

2011年 今年のテーマ



副院長 内藤博邦

ここ数年の医療のキーワードは“連携”です。特に、地域医療の場では様々な職種の方々、他の病院の先生、地域の担当者、老人施設のスタッフとの連携が必要になっています。当院では、医師やソーシャルワーカーだけでなく、看護師、事務などのメディカルも一体となって“地域の連携”に取り組んでいます。より安心、信頼される連携のパイプ役になれるよう心がけたいと考えています。



看護師長 齋藤 令子

早いもので内藤病院に入職して一年を迎えます。今年は少し回りを見渡し、看護部として向上していけるよう、気配りができればと思います。また、ご高齢の患者さんが多くなりましたので、老人看護領域にも力を入れ理解を深める一年にしたいです。働く時はしっかり働き、遊ぶ時もしっかり遊ぶメリハリのある生活を送り患者さんが、安心して入院できる病院をめざして、頑張ります。



事務長 古家 譲

当院の永遠のテーマであります「地域のかかりつけ病院として、地域の皆様に安心して受診いただける」ように役割と責任を果たして参りたい。また地域社会の連携を大切に、医療、看護、福祉を通じ地域ニーズに積極的に対応し信頼される病院を目指します。

渋谷区医師会が移転しました

渋谷区医師会と看護学校(平成23年4月より)が、新築された渋谷区文化総合センター大和田(旧:大和田小学校跡地)の9階へ移転しました。文化、教育、健康、福祉に関わる区民活動の拠点として、また、多様な文化活動の発表、鑑賞、参加の場を提供するために建てられた同センターの12階には、8年前に渋谷から消えたプラネタリウムも復活しています(コスモプラネタリウム渋谷 一般600円、小中学生300円)。他に、伝承ホール・さくらホール・図書館・保育園・区民健康センター・多目的アリーナも入って、全開設は、2012年7月の予定。



事務主任 尾根幸作

表紙の風景

寒さも峠を越したかな?と思わせる暖かさの中、代々木八幡様から初台駅に向かって歩いていた。フラワーショップの色とりどりの花に足が止まる。再び歩き出したそのとき、街路灯の上にある銀色の楽器が、数百メートル先にあるオペラシティと一緒に目に飛び込んできた。そのとき撮った写真も、距離感が狂ったようで何だかおかし。

内藤病院の理念

- 患者さんの意思を尊重し、信頼関係に基づいた医療サービスに務め、患者さんに満足していただける病院を目指します。
- 地域社会との連携を大切に、医療、看護、福祉を通じ地域ニーズに積極的に対応し、信頼される病院を目指します。
- 人にやさしく、よりよい医療が提供できるよう研修、研鑽致します。

診療科目

内科・胃腸科・呼吸器科・外科・整形外科・放射線科・乳腺科・麻酔科・代謝性疾患(糖尿病・高脂血症) など

診療受付時間

平日 午前8時30分～11時30分/午後1時30分～4時30分
土曜日 午前8時30分～11時30分/午後1時30分～4時30分
●休診 日曜日・祝祭日・年末年始
◆救急指定病院 ◆(財)日本医療機能評価機構認定病院



医療法人 内藤病院

〒151-0061 東京都渋谷区初台1丁目35番10号 Tel.03-3370-2351(代)

こんにちは 内藤病院です

26
2011.2



今年のスタートどうですか?

昨年は「新型インフルエンザ」で始まり、夏には記録的な「猛暑」に打ちのめされました。民主党政権になって初めての「診療報酬改定」には期待しましたが、医療崩壊の進行を食い止めるには焼け石に水でした。さらに友人である「安藤たかお」は参議院選挙に負けてしまったし・・・と振り返れば散々な感じの1年でした。

そんな中で特に感じたことは、社会そのものが不安定で先の見えない中、医療現場にも高齢化や生活の問題がそのまま持ち込まれることが多くなったこと。今や病院は社会問題の縮図のような状況になってきました。

今年は心機一転、1月2日に獅子舞に頭を噛んでもらって良い年にするぞ!と張り切っていたところ、サッカー アジア杯で日本優勝! これを弾みに「チーム内藤」で頑張っていたいこう! まずは4月の病院機能評価更新受診だ!

PS:「キツアメリカムシクイその②」

ところで覚えている方もいると思いますが、鎌倉にいたかわいい「キツアメリカムシクイ」君はその後どうしてしまったのでしょうか、私が始めて見たのは昨年の4月4日で、それ以後一度も出会いませんでした。あんなにたくさんのバーダーに囲まれていたのに・・・、気になるのでネットで調べたら、その少し後に旅立っただけ。でも、あのときの飛来が日本初記録として日本鳥学会誌に掲載されたそうです。「その①」として書いたままだったのでやっとこれで区切りつけられました。



PS:「マンモグラフィ検診」

昨年12月から渋谷区マンモグラフィ検診を当院でも受けていただけるようになりました。受診をご希望の方は電話、窓口でご予約ください。

ホームドクターカード
HOME DOCTOR on CARD

52
2011.2

ご自宅で保存しご利用ください。

NAITOH HOSPITAL

家庭でできる健康チェック

ノロウイルスって何?

ノロウイルスとは感染性胃腸炎の病原体の一つです。手の指や食品などを介して口から感染したウイルスは腸管で増殖し、嘔吐、下痢、腹痛などを起こします。ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は一年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。

医療法人内藤病院

〒151-0061 東京都渋谷区初台1丁目35番10号 Tel.03-3370-2351(代)

●内藤病院外来担当表 (平成23年2月1日現在)

診療受付時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前 8:30~11:30	1診 副院長	院長	院長	吉井	院長	院長
	2診 院長	副院長	原	南部	森田	吉井
午後 13:30~16:30	1診 三五	石代	吉井	副院長	副院長	※(交代)
	2診 金子	南部	南部	吉井	大屋	吉井
	3診 ---	---	---	---	---	整形外科 駒形

土曜日午後 ※(交代)

- ・第1週/院長
- ・第2週/南部
- ・第3週/非常勤
- ・第4週/副院長
- ・第5週/非常勤

※診察時間は原則として午前:9時~12時、午後:2時~5時です(受付はそれぞれ30分前で終わらせていただきます。急患の場合は別です)
※学会などの都合によっては担当医が変更になる場合もあります。特に指定がある場合は電話でご確認ください。(Tel.03-3370-2351)

2011 本年もよろしくお願ひ申し上げます。



新年の仕事始めは1月4日の朝8時。寒さを吹き飛ばす元気な声の中庭に響き、好天の陽光は甲州街道越しのビルに眩しく跳ねる。撮影はリハーサル無しのぶっつけ本番。真冬というのに半袖の人もいる。急いで現場に戻らなければならない人ばかり。でも、皆笑顔だ。今年もこの仲間たちと一緒に「より安全で安心な医療の提供」を目指して頑張ります。



ご存知ですか？

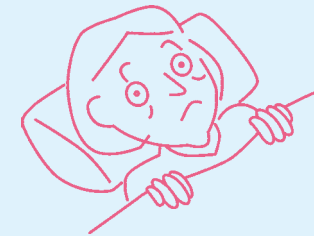
高齢者の睡眠障害

私たちは毎日ほぼ同じ時刻に眠りに入り、7～8時間ほどで自然に目が覚めます。徹夜をするときも、徐々に眠気が強まって明け方になると耐え難い眠気を感じますが、午後には眠気がいったん軽くなります。

規則正しい睡眠のリズムは、「覚醒中の疲労蓄積による睡眠欲求」と、「メラトニンというホルモンが関与する体内時計」の二つのシステムで形作られています。

メラトニンは眠りを誘うホルモンです。就寝時刻の1～2時間前に分泌されて睡眠を促進する一方、明るい光の下では分泌が停止します。つまり我々の睡眠のリズムにはホルモンが関与しているのです。

健康な高齢者の中にも、睡眠が浅くなり、中途覚醒や早朝覚醒などの睡眠障害を訴える方は少なくありません。その原因の一つは、年齢とともにメラトニンの分泌が少なくなることにあります。また高齢者で頻尿や膝、腰の痛みなどの症状がある場合、それが原因で眠りが浅く、短くなることがあります。



副院長 内藤博邦

睡眠のリズムが壊れる(壊す)ことは身体にさまざまな影響を及ぼします。最近になって睡眠障害が高血圧や糖尿病などの生活習慣病と深い関係があることもわかってきました。睡眠障害は、心臓の疾患による死亡や高血圧の罹患率の増加、肥満の原因にもなります。さらには糖尿病の発症などにも関与している可能性が疑われています。こうしたことから「睡眠」は、「食事」「運動」に続く第三の生活習慣として注目されています。

■高齢の方が規則正しい睡眠習慣を守るための3か条

- ① 眠気がないのに寝ないこと
早寝早起きは結構ですが、眠気がないのに『やることがないから寝床に入る』のはやめましょう。寝つきが悪くなり、中途覚醒が増えます。
- ② 寝不足?心配無用かも
年齢を重ねるごとに実際に眠れる時間は短くなります。若いころと同じ睡眠時間は必要ないのです。
- ③ 寝床はいつも眠るとこ
高齢者ほど寝床に入っている時間が長いことも分かっています。睡眠時間が短くなるのに寝床にいる時間が長くなる…結果として眠れないまま寝床でうつらうつらしている時間が増えて、睡眠の満足度も低下します。

「夜はよく寝られますか？」 睡眠は食事、運動に続く、「第三の生活習慣」です！

11月30日、第21回の生活習慣病講座が開催され、多くの方に参加していただきました。今回の講座テーマは睡眠。「夜はよく寝られていますか？」と題して、最近「第三の生活習慣」と注目されるようになった「睡眠」について勉強しました。特に生活習慣病との関係などに関心が集まり、活発な質疑応答も行われました。



HOME DOCTOR on CARD

ウイルスとは、ひとことで言うと、生物と無生物の中間に位置するものです。自己複製ができないところは生物ではありませんが、ひとたび宿主の細胞内に侵入するとすごい勢いで増殖を始めるので、そのときは生物。というわけで、どちらとも決め付けられない中間的な存在なのです。ちなみに、細菌は単細胞ながられっきとした生物です。

困ったことにノロウイルスについてはウイルスの分離特定が困難なため、未だにワクチンが開発されていません。ですから治療は輸液などの対症療法に限られます。感染しても健康で体力のある人なら軽症で済むことが多いのですが、幼い子供やお年寄りの中には重症化してしまう方もお

られます。
ノロウイルス感染症の予防対策を徹底しましょう。

- ① 予防は手洗いから。食事の前やトイレの後には必ず手を洗いましょう。
- ② 下痢や嘔吐などの症状が出たら、食品を直接取り扱う作業をしないこと。
- ③ 胃腸炎患者に接する方は、患者の便などを適切に処理してください。
- ④ 加熱が必要な食品は中心部までしっかり加熱して食べましょう。
- ⑤ 調理器具等は使用後に洗浄、殺菌しましょう。

ホームドクターカード

HOME DOCTOR on CARD

51

2011.2



ご自宅で保存しご利用ください。



●常勤医師の認定医など資格内容(各学会名はすべて冠頭の「日本」を省略しています)

- 院長 内藤誠二 (昭和57年昭和大学卒)
- ・外科学会認定医・消化器外科学会認定医
 - ・超音波医学会認定超音波専門医・乳癌学会認定医
 - ・医師会認定産業医
- 副院長 内藤博邦 (昭和63年昭和大学卒)
- ・医師会認定産業医・幡代小学校学校医
 - ・医師会認定健康スポーツ医・糖尿病協会療養指導医
- 吉井逸郎 (昭和36年千葉大学卒) ・外科学会専門医
- 石代欣一郎 (昭和61年昭和大学卒) ・外科学会専門医・消化器外科学会認定医
- ・救急医学会認定医
- 南部かおり (平成元年昭和大学卒)
- ・内科学会認定内科医
 - ・消化器内視鏡学会認定医
 - ・消化器病学会認定医・医師会認定産業医

医療法人内藤病院

〒151-0061 東京都渋谷区初台1丁目35番10号 Tel.03-3370-2351(代)