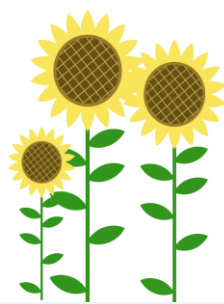


かし和



2022年5月
＜第35号＞
柏市立柏病院
[住所] 柏市布施1-3
[電話] 04-7134-2000

ナイチンゲール

コロナ感染が長引く中、看護や介護の大切さがクローズアップされています。一昨年はナイチンゲール生誕200年でした。そして、彼女の誕生日5月12日は国際看護師の日になっています。イギリス出身の彼女は、イギリス・フランス・オスマン帝国とロシアが戦ったクリミア戦争で活躍しました。それから、150年以上たち、同じクリミア半島・ウクライナが戦争の場となっています。

今、日本では病気やケガ、感染症の対応が医師や看護師の仕事になっており、戦争犠牲者の対応をせずすむことを只々祈るばかりです。



院長
野坂 俊壽

新任医師紹介 【2022年4月1日付着任】

今年度より新しく着任した常勤医師をご紹介します。

それぞれの医師に、① 出身地 ② 出身大学 ③ 趣味・特技 ④ 子供の頃の夢 ⑤ 診療に心がけていること・大切に思っていることを聞いてみました。



織田 福一郎(おりた ふくいちろう) 【外科】



- ① 埼玉県 ② 奈良県立医科大学
- ③ サイクリング ④ パイロット
- ⑤ 患者さんに寄り添った医療を心掛けています

山本 祥馬(やまもと しょうま) 【外科】



- ① 京都府 ② 東京医科歯科大学
- ③ テニス ⑤ 患者さんに寄り添った医療を行えるように頑張ります

守屋 美知瑠(もりや みちる) 【整形外科】



- ① 東京都 ② 金沢大学
- ③ テニス、ゴルフ ④ パン屋、保育士
- ⑤ 一人一人の患者さんにとって最適な医療を提供できるよう頑張ります

水口 靖文(みずぐち やすふみ) 【内分泌代謝内科】



- ① 東京都 ② 東北大学
- ③ 旅行、科学 ④ 天文学者
- ⑤ 診療科内・病院内での良好な関係を築き、患者さんにも良好で最善な診療を心掛けたいです

田坂 有理(たさか ゆり) 【呼吸器内科】



- ① 東京都 ② 東京医科歯科大学
- ③ 読書 ④ 宇宙飛行士
- ⑤ 誠実で丁寧な診療を心掛けて参ります

波田 誠(はた まこと) 【呼吸器内科】



- ① 東京都 ② 東京医科歯科大学
- ③ 旅行 ④ 世界一周旅行
- ⑤ 丁寧でまっすぐな診療を心掛けます

磯崎 岳(いそざき たかし) 【消化器内科】



- ① 東京都 ② 三重大学
- ③ 食べ歩き ④ 焼き芋屋さん
- ⑤ 患者さんにとって最良な治療を行えるように頑張ります

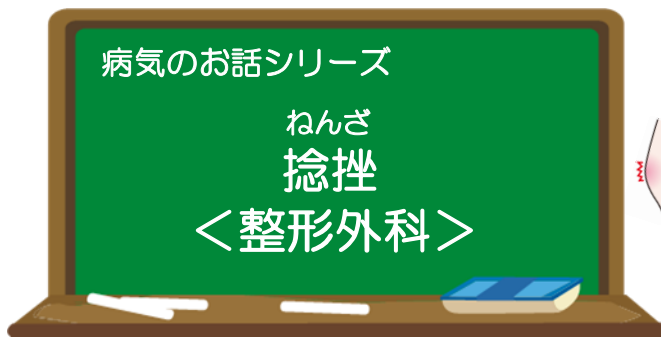
滕 云(とう うん) 【循環器内科】



- ① 中国 ② 東京医科歯科大学
- ③ 乗馬



新任医師紹介
4面に続きます!



それってホント!?



『足首を捻っちゃった!!』
「ああ、“捻挫”ね…**大した事ないよ!**」

整形外科 池川 直志先生監修

捻挫とは

関節に力が加わっておこるケガのうち、骨折や脱臼を除いたもの。
つまりX線（レントゲン）で異常がない関節のケガは捻挫という診断になります。

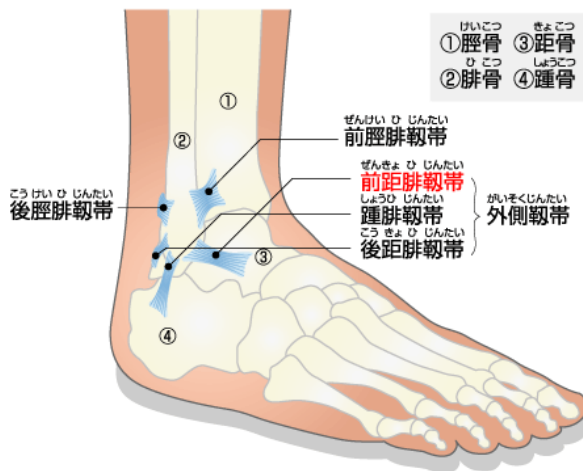
以上が一般的な“捻挫”に対する概念だと思います。ただ、上記には続きがあります。
したがって捻挫とはX線でうつらない部分のケガです。

具体的には**靭帯(じんたい)や腱という軟部組織や、軟骨(骨の表面を覆う関節軟骨、
間隙に挟まっているクッションの半月板や関節唇といわれる部分)のケガ**です。

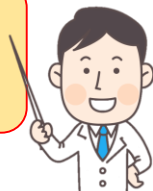
—日本整形外科学会ホームページより抜粋し、一部改変—

高頻度の“足関節捻挫”に対する程度分類

- I 度：靭帯（主に前距腓靭帯）が伸びる程度の損傷
- II 度：靭帯の一部が切れるもの
- III 度：靭帯が完全に断裂するもの
(III 度では前距腓靭帯に加えて踵腓靭帯も断裂します)



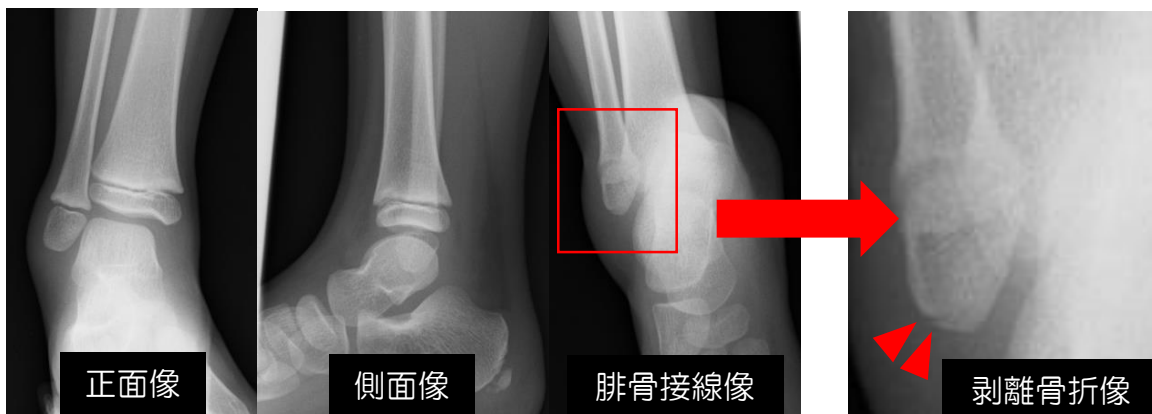
多くの足関節捻挫の病態は
足関節外側靭帯損傷です



「足首の捻挫」と言われるのと『足関節外側靭帯損傷』と言われるのとでは、印象がかなり変わるとは思います。いかがでしょうか!?

これらを踏まえて“足関節を捻挫”した際には、状態に応じてシーネ固定やギプス固定などの外固定も行い、適切なりハビリテーションを要する事があります。

一方で、、、小児の場合“剥離骨折”を起こしていることもあります。



“たかが捻挫”では済まない事も多いので、翌日になっても痛みが続く“捻挫”は、まずは近くの整形外科開業医さんを受診しましょう。



ご存知でしょうか？糖尿病には大きく分けて「1型糖尿病」と「2型糖尿病」があります。一言で「糖尿病」と言っても、原因や治療に違いがあります。

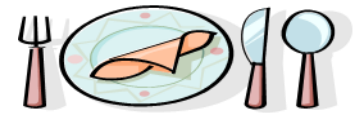
では、1型と2型で何が違うのでしょうか。患者さんにもよく聞かれることがあり、1型は子供、2型は大人がかかると答える方が多いです。しかし、大人でも急に1型糖尿病を発症することがあります。

1型糖尿病は、インスリンを作る臓器である膵臓で、インスリン自体が作れなくなってしまう病気です。そのため、注射でインスリンを補うことが必要となります。

2型糖尿病は、膵臓である程度はインスリンを作ることができますが、インスリンの効き目が弱くなってしまいます。加齢や遺伝、特に生活習慣により発症します。多くの方は、食事と運動、そして薬を組み合わせる治療を行っています。インスリンを作る能力が落ちてしまっている場合には、注射でインスリンを補うこともあります。このように糖尿病には原因によって違いがあります。



かしわ食卓日記 No 23



鰺の南蛮漬け



🍴 1人分の成分値 🍴

エネルギー 204kcal
脂質 10.2g 塩分 0.9g
タンパク質 14.9g

今回は『鰺(アジ)』をご紹介します。

鰺といえば真鰺(マアジ)が一般的に食されています。日本各地で獲れる魚で刺身や揚げ物、塩焼きなど様々な食べ方があり、日本人には馴染み深い魚です。

鰺はビタミンDが豊富です。ビタミンDにはカルシウムの吸収を助けて骨や歯を丈夫にし、免疫力を高める働きがあります。

千葉の房総半島では、『黄金鰺』と呼ばれる、一般的な真鰺より大ぶりで脂が多くのもので味が濃いものが有名です。房総の方に行く機会があれば、『黄金鰺』を召し上がってはいかがでしょうか。

<作り方>

- ① 長ねぎを笹切り、ピーマン、にんじんを千切りにする
- ② 切った野菜を水にさらして、ザルにあける
- ③ ※の調味料を合わせてタレを作る。火を通して冷ます
- ④ 鰺の水気をペーパー等でとり、塩をふる
- ⑤ 鰺に薄力粉をまぶして揚げる
- ⑥ ⑤と②を③に漬け、冷蔵庫に1時間以上入れて冷やす

<材料> 鰺の南蛮漬け(1人分)

- ・鰺の3枚おろし 35g×2枚
- ・長ねぎ 15g(1/6本程度)
- ・ピーマン 20g(1/5個)
- ・にんじん 10g
- ・薄力粉 3g(小さじ1)
- ・塩 少々
- ・サラダ油 7g(大さじ1/2)
- ※
- ・砂糖 3g(小さじ1)
- ・醤油 5g(小さじ1)
- ・みりん 5g(小さじ1程度)
- ・酢 5g(小さじ1)

!ポイント🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸
タレを作る際、焦がさないよう弱火で煮詰めましょう。一晩漬けておくと、より味が染みおいしくいただけます。

* 新任医師紹介 * つづき

- ① 出身地 ② 出身大学 ③ 趣味・特技 ④ 子供の頃の夢
⑤ 診療に心がけていること・大切に思っていること

高杉 祐生(たかすぎ ゆうき)【研修医1年】



- ①東京都②昭和大学
③硬式テニス、スポーツ観戦
④医師⑤初心を忘れずに、患者さんの心に寄り添った診療を心掛けていきます

木村 恵理(きむら えり)【研修医1年】



- ①東京都②山形大学
③喫茶店巡り④国連職員
⑤患者さんに寄り添った丁寧な診療を心掛けていきます

退任された先生方

- 戸田 晶子先生 (消化器内科)
加藤 里奈先生 (呼吸器内科)
新村 卓也先生 (呼吸器内科)
後藤 健太郎先生 (循環器内科)
村田 真麻先生 (内分泌代謝内科)

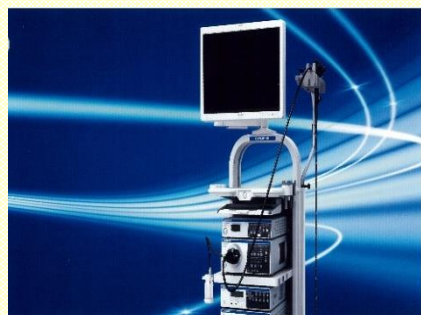
- 奥田 将史先生 (外科)
田所 裕規先生 (外科)
岩田 秀平先生 (整形外科)

ありがとうございました！！

人間ドックより ~今年度のご案内~

日帰り人間ドックのオプション項目に「大腸内視鏡」と「冠動脈CT」が加わりました。大腸内視鏡は大腸がんの発見に、冠動脈CTは狭心症や心筋梗塞の発見に有効です。現在、人間ドックの受診環境の見直しを行っています。お弁当、飲み物、ドック着がリニューアルしました。今後は、控室の環境整備を行い少しでも快適に過ごしていただけるよう整えてまいります。

詳細は健診センターへお問い合わせください。
(パンフレットをご用意しております)



大腸内視鏡



冠動脈CT



有名料理店監修 お弁当

編集後記

随分と暖かく、日によっては蒸し暑さを感じる季節となりました。この季節になると、色々な味のかき氷が登場するので、今から食べに行けるのをとても楽しみにしています。暑さに負けず、楽しく過ごしていきたいですね。

薬剤科 谷川

