

New
第56号
2019
新春

鼓翼

HABATAKI
Hakodate NeuroSurgical Hospital Journal

鼓翼(こよく)と書いて
「はばたき」。
勢いのある、気の漲った
鳳の羽の一打ちのような
生命のきらめきを、すべ
てのひとが享受できます
よう思いを込めて。

お問い合わせ
〒041-0832
函館市神山1丁目4番12号
☎0138-53-6111
http://hnh.or.jp

「市民公開講座 2018 の御礼」 2頁

ことしも市民公開講座が無事に終わりました。「脳卒中
最前線!」と題し当院の専門分野を4つのテーマに分けて
の講演となりました。多くの皆様のご来場に感謝致します。



新年の
ご挨拶

院長
しまぎきみつりのり
嶋崎 光哲

どうか今年も、転ばない1年を。



「転ばぬ先の、
知恵。」 6頁

HAKODATE NEUROSURGICAL HOSPITAL
リハビリテーション科科长
いしだりょうすけ
石田 亮介
認定理学療法士
転倒予防指導士

新年明けましておめでとうございます。
みなさんはお正月、心身共にリフレッ
シュできたでしょうか? 昨年は台風
や北海道胆振東部地震、またそれに伴
うブラックアウトと自然災害に対する
人間の無力さを改めて実感した方が多
かったと思います。しかし平昌オリ
ピックでのスピードスケート高木姉妹
やカーリング女子の大活躍、また大
リーグでは大谷翔平選手の大活躍、
サッカーJ-1 コンサドーレ札幌の4位
などいっぱい元気をもらった方もた
くさんいたと思います。今年は天皇陛下
が退位され平成から新しい元号に変わ
ります。次の時代はどんな時代になる
でしょうか? みんなが夢を持って健
康で幸せな時代になればいいと思
います。道南地区も他の地方都市と同
じように人口減少、少子高齢化が進
み、いろいろな問題をかかえています
がこれほど自然に恵まれ、食べ物も
おいしくて、住みやすい所はほかに
はあまりないと思います。当院も『
脳と脊髄と心臓を守る』ことで皆
さんの健康の一翼になりたいと思
います。今後も『思いやりの心』を
大切に、地域の皆さんに愛される
病院を目指して頑張りたいと思
います。どうぞ今年も、宜しくお
願い申し上げます。

院長 嶋崎 光哲

「物理療法室より」 6頁

低出力レーザーの紹介

5頁「臨床工学室より」

HBO (高気圧酸素治療) の紹介



HAKODATE NEUROSURGICAL HOSPITAL
循環器内科医師
よしたにたかし
吉谷 敬

ときどき、
脚がナゾに痛くなるあなた。

「おしえて! ドクター!」 4頁

腰部脊柱管狭窄と末梢動脈疾患 (PAD)



病院
公式
サイト

そのマスクちょっと待った 7頁

「インフルエンザ」

感染対策委員会 注意喚起

医療法人社団 函館脳神経外科
函館脳神経外科病院
HAKODATE NEUROSURGICAL HOSPITAL

A NEW DOCTOR
「はじめまして!」
いしかわこうへい
石川 耕平 医師 7頁



函館脳神経外科病院開院31周年記念

市民公開講座

御礼

「脳卒中最前線！」

敵を知り己を知れば百戦危うからず

2018年11月17日におこなわれた市民公開講座はおかげさまで無事終了いたしました。

たくさんのご来場まことにありがとうございました。

今後も皆さまのご健康に寄与できる企画を、行なってまいりたいと考えております。

脳卒中予防 10ヶ条

脳卒中における画像検査

脳卒中リハビリの今

脳卒中最前線

脳卒中最前線

2018



Miho Nagao



Masahiro Ara



Shouichi Iwamoto



Takaaki Yamazaki

今回のテーマは、ズバリ脳卒中における「今」の取り組みについて、当院各職種が行なっている最前線の治療・検査・関わりを紹介する内容でご案内いたしました。急性期医療から地域包括ケアへのつながりについて、ご理解を深めていただけましたでしょうか。「敵を知り、己を知れば百戦危うからず」との故事にならって、ご家族でも正しい知識を共有され、家族ぐるみの予防と治療対策にお役立ていただけますように。

4つの演題から・・・気になるフレーズをちょっとだけご紹介！！

日常生活に支障のない、「健康寿命」をより長く保つことを目指しましょう	当院、病気の最初の発見部署にアジア初の高性能MRIが導入されています
生活習慣の改善で、脳卒中の原因となる高血圧・不整脈・動脈硬化などを防ぎましょう	圧倒的高画質、0.9mmの動脈瘤も確認できることから、経過観察にも優位です
患者・家族・医師・看護師・専門士の協調、とくに患者様本人の前向きな意思こそが回復を導きます	従来より格段に静音、なんと3分で検査完了可能です。患者様の負担が極力減じられた最新機がスゴイ
理学療法士・作業療法士・言語聴覚士 当院には50名ものリハビリ専門スタッフが充実！	血管の状態・詰まり方は全部ちがう。それを徹底的に調べ上げ、もっとも適切な治療方法を選択します
早期、急性期にリハビリでなるべく良い状態へと回復の足がかりを積極的に作るのが使命です	道南にはドクターヘリも配備されており、「脳卒中センター直通（ストロークバイパス）」の高度救急医療が充実
血栓は薬で溶かしたりカテーテルでステントを入れての吸引や削除が可能、歩いて帰ることができるほどのレベルへ	脳卒中センターで高度な脳卒中治療が可能だが、必ずしもすべてに手術が必要なのではなく、薬物・身体の管理・リハビリなどのチームでさまざまなアプローチで



当日のアンケートから

たくさんのご回答ありがとうございました。一同、次回への大きな励みとなります。いただいたご意見ご感想はすべて参考にさせていただきます、よりよい開催へと高めてまいります。

「4講座とも大変平易な言葉を選んで頂き、理解しやすかったです。脳卒中の知識が得られ良かったです。」

「2年前から高血圧で服薬しているので、本日の画像説明で理解度が上がり気分が明るくなりました。」

「山崎先生の優しい話し方。分かりやすい説明でした。先生でもラーメン、牛丼食べるんですね。安心した。」

「新しいMRIの知識が深まりました。とても解りやすくして検査を受けたいと思った。」

「わかりやすく知識を頂きました。また、貴院の存在が函館には非常に大切とおもいました。」

「貴院が患者に寄り添ってくれる理念が伝わりました。特に貴院でやっていること。希望、期待を持ちました。不安は少しなくなりそうです。」

「動きあり、笑いあり、基本的な事から専門的な部分も含め、楽しい時間を過ごす事ができました。また予防、早期治療の大切さを再確認しました」

「実際に発生した画像をもとに詳しく説明され、大変参考になりました。私たち年齢が重なるも多く発症しやすい状態で我々には気付かない事が多い。MRIは素晴らしい機械ですね。平常時でも診察の機会があれば受診したいです。」

「自分に病気が出来たら是非こちらでMRI検査をしてもらいたいと思った。」

「内容が濃くて良い」

脳卒中とは

脳動脈が「詰まる！」**脳梗塞** 「破れる！」**脳出血**

突然バツで頭を殴られたような痛み
ストローク
「STROKE」と呼ばれます

ご家族やまわりの人のこんな症状に気づいたら？
FASTを覚えておきましょう。

CHECK▶▶▶

F =Face (顔の麻痺は?)
A =Arm (腕の麻痺は?)
S =Speech (言葉・ろれつは?)
T =Time (発症時刻は? →すぐ連絡!)

保存版

はみだしコラム
しょうじと力説いたしましたばツかりに、責任稿なんだとか。そんなには是非ともオモシロイ落語のひとつもご紹介すべし、と。にてエナワケで。面白いオモシロイハナシ...と。アレもいいし...、え？字が小さくて読めない？仕方がありません。ハミダシだてエンでございませうから。おつとコリヤ紙幅が足らねえ



腰部脊柱管狭窄
と
末梢動脈疾患

おしえて!ドクター!

病名が難しいですが非常に身近なトピックで、僕が家族にも気を付けていることのひとつです。みなさん、ぜひとも知ってください。

循環器内科 吉谷 敬 先生

末梢動脈疾患 PAD (Peripheral Arterial Disease) について知っていただきたいお話です。

腰部脊柱管狭窄は「骨と神経の病気」。末梢動脈疾患は「血管の病気」。両者はまったく違うのですが、実は、この2つの病気が症状がよく似て実にまぎらわしい。脳梗塞や心筋梗塞、狭心症と比べ、末梢動脈疾患の認知度はとても低く、30歳~60歳の一般の方800人を対象にしたインターネット調査では、わずか6.3%です。末梢動脈疾患なのに腰部脊柱管狭窄と診断されているケースやその逆、そして2つを合併しているのに正しく診断されていないケースが…実際にあります。

みなさんまたはご家族に、ときどき脚に何かわからない痛みを感じ、おもわず歩くのを止めてしまうけれども少し休むと痛みが消えてしまう、それで何事もなかったことにして日常をやり過ごす、といった場面…。心当たりはありませんか?

それは、

腰痛から来る痛み
腰部脊柱管狭窄

下肢の虚血による痛み
末梢動脈疾患

判断材料は?



- ☑ 「加齢」
- ☑ 「間欠性跛行」
- ☑ 「休む体勢」

- 60歳以上ですか?
発症しやすい年齢も共通しており、ともに「60歳以上」です。
- 長く歩くと痛み、休むと回復?
間欠跛行は、長く歩いていると腰痛や脚のしびれ・痛みなどの症状が強くなって正常な歩行が難しくなり、少し休むと回復して再び歩けるようになるものです。
- 前かがみで? 直立で?
腰部脊柱管狭窄の場合は前かがみで休んですぐに症状がやわらぎますが、末梢動脈疾患の場合はまっすぐに立って休み、10分程度で痛みがなくなります。

※腰部脊柱管狭窄症患者はおよそ365万人と言われてますが、下肢動脈疾患患者はそれ以上。両方の合併では7~26%いるといわれています。

なぜ起こる?

下肢の動脈硬化等により末梢部位の血管が狭まり虚血する
運動不足? 食習慣? 喫煙習慣? 糖尿病? 高血圧? 慢性的に脱水気味? 毛細管の弱体化? 加齢そのものが原因なのではなく、これまでの習慣や身体環境の傾向が年月の累積で露呈するに至ります。

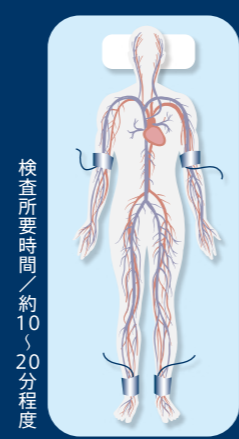
治療できる?

身体の状態・症状に応じた薬物治療・運動療法のほか、必要のある場合においては手術による治療がおこなわれます。
カテーテル治療 (バルーン拡張/ステント留置)、バイパス手術 (詰まった部位を迂回して血液を流す)

診断方法は?

2つを併発している場合もあります。末梢動脈疾患かどうかは、**腕と足の血圧を同時に測定するABI検査**が比較的簡単で診断の大きな手がかりとなります。脊柱管狭窄を治療しても症状が良くならない場合はABI検査を受けてみてはどうでしょうか。

「気になったらまずはABI検査を。」?



検査所要時間/約10~20分程度

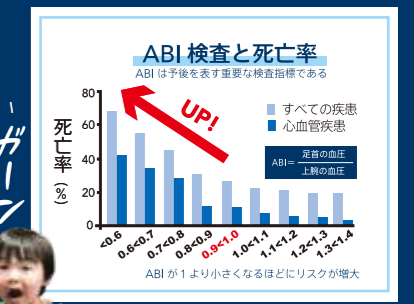
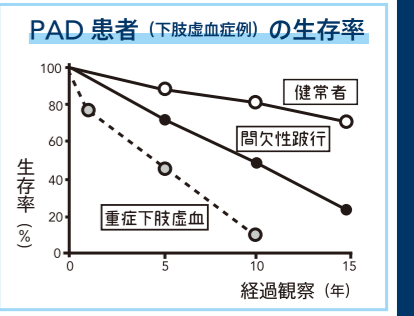
ABI検査 何?

足関節上腕血圧比 (Ankle Brachial Index) といい、血管の詰まり具合が測定できる検査です。足首と上腕の血圧の比率を割り出します。心臓よりも遠い足首のほうが血圧は高いのが正常なのですが、下肢動脈の内膜が硬化したり狭くなっていると、血圧は低下してしまいます。

ダメな理由?

動脈が固くなったり閉塞すると、重症の場合は下肢の壊死にまで及ぶ可能性があります。動脈硬化は一箇所でもあるならば、全身どこにでも起きている可能性が高いものですから、さまざまな病気の発症リスクとなります。気になったら早期発見に努めましょう。

ABI = $\frac{\text{足首の血圧}}{\text{上腕の血圧}}$
0.9~1.0 境界値
≥0.9 該当の下肢に狭窄疑感



臨床工学室より 函館脳神経外科病院 臨床工学室 何?

臨床工学室は、複雑高度な医療機器を取り扱う専門技師のいるところです。今回は、気になる緑のカプセルマシンを紹介いたしましょう。

高気圧酸素治療法

近頃、スポーツ選手が怪我や疲労の回復を目的に、高気圧酸素治療 (酸素カプセル治療) を受けたという話を耳にしたことはないでしょうか? 高気圧酸素治療は写真のような透明なカプセルの中で加圧 (大気圧の2倍から3倍程度) をしながら酸素を吸うことで血液中の酸素の量が増え、体の隅々まで酸素が行き届き、怪我や病気からの回復を早めることを目的とした治療です。治療は通常1日1回行い、治療回数は病気や症状によって異なりますが大抵は10回多い時は30回程度治療を行ないます。



当院では主に、脳梗塞等の脳血管障害を行うほか脊椎管狭窄症等の脊椎管狭窄疾患、骨髄炎、一酸化炭素中毒、減圧症 (潜水病) に高気圧酸素治療を行っています。また近医からの紹介で突発性難聴や網膜動脈閉塞症等の治療を行うことも可能です。高気圧酸素治療は入院治療だけではなく外来通院でも治療可能なケースがありますので、お困りの際は当院へご相談ください。



高気圧酸素治療は患者様の安全のため担当技師が常にそばにいますので安心して治療を受けていただけます。治療の際は専用の治療着 (綿100%素材) に着替えていただきます。カプセル内にカイロや湿布、機械類を持ち込むことはできません。治療時間は90分かかりますが、テレビの視聴・手足を動かす・横を向く・眠る、などは自由です。加圧時に耳への圧迫感を感じ時には耳が痛くなることがあります。対策としては、唾を飲み込み大きくあくびをします。また指で鼻をつまみながら口を閉じて軽く鼻をかむようにして下さい。これらの動作によって耳の痛みは軽減していきます。

転

ばぬ先の、知恵。

転倒予防には、適度な運動をする、家の中の整理整頓、杖や歩行器など必要に応じた歩行補助具の利用などがあります。また、転倒しないことも重要ですが、転倒しても怪我をしない強い身体づくりも重要です。運動に加えてバランスの良い食事を摂ることや適度に日光にあたることも大切です。雪が積もって外出が少なくなる季節ですが、家の中で日当たりの良い場所を見つけて日向ぼっこしながらのんびり読書なんてどうでしょう？元気に冬を乗り切りましょう。

いしだりょうすけ
リハビリテーション科科長 石田 亮介
(認定理学療法士・転倒予防指導士)

転倒は老若男女を問わず発生しますが、特に高齢者の転倒は骨折や頭部外傷の引き金にもなり、場合によっては後遺症を残すこともあります。冬場の北海道では凍結路面での転倒が危惧されますが、できるだけ転倒なく過ごし、暖かい春を迎えたいものです。



日本転倒予防学会は、高齢者に「安全で効果的で楽しい」転倒予防の内容と方法の確立と普及、啓発につとめている団体です。活動の一環として毎年転倒予防川柳を募集し入賞作品を公開しています。ぜひ、作品を交えて転倒を表現していますね。



「適度な運動」 「家の整理整頓」 「歩行補助具の利用」 「怪我をしない身体づくり」 「日向ぼっこ」

A NEW DOCTOR

Dr. Kouhei Ishikawa 「初めまして、石川 耕平と申します。」

いしかわ こうへい

東京慈恵会医科大学 平成26年卒



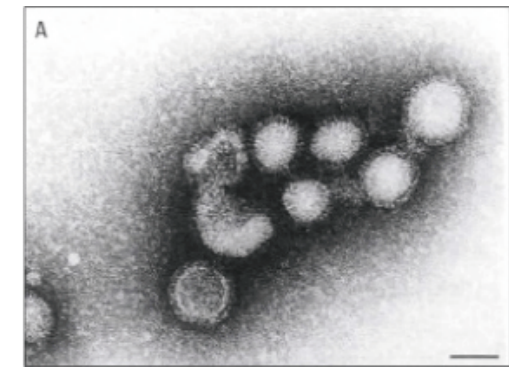
2018年10月から函館脳神経外科病院に着任いたしました。私と同じ立場で過去に出張していた先生方から函館脳神経外科病院の素晴らしさを聞いておりました。今回の出張を心待ちにしておりました。現在3ヶ月間勤務した感想ですが、忙しい中でもスタッフの皆さんがこちらの負担が減るように気遣ってくれており、働きやすい環境を作ってくださっている

と感じております。同じくその秋、福島町駅伝大会に急遽参加することにもなり、ずいぶんバテバテでしたが何とかたすきを繋ぎました。今年は、初の函館フルマラソンを走るべく雪解けから練習に励みます。身体も鍛えつつ、医師として病院にも皆様にも貢献できるよう努力して参りますので、どうか本年度も宜しくお願い申し上げます。

コロナ感染対策委員会

この時期の猛威! インフルエンザ についてのお話

インフルエンザは毎年世界中で流行する呼吸器感染症です。インフルエンザウイルスは1万分の1ミリというとても小さなウイルスで気道の粘膜に吸いついて細胞内に侵入します。細胞分裂を繰り返し、感染してから1~2日で発症します。ワクチン接種は、インフルエンザを100% 予防するものではありませんが、重症化を防ぐことができるため有効です。



A型インフルエンザウイルスの電子顕微鏡写真
加地正郎編:インフルエンザと感染症候群2版,南山堂,東京,2003.

感染経路は2つあります。まずは、くしゃみや咳をした時に飛び散ったウイルスを吸い込んで感染する飛沫感染。もう一つは、くしゃみや咳、鼻水などウイルスが付着した手でドアノブやスイッチなどに触れ、そのドアノブに触れた別の人が、その手で口や鼻、目などを触って感染する接触感染です。



環境表面に付着したウイルスは、2~8時間はその場で生き続けられると言われています。インフルエンザにかからない・うつさないために大切な事は、咳やくしゃみが出る時・人混みの中に出かける時は、①正しい方法でマスクをつけること、②外出先ではむやみに手で顔を触らないこと、などが重要になります。とくにマスクは、正しく装着しなければ意味なしマスク!おたがいにきちりダメ出し、きっちり予防!要チェック!! ▶▶▶▶▶

感染対策委員会:伊藤 美穂

そのマスク! ちよつと待った



物理療法室より 函館脳神経外科病院 物理療法室 何

物理療法室は、様々な部位への物理的エネルギーによる治療を行なうところです。今回は、リハビリされている患者様方にも助けとなるレーザー治療をご紹介します。

低出力レーザー

レーザー光線を使用した治療は痛みや刺激もなく、疼痛への効果の高い治療となっています。

「痛みの元になる炎症物質の代謝を促進させる」

「神経の興奮を抑える」

などということで痛みを和らげる効果があります。適応するものとしては肩こり、腰痛、膝痛など。

「整形さんで電気をかけてもらっても良くならない…」、「整骨院でレーザー（暖くなる光線）かけてたけれど変わらない…」というご経験がある方も、もしかしたら和らぐ可能性があります。ご興味を持たれた方、ご希望される方は一度、当院の医師・看護師にご遠慮なくご相談ください。



後記

あたらしい年を迎えました。一年の計は元旦…。健康の種をまくスタートとなりましたでしょうか、それとも…。何より家族が互いに過剰に心配しあうことなくそれぞれ健康で朗らかに心易く過ごせることを目指したいですね。予防できることはなるべく予防に徹し、人に優しく。みんなが誰かの家族。たくさんの情報が錯綜する世ですが、基本的に与えられた誰にもできる健康のベースは運動・栄養・休息。水分補給も十全に、冬を乗り切ってください。

病院理念

- 一 私たち職員は、生命を尊び、病院の理念を実践するとともに、患者さんの権利を尊重し、お互い協力し合い、信頼される医療を提供します。
- 一 私たち病院は、「思いやりの心」を大切にし、発症急性期より専門的治療の実践を目指します。
- 一 常に前向きに研鑽を深め、患者さんや家族の方が満足できる、安全で良質かつ高度な「チーム医療」を提供します。
- 一 地域の医療機関と「連携」を密にし、地域医療の向上に貢献します。

HAKODATE
NEUROSURGICAL
HOSPITAL

ぶつぶつ云ったらずがついた。粹があるってのはいいもんだ。改めまして副院長の妹尾です。落語の話ね。味のある古典落語もソリヤ良ござんすが、腹を抱えて笑うてエことになると、創作落語もなかなか捨てたもんじゃあないネ。まずア取ツつきやすいところで、春の旅行シーズン控えて、立川志の輔の「みどりの窓口」なんてどーでえ、エエ？あとアそうさネ、それなりに聞いてそうなる旦那。柳家喬太郎の「落語の大学」もなかなかどうしていけますぜ。どちらも今流行りのYouTubeに落ちてナント木戸銭もいらねえってんだから、まったく有難エ世の中になったもんだネ。

患者さんの権利

- 誰もが良質で最善の医療を受ける権利
- プライバシーを尊重され、診療についての情報を得る権利
- 選択と同意に基づく医療を受ける権利

患者さんの責務

- 医療提供者に対し、患者さん自身の健康に関する情報を提供してください。
- 治療を受ける上で、理解出来ないことがあれば質問してください。
- 病院職員の医療提供がスムーズにおこなえるよう協力してください。

Dr. 妹尾は
お落語が
好き



公式サイト <http://www.hnh.or.jp>

リクルートサイト <http://r.hnh.or.jp>