

# 堀ノ内病院だより



〒352-0023 埼玉県新座市堀ノ内 2-9-31 Tel. 0570-00-5168 URL <http://www.horinouchi-hp.com>

## 基本理念

地域の人々と共に歩み、  
良質の医療と介護を提供する病院

## 基本方針

1. いつでも、どのような患者さんも受け入れて
2. 最善で最良の医療と介護
3. 地域に出ていく医療と介護
4. 患者さんの納得のいく医療と介護
5. 患者さんの立場に立った医療と介護



奥入瀬渓流



YouTube 講座を始めました!!



当院ホームページまたは YouTube チャンネルから「堀ノ内病院公式チャンネル」で検索、右記 QR コードからも視聴できます。

お見舞いメールの受付を始めました。  
当院ホームページ「入院」のページより、ご利用いただけます。

## 秋号の発刊にあたり ご挨拶

院長 清水 利夫



今年も猛暑、新型コロナウイルスの第7波などで地域の健康を守る当院と致しましては一層、気が引き締まる思いで、診療にあたつてまいりました。

メディアで報道されていました通り6月中旬以降、埼玉県でも新型コロナウイルス感染者が急増し、執筆しています現在も続いている状況です。その時期には国別の一日前当たり感染者数はあっという間に日本が世界一になってしまいました。

堀ノ内病院でもPCR検査をはじめ入院治療は保健所と連携しながら行っていましたが、どうしても感染拡大期には業務が逼迫して、ご迷惑をおかけしたことにはご理解をいただきたいと存じます。

今後感染症の分類が変更になったとしてもコロナは予防が第一なことは他の病気と変わりはありません。三密回避、マスク、手指消毒、ワクチン接種を進めていきましょう。

当院には透析中、癌の治療中の患者さんなどが通っておられますので新型コロナかもしれないと思って受診される方は電話で前もって申込みいただくようお願いします。

さて、既に院内のお知らせ等でお気づきの方が多いと思いますが、当院は7月19日から電子カルテを導入し、2カ月程が経過しております。患者さんにとっても便利な仕組みになると思いますが紙から電子への移行期では却って混乱することもありそうです。

暫くは電子カルテの操作に慣れることなどでご迷惑をお掛けする事があるかと思いますが、今後とも寛容に見守って頂ければ有難たいです。



2022年9月12日

国立国際医療研究センター  
大曲先生、スタッフの方々が  
当院を訪問されました。



## 簡単レシピ 目指せ食塩1食2g! Vol.3 秋の鍋物について

栄養科の

涼しくなってくると、鍋物が食卓に並び始めます。  
市販の鍋の素は食塩が多く含まれており、締めのごはんや麺で1日の半分以上の食塩(3g)を摂取することになります。

今回は、減塩を意識したお鍋メニューをご紹介します。

### 秋の味覚! 秋鮭ときのこの豆乳鍋

#### 【栄養成分】

エネルギー 351kcal、たんぱく質 31.0g、  
脂質 16.8g、炭水化物 13.3g、食塩 2.0g

#### 【1人前材料】

- ・鮭切り身(塩漬けでないもの) 1切
- ・酒 1g
- ・豚コマ肉 40g
- ・しめじ 50g
- ・舞茸 50g
- ・キャベツ 50g
- ・人参 30g
- ・七味唐辛子や山椒など(お好み)
- ・鍋のつゆ(白だし 15g 顆粒だし 1g  
お湯 100mL、豆乳 150mL)

#### 【作り方】

- ①鮭に酒を振る。各材料は食べやすい大きさに切り、つゆの材料を鍋に合わせる。
- ②各材料を鍋に並べ入れ、ひと煮立ちさせる。
- ③具材をとりわけ、お好みで香辛料をかける。



つゆは飲み干さず、練り物の量にも気を付けましょう。

1日の食塩摂取量の目標は、男性 7.5g 女性 6.5g です。

豆乳等のコクのあるものや、きのこ類等の出汁が出るもの

加えると、少ない食塩量で味を感じられます。

七味や山椒等で香りや辛味を加えるのも効果的です。

市販の鍋の素(1食分)	食塩量(g)
寄せ鍋の素(醤油)	2.8
鶏だし鍋の素	2.8
みそ鍋の素	3.2
キムチ鍋の素	3.7



## 治療

血管ラボの検査で閉塞性動脈硬化症と診断されたら、CT検査を行い下肢動脈の撮影を行います。動脈の閉塞または狭窄の場所が10分位の検査で診断できます。病気の形や場所により内服治療、カテーテル治療、バイパス手術など治療法を選択します。

### 1. 薬物療法

血管を拡張させる薬や血栓ができにくくする抗凝固薬、抗血小板薬などを症状に応じて内服していただきます。

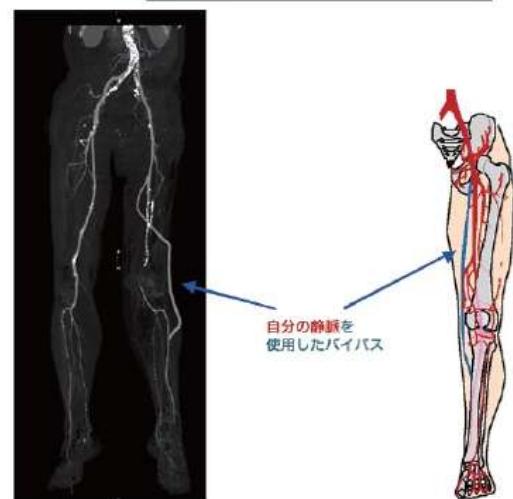
### 2. カテーテル治療

足の血管が狭くなっている場合に行います。完全に閉塞していても距離が短い場合は可能なこともあります。カテーテルを血管内に挿入し狭いところで風船をふくらませ、ステントを置いて再び狭くなるのを防ぎます。患者さんの負担も少なく入院期間も短くてすみます。



### 3. バイパス手術

血管が閉塞していてカテーテルでは通らない場合に行います。自分の静脈または人工血管でバイパスを行います。



## まとめ

次のような症状のある方に総合診療（血管外来）の受診をお勧めします。

- 1) 動脈硬化の進み具合を知りたい方
- 2) 足が冷たい、歩くと徐々にふくらはぎが痛くなる方
- 3) 足が急に腫れて痛い方
- 4) 足の血管が浮き出てだるい、痒い方
- 5) 脳梗塞の既往や、頸動脈の狭窄、閉塞が疑われる方
- 6) 50～69歳で心血管危険因子（喫煙、糖尿病）がある方、及び70歳以上の方は無症状でも



# 閉塞性動脈硬化症



副院長  
総合診療科  
中澤 達

血管（動脈）は心臓から全身に血液を運ぶ管です。血管が狭くなったり詰まつたりすると臓器に血液を供給できなくなり、その臓器の機能は低下します。皆さんご存知の脳梗塞や心筋梗塞は頭や心臓の血流が足りなくなつて起こる病気です。

閉塞性動脈硬化症とは動脈硬化により足の血管がつまり、足の血流が悪くなる病気です。糖尿病、喫煙、高脂血症、高血圧、などでかかりやすくなります。



## 症状

- ・足が冷たい。
- ・足先の色が悪い。
- ・歩くと足が痛くなつて、少し休むとまた歩ける。
- ・じつとしていても足が痛い。
- ・足の傷がなかなか治らない。



## 受診するには



中澤（総合診療）を予約してください。  
診察後に適切な検査を受けていただき、  
説明と治療を行います。

まず、お話を聞き、診察（触診）を行います。  
その後、検査を行います。

### 【検査機器とその機能】

- ① 血管超音波検査 =血管の狭い場所・動脈瘤がわかります
- ② 四肢血圧・血流伝播速度測定 =足の動脈硬化がわかります

血管病を無侵襲に（痛みがなく放射線も使用しないで）診断できる検査室のことを血管ラボといいます。心臓病については循環器内科として診療しているため、血管ラボは手足や頸部、腹部の血管病の診断に使用します。

血管内科という概念がないため総合診療（血管外来）が診断と治療を担当いたします。



# 看護小規模多機能型居宅介護あい

「住み慣れた我が家で最期まで」を実現するために



地域医療センター  
センター長  
堀越 洋一

2023年5月、堀ノ内病院で新しい事業「看護小規模多機能型居宅介護施設あい」（通称 看多機あい）が始まります。

この新しい事業の目的は、医療ケアが必要でも独居や老々世帯など介護力が不十分でも、「住み慣れたわが家で最期まで」を希望する地域の皆さまの願いの助けになることです。

これまでの介護サービスでは受け入れが難しかった、医療的ケアが必要な慢性疾患や進行したがんなど不安定な時期にある方もご利用できます。穏やかな看取りに心を尽くすことも看多機の大切な役割です。

看多機には、訪問看護、通い（デイサービス）、宿泊（ショートステイ）、訪問介護、の4つの機能があります。看多機事業の中核は、1996年開設以来、緊急時対応や在宅看取りで実績を上げてきた訪問看護ステーションみどりが担います。

看護師が日頃より主治医との連携を密にとり、安心して療養生活が継続できるよう定期的に自宅を訪問しての体調・病状管理をします。「通い」は、通常のデイサービスと違い、固定された時間にとらわれず、ご本人やご家族の都合に合わせたサービスの提供時間や方法で利用できます。

人数は仲間づくりに適した15人以下です。「宿泊」は、通いと同じ場所を使い同じスタッフが対応します。ご本人・ご家族の都合に合わせて柔軟に利用できます。自宅で過ごしている時間帯も「通い」や「宿泊」と同じスタッフが「訪問」します。ご本人の状態の変化で急に通えなくなった際に、スタッフが自宅に赴き安否を確認したり、必要なケアを提供します。

看多機あいの、あい（I 私）は、私らしく過ごせるように、愛を感じられる看護と介護のケアを提供できるように、そんな願いを込めて名付けました。

堀ノ内病院の新しい事業にどうぞご期待ください。

◎採用情報 **募集中!!**

介護支援専門員（ケアマネジャー）  
介護福祉士

=お問い合わせ=

Tel. 048-481-5169

担当：看護部長 長野

お気軽にどうぞ。



POINT

## ロキソニン®とカロナール® 薬剤部

ワクチン接種や新型コロナウイルスによる症状でこのところメディアにもよく取り上げられる両薬剤。どちらも市販もされている「解熱鎮痛薬」の一種です。では、どういった違いがあるのでしょうか？

### ロキソニン®→成分名「ロキソプロフェン」

痛みや炎症、発熱を引き起こす物質を抑える。似たような薬は、他にもたくさんある。

●長所→炎症を抑える作用もあり、痛み止めとしての効果は高い

× 短所→胃腸障害など、長期服用で副作用が出やすい

15歳未満の小児への服用は認められていない。腎機能が悪い人は要注意

### カロナール®→成分名「アセトアミノフェン」

脳の痛みを感じる神経や体温調節中枢に作用。

●長所→副作用が少なく、小児含め多くの人が飲める

× 短所→痛みを抑える作用はロキソニンより弱い炎症を抑える作用はない

大まかにまとめると、痛み止めとしての効果が強いのはロキソニンだが副作用に注意。

子供から高齢者まで幅広く安全に飲めるのはカロナール。

もちろん、痛みの具合と体質でどちらか選ぶので、迷ったら医師、薬剤師に相談してくださいね。

### 最高の宴



### おやじのひとりごと…

テレビからロシアのウクライナ侵攻、その影響で原油価格の高騰、半導体不足、安部元首相銃撃、旧統一教会問題のニュースが流れている。何故か、現実感がない。

「この世界」は、それぞれの水槽の中で生活し、世の中で起きていることが、別世界で、閉塞感の世界である。もし、タイムマシンがあれば、「元の世界」に戻りたいという欲望を抱いてしまうが、「元いた世界」には戻れる気がしない。「この世界」は、人と集うこと、コミュニケーションの取り方が、今までの常識が、全が変わってしまった。我慢ばかり、希望もない、恐怖と不安ばかりの「この世界」から「出口はこちらです避難して下さい」アンスされると、とても楽だが、まだ、出口が見つからない。

でも、人類は想像力によって、「この世界」で生きる術を生み出している。AI、テレワーク、ロボットなど、デジタル社会へにシフトや集団型から分散型への社会に変化していく。

悲観的な事ばかり考えるじゃなく、「この世界」に自分たちも、シフトし、ウィルスと共に存していくしかない。

感染し易い人、し難い人の違いは、マスクや手洗いは勿論のこと、その人の免疫力の差である。免疫力を高めるためストレスをかけないよう「この世界」を楽しむことである。特におうち時間の工夫で、ストレスの解消をしていく必要がある。家族と楽しむ時間、友人やお気に入りの人と楽しむ時間、一人で楽しむ時間、仕事を終えた後一人こっそり楽しむ時間、何をするかは、それぞれにお任せします。

私の場合は、週末、「一人宴」をすることである。それが心の聖域であり、最高の宴だからである。



# 地域医療センターのご案内

## 外来診療予定表

### ●居宅介護支援事業所「あおぞら」

介護の相談をお受けします。

窓口…月曜日～土曜日

受付時間…9:00～17:00

お問合せ

電話：048-478-2653（直通）

FAX：048-489-3537（直通）

### ●訪問看護ステーション「みどり」

訪問看護ステーションの看護師が、ご家庭を訪問して、療養生活の支援や心身機能の維持、回復を図るための療養上のお世話や診療の補助を行います。

お問合せ

電話：048-482-7580（直通）

FAX：048-479-2787（直通）

### ●訪問診療

寝たきりなどの通院困難な皆様に、訪問診療を行っています。

受付時間…9:00～17:00

お問合せ

電話：048-481-5168（代表）

### ●医療相談室

患者さんあるいは、患者さんのご家族の方が、病気に伴って生じる種々の問題でお悩みのとき、その解決のお手伝いをさせていただきます。

お問合せ

電話：048-478-0992（直通）

FAX：048-489-3537（直通）

### ◆編集後記◆

今年の夏は酷暑でした。

この秋号を作成中も日中の気温は30℃近くあり、まだまだ暑いですが、朝と夜はやっと秋を感じられる様になりました。寒暖差の激しい毎日ですが、食欲の秋!!旬のもの、栄養のあるものを食べて元気に過ごしましょう。 M.F



		月	火	水	木	金	土
内科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
外科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
乳腺外科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
小児科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
耳鼻 咽喉科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	×	○	○	×
整形外科	午前	○	○	△	○	○	○
	午後	○	手術時休診	△	手術時休診	○	○
形成外科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	×	×	×	×	×	×
腎臓内科	午前	○	×	○	×	○	○
	午後	○	○	×	○	○	○
循環器科	午前	○予約のみ	○予約のみ	○予約のみ	○予約のみ	○予約のみ	○予約のみ
	午後	○予約のみ	○予約のみ	○予約のみ	○予約のみ	○予約のみ	○予約のみ
神経内科	午前	×	×	○予約のみ	○	○予約のみ	○予約のみ
	午後	○予約のみ	○予約のみ	×	○予約のみ	○予約のみ	○予約のみ
糖尿病 内分泌科	午前	×	○予約のみ	△予約のみ	×	○予約のみ	△予約のみ
	午後	×	×	○予約のみ	×	○予約のみ	△予約のみ
泌尿器科	午前	○予約のみ	×	×	○予約のみ	×	○予約のみ
	午後	○予約のみ	×	×	×	×	×
呼吸器科	午前	×	○	×	×	×	×
	午後	×	○	○	△	×	△
喘息	午前	×	×	×	×	×	×
	午後	×	○	×	△	×	×
眼科	午前	○	○	×	○	○	×
	午後	14:00～	14:00～	14:00～	○予約のみ	○	14:00～
皮膚科	午前	○	×	×	○	×	×
	午後	×	×	×	○	×	×
肝臓外来	午前	×	×	×	×	×	△
	午後	×	×	×	×	×	△14:00～
精神科	午前	×	△予約のみ	×	×	△予約のみ	×
	午後	×	△予約のみ	△予約のみ	×	×	×
血管外来	午前	×	×	×	×	×	△
	午後	○	×	×	×	×	×
甲状腺 エコー	午前	×	×	×	×	×	×
	午後	×	×	×	×	×	△
歯科 口腔外科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
嚥下 センター	午前	×	×	○予約のみ	×	×	×
	午後	○予約のみ	×	×	×	×	○予約のみ

△…週により診療に変更がありますので、お問合せください。  
※当院は待ち時間短縮のため予約制を導入していますが、当日来院の患者さんも診察しています。急患は随時受付けです。  
予約は、お電話または受付までお申しつけください。

※診療時間や休診等、変更になる場合がございます。

お問合せのうえ、ご来院ください。

ナビダイヤル：0570-00-5168

歯科予約：048-481-5165（直通）