないように、また透析治療が必要になったとしてもそれが快適に継続できるようにお手伝いできれば幸いです。

シリーズ第3回目 皆様からの質問にお答えいたします！

皆様またまたお久しぶりです。外来副主任の手塚奈央子です。

お正月も終わりましたねえ。お餅やおせち、美味しい食べ物の影にメタボあり...

最近、体重計に乗ってますか？シリーズ第2回をご覧になって毎日乗ってる方♪素晴らしいです。

もし平成22年になってまだ1度も体重計と向き合っていない方は、当院にもございますので、ぜひお量り下さい。何事も早期発見が大切ですよ。

さて今回は「皆様からの質問にお答えします！」というテーマで書きたいと思います。

前回、メタボになりやすい10の質問で、私からの質問や呼びかけばかりでしたので、今回は医療職ではなく一般職代表として、皆様に日頃受付でごあいさつしていますマーケティング課の二人を招き、素朴な質問コーナーを設けました。

Q1. メタボリックシンドロームって一体何？

A. メタボリックシンドロームは“metabolism（代謝）”という言葉から派生された言葉です。日本では内臓脂肪症候群とも言いまして、この言葉が出来た背景としては、内臓脂肪が貯まると、貯まった内臓脂肪から血圧を上げて高血圧にさせる物質や、血糖値を上げて糖尿病にさせる物質、高脂血症にさせる物質がどんどん出されて、血管が固くなり心筋梗塞や脳梗塞を引き起こしやすい事が解ってきました。そこで、内臓脂肪が貯まって今後重大な病気になってしまう前に、メタボリックシンドロームという診断基準を決めて、診断を受けた方は保健指導士が働きかけ、病気になる前に脱メタボリックシンドロームを目指そうという考えです。

メタボリックシンドロームの基準は、

- ①腹囲が男性85cm・女性90cm以上
- ②BMI体重(Kg)÷(身長(m)×2乗)＝25以上

の①のみ、もしくは②のみで、③高血圧 ④高血糖 ⑤高脂血症 の③～⑤の内2つに該当する方は積極的支援、1つでしたら動機付け支援の対象者です。もしタバコを吸われる方は、それも合併症に該当します。タバコは血管を傷める大きな原因です。

Q2. 「特定健診」と「通常の健診」「ドック」との違いは？

A. 平成20年度に特定健診制度が開始になり、市町村で行われていた健診は特定健診に変更となっていました。まず、特定健診以前の健診に比べ、レントゲン項目が無くなりメタボリック判定に特化した形なので、「痩せてる私には無意味だわ」と思われがちですが、メタボを気にする方は勿論、そうでない方も肝臓の機能や腎臓の機能が調べられ、費用も健康保険組合の全額負担ならば無料で受けられますので、ぜひ受診をお勧めします。

人間ドックは、自費でご自身で申し込まれて行われる検査システムで、採血や尿検査、レントゲン・CT・超音波・内視鏡など詳しく調べられる検査を組み合わせ、体の細部まで調べて健康具合を知る事が出来ます。自費ですので高いと思われる方もいらっしゃると思いますが、現在の日本では健診でここまで調べられるシステムは存在しない事を考えると、何かの機会にドックをご受診頂くと良いと思います。当院でドック受診を希望される方は、湘南鎌倉総合病院健康管理センター（0467-44-1454）にご連絡下さい。お待ちしております。

Q3. 特定健診の受け方

A. 特定健診は、まず皆様が加入されている健康保険組合から受診券が送られてきます。加入先の保険組合によって受診できる病院が異なりますので、当院が受診できる保険機関に該当されるようであれば電話でご予約下さい。特定健診は年に1回のみ受診で、例年と比べ良くなっているかを比較していきますので、可能であれば毎年同じ医療機関で受診される事をお勧めします。

Q4. 受診しなかった場合、ペナルティーはあるの？

A. 受診されなかったご本人への直接ペナルティーはありません。ですが、加入先の保険組合毎の特定健診受診率、その内どれだけの方が保健指導対象となったか、保健指導対象者の指導受診率とその後の改善率等により、それぞれの健康保険組合で成績が出され、その成績により、今後行政から保険組合へ支給される補助金額の増減に関わってきます。

Q5. 保健指導の対象となった後、 どのようにその次のステップに行けばよい？

A. 皆様が受診された特定健診の結果から、受診機関が動機付け支援や積極的支援の保健指導対象者を判定し、結果を皆様にお送りします。そして結果をご覧になって保健指導対象者となっていた場合、健診受診時と同じ様に保健指導を行っている病院のリストをご覧になって頂き、やはり当院が該当されましたらお電話下さい。6ヶ月間かけて食事と運動の調節をし、体重や腹囲を減らすように私達も一緒に頑張っていきます。

Q6. 特定健診を行っている病院はどのように調べた方がよい？

A. どこの病院や診療所で特定健診を受けられるかは、健康保険組合との契約により限られています。健康保険組合から受診できる医療機関のリストが送られますので、その中から選んでご予約下さい。ご連絡される場合、特定健診の受診券や、過去に受診された医療機関であればその診察券を予めご用意頂くと、予約がスムーズだと思います。

★質問コーナーの感想★

<高橋> 受付でよくある質問を今日は現場のプロにぶつけてみました。

良く耳にしている言葉でも、意外と説明できないものです。とても勉強になりました。ありがとうございます。

<黒葛原> 2年前に開始された制度で、なかなか聞きにくかった事なども一緒に質問させて頂きました。将来を含めた健康を考えるいい機会になればと思います。ありがとうございました。

<手塚> 医療者の仲間内だけで話していると、受診される方々がどんな事を疑問に思っているかが段々分からなくなってしまふんです。今日は私も勉強になりました。ありがとうございました。



湘南鎌倉総合病院 健康管理センター

電話番号：0467-44-1454

場所：湘南鎌倉総合病院 5階 健康管理センター

平成22年秋頃完成予定 移転先新病院のご案内

平成20年より移転先の新病院の工事が始まっております。完成予定は今年の秋頃。その後9月には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横の廊下に掲示しておりますので、よろしければご覧下さい。また、新病院の交通のご案内なども、院内掲示での案内や正面玄関前カウンターなどで配布しております。今後交通のご案内内容が変更になることもございます。変更があり次第院内掲示・配布物などを更新いたします。尚、移転近くにご受診の方はご確認ください。



移転地住所

鎌倉市岡本外耕地1370-1

現在躯体の工事は全て完了との事です。内装の工事も15階まで進んでおり、5月中旬には建築工事自体は終了する見込みです。

最寄駅から新病院までの交通手段については、当院のシャトルバスは運行いたしますが、ルートの検討中の為、今後新しい情報が入り次第お知らせさせていただきます。

公共交通機関をお使いいただいております。お越しになる場合については、現在のところ大船駅西口より神奈中バス③番線「藤沢駅北口」「城廻中村」行きにて「公会堂前」下車が移転先の病院より近い停留所となっております。

また④番線「南岡本行」にて「南岡本」下車からご利用いただけます。

お車でのお越しの方は左の地図もご参考いただければと思います。また周辺は混雑が見込まれますので、予め御了承ください。

詳しくは院内の配布物「新病院案内交通機関のご案内」にてのご案内しておりますので、こちらも御覧下さい。



藤沢・大船間地図

● 湘南鎌倉総合病院 無料送迎シャトルバス時刻表 ●

【ご案内】

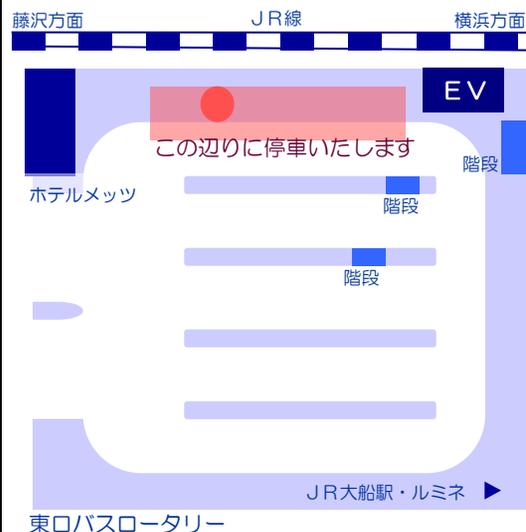
- ※印の時間は土曜運休となります。
また日曜日祝日は全て運休です。

● 大船方面行き ●

湘南鎌倉総合病院行き			
かさまクリニック 発	ビッグオレンジ C棟ラウンジ前	大船駅 ホテルメッツ 付近発	湘南鎌倉総合病院 着
		7:10	→ 病院直行
		7:35	→ 病院直行
		8:00	→ 病院直行
		8:25	→ 病院直行
		8:55	→ 病院直行
9:00	→ 9:03	→ 9:10	→ 病院直行
		9:25	→ 病院直行
		9:55	→ 病院直行
10:00	→ 10:03	→ 10:10	→ 病院直行
		10:25	→ 病院直行
		10:55	→ 病院直行
11:00	→ 11:03	→ 11:10	→ 病院直行
		11:25	→ 病院直行
		11:55	→ 病院直行
12:05	→ 12:08	→ 12:15	→ 病院直行
		12:25	→ 病院直行
		12:55	→ 病院直行
		13:25	→ 病院直行
		13:55	→ 病院直行
※ 14:20	→ 14:23	→ 14:30	→ 病院直行
		15:15	→ 病院直行
※ 15:20	→ 15:23	→ 15:30	→ 病院直行
		15:45	→ 病院直行
		16:15	→ 病院直行
※ 16:20	→ 16:23	→ 16:30	→ 病院直行
		16:45	→ 病院直行
※ 17:10	→ 通過	→ 17:20	→ 病院直行
※		17:45	→ 病院直行
※ (病院行き終バス)		18:15	→ 病院直行

大船駅経由かさまクリニック行き			
湘南鎌倉総合病院 発	大船駅 ホテルメッツ 付近	ビッグオレンジ C棟ラウンジ前	かさまクリニック 着
7:25	→ 駅直行		
7:50	→ 駅直行		
8:15	→ 駅直行		
8:30	→ 駅直行 8:36	→ 8:40	→ 8:50着
8:45	→ 駅直行		
9:15	→ 駅直行		
9:30	→ 駅直行 9:36	→ 9:40	→ 9:50着
9:45	→ 駅直行		
10:15	→ 駅直行		
10:30	→ 駅直行 10:36	→ 10:40	→ 10:50着
10:45	→ 駅直行		
11:15	→ 駅直行		
11:30	→ 駅直行 11:36	→ 11:40	→ 11:50着
11:45	→ 駅直行		
12:15	→ 駅直行		
12:45	→ 駅直行		
13:15	→ 駅直行		
13:30	→ 駅直行 13:36	→ 13:40	→ 13:50着
13:45	→ 駅直行		
14:10	→ 駅直行		
14:50	→ 駅直行 14:56	→ 15:00	→ 15:10着
15:05	→ 駅直行		
15:35	→ 駅直行		
15:50	→ 駅直行 15:56	→ 16:00	→ 16:10着
16:05	→ 駅直行		
16:35	→ 駅直行		
16:50	→ 駅直行 16:56	→ 17:00	→ 17:10着
17:35	→ 駅直行		
18:05	→ 駅直行		(大船駅行き終バス)

- 渋滞などにより、出発時刻が遅れる場合があります。(特に雨天や土曜午前より)
- 車内での携帯電話のご通話は、御遠慮願います。
- 湘南鎌倉病院のバスは、他の介護車等の乗降を優先する為、出発直前まで乗車の為の玄関横付けができないことがあります。
- 大船駅構内での乗車降車位置に多少の変動が生じる場合がございます。
- バスは座席のみの御利用になりますので、満員の場合は事故防止・安全確保の為に乗車をお断りする場合がございます。尚、大船便のバスの定員は27名となっております。
- 車椅子でのご乗車はロックが出来ない為、安全の観点からお断りさせていただいております。御了承ください。



● ビッグオレンジの乗降場所
湘南鎌倉総合病院行きは C棟ラウンジ前の向かい側歩道です。
かさまクリニック行きは C棟ラウンジ前の歩道となります。

● 葉山方面行き ●

湘南鎌倉総合病院行き			
葉山ハートセンター 発	葉山ダイケアクリニック	北鎌倉駅 鎌倉駅 逗子駅 周辺	湘南鎌倉総合病院 着
9:10	→ 9:13	→ 通過	→ 10:10
11:30	→ 11:32	→ 通過	→ 12:30
14:30	→ 14:32	→ 通過	→ 15:30
16:50	→ 16:52	→ 通過	→ 17:50

葉山ハートセンター行き			
湘南鎌倉総合病院 発	北鎌倉駅 鎌倉駅 逗子駅 周辺	葉山ダイケアクリニック	葉山ハートセンター 着
8:00	→ 通過	→ 通過	→ 9:00
10:20	→ 通過	→ 通過	→ 11:20
13:20	→ 通過	→ 通過	→ 14:20
15:40	→ 通過	→ 通過	→ 16:40

● 葉山ダイケアクリニック前の乗降場所

湘南鎌倉総合病院行きはクリニック向かい側の歩道です。 葉山ハートセンター行きはクリニック前の歩道です。

● お問合せ先 ●

- 湘南鎌倉総合病院 0467-46-1717
- 葉山ハートセンター 046-875-1717
- 湘南かさまクリニック 045-895-1717
- 葉山ダイケアクリニック 046-876-3811

葉山方面行きシャトルバスのみ途中下車が可能となっております。**大船方面行きでは出来ません。**途中下車につきましては、出発前と下車場所付近で運転手に一声お掛けください。
尚、途中乗車につきましては一切お断りしております。
予め御了承ください。

葉山方面行きバスは、JR鎌倉駅・逗子駅及び、京急新逗子駅には参りません。
駅周辺での下車をお願いしております。
予め御了承ください。