

茅ヶ崎徳洲会病院 健康診断・人間ドックからの お知らせです！

ホームページから市民健診などのご予約が出来るようになりました！
電話予約は大変混み合いますのでインターネット予約をお勧めいたします。



V-POINTが貯まります

ご予約方法

茅ヶ崎徳洲会病院ホームページ「健診のご案内」ページにある下記バナーをクリックし、画面の指示にしたがって入力してください。スマートフォンの方は右上のQRコードからトップページにアクセス可能です。

人間ドック
オンライン予約



今まで通りお電話でのご予約、お問合せも受け付けております。

健康診断・人間ドック担当(直通)

電話:0467-89-2555 F A X :0467-89-2556
お問合せ時間:月〜土 13:00〜16:30(日・祝日を除く)

脳ドック
オンライン予約
受付中



脳梗塞やくも膜下出血などの脳血管疾患は、突然発症してそのまま命を落とすケースも少なくありません。また、発症後に一命をとりとめたとしても、体に麻痺や言語障害などの後遺症を残すケースも多く、一度の発症で人生を大きく左右する恐れのある疾患です。自覚症状などの前触れなく発症することが多いため、病気を未然に防ぐためには、高血圧や肥満、喫煙者、過度の飲酒、40歳以上、脳卒中の家族歴のある方など、脳卒中リスクの高い方は一度検査を受けることをおすすめします。

※医師の診察・面談の無い検査のみのコースです。



※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、体調がすぐれない方は健康診断・人間ドック担当までご連絡いただき、日程の変更・キャンセルをご相談ください。健康診断が安全に実施されるよう、ご協力お願いいたします。

ワンコイン健診 1コース 500円(複数コース選択可能) 実施時間 14:00〜16:00(平日)

予約受付時間 13:00〜16:30(日・祝日を除く)

- 健康診断の結果で「再検査」の項目があった方
- 生活習慣を改善してその効果を確認したい方
- 外来受診・健康診断をする時間がなかなかとれない方
- 気軽に健康に関する数値を確かめたい方

コースを選択して気になる項目の血液検査を行うことができます。通常の健康診断とは違い、医師による結果説明や相談は行いませんが、次の項目からお気軽に検査をすることができます。検査結果は、採血後60分ほどお待ちいただいて当日お渡します。

茅ヶ崎徳洲会病院 健康診断・人間ドック担当

ご予約・お問合せは ☎0467-89-2555

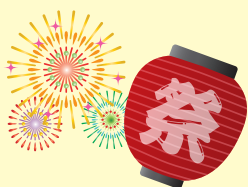
ご予約をおすすめします。予約時はコース名をお伝えください。

コース	検査項目
①貧血コース	■貧血の有無がわかります 赤血球、ヘモグロビン、ヘマトクリット、白血球、血小板
②脂質コース	■血液中の脂質異常を調べます ※空腹時の検査をおすすめします 中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、総コレステロール
③血糖コース	■糖尿病の指標になる検査です ※空腹時の検査をおすすめします 空腹時血糖、HbA1c
④肝機能コース	■肝障害の有無を調べます AST、ALT、γ-GTP
⑤腎機能コース	■腎機能を調べます クレアチニン、尿素窒素、ナトリウム、カリウム、クロール
⑥痛風コース	■痛風のときに上昇する血液中の尿酸値を調べます 尿酸、尿素窒素、クレアチニン
⑦尿コース	■基本的な尿検査です 尿タンパク、尿糖、尿潜血
⑧体脂肪コース	■肥満度を調べます 体脂肪率、身長、体重、BMI、血圧

編集後記 第5回 病院祭を開催いたします!!

2019年の第4回以降、新型コロナウイルスの感染拡大のため、開催を見送っていた病院祭を、2024年10月27日(日)10:00〜15:00に開催いたします。
「病院をより身近に」感じていただけるよう各種イベントを企画しておりますので、ぜひ皆様、お誘い合わせの上、ご来場ください。職員一同、心よりお待ちしております。

企画広報 餅田



えぼしめ〜る vol.30



医療法人徳洲会
茅ヶ崎徳洲会病院
Chigasaki Tokushukai Hospital

CHIGASAKI
医師紹介
TOKUSHUKAI

新着任ドクター

総合
診療科

外来日 月・水(祝日除く) 午前

総合診療科概要

みなさまは、具合が悪い時、どこに行きますか?病院やクリニックなどの医者にかかることが多いと思います。そこには内科を始め外科、小児科、呼吸器科、肛門外科、消化器科などたくさん標榜されていると思います。では、現在調子の悪いあなたは何科にかかるのでしょうか。鼻が悪ければ耳鼻科、皮膚が悪ければ皮膚科、骨が折れていれば整形外科ですが、そのようにはっきりした状況ばかりではないと思います。

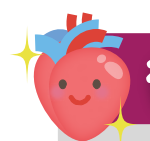
また、いつも内科がかかりつけのあなたが怪我をしたときには、どこの外科にかかるのが良いのでしょうか。どうでしょう、このような時、何科でもない科、つまり何でもない科があれば解決します。どこにかかればよいのかわからない場合、症状が複数あり複数の科にかかるのか迷う場合、また、自分の症状だけではなく家族の症状も気になる場合など、当科に受診していただければ、当院の優れた医療設備を使用し、解決に向かって歩むことができます。そんなことを目指して日々精進している私、根本一成です。



ねもと かずなり
根本 一成 部長

ご挨拶

平成8年自治医大卒業後からプライマリケアに従事し、心臓血管外科などでの経験も経て、総合診療科として引き続き勤務してゆきたいと思っています。令和6年8月1日より茅ヶ崎徳洲会病院に入職しました。よろしくお願いいたします。



循環器内科 心臓カテーテル検査を開始いたしました。

心臓カテーテル検査とは、細いプラスチック製の管(カテーテル)を動脈ないしは静脈内に挿入し、その中を進めて心臓に到達させ、心内圧を測定したり、冠動脈(心臓に血液をはこんで、酸素と栄養をあたえている血管)や心臓の血行動態を得るためにX線撮影装置を用いて造影を行う検査です。

心臓疾患の診断

- 狭心症:冠動脈の狭窄または閉塞によって引き起こされる胸痛
- 心筋梗塞:冠動脈の血栓によって引き起こされる心臓発作
- 心不全:心臓が血液を効果的にポンプできない状態
- 心臓弁膜症:心臓弁の異常
- 先天性心疾患:生まれつき存在する心臓の異常



心臓疾患の治療

- 冠動脈形成術:冠動脈の狭窄または閉塞を、バルーンで拡張して血流を改善する治療法です。
- ステント留置:冠動脈形成術で拡張した血管を、金属製の網状の筒であるステントで支える治療法です。
- 不整脈治療(心臓カテーテルアブレーション治療):カテーテルと呼ばれる細い管を挿入し、異常な電気信号を発している部位を焼灼することで、不整脈を根治します。

心臓カテーテル検査は、通常、局所麻酔下で行われます。検査中は、覚醒状態を保ちますが、痛みを感じることはありません。検査は通常、30分から1時間かかります。

一般に安全な検査ですが、次のようなリスクがあります。

出血／感染／血管損傷／アレルギー反応／不整脈

心臓カテーテル検査を受けることを検討している場合は、リスクと利点について医師にご相談ください。



循環器内科
部長
おかだ たくや
岡田 拓也

資格

日本内科学会:総合内科専門医
日本循環器学会:循環器専門医
日本心臓血管インターベンション治療学会:同認定医





動脈硬化を知らう!

動脈硬化は、一般的には血管内に脂質(あぶら)がたまり、血液の流れがスムーズでなくなります。

その結果それぞれの臓器で血流の障害が起きます…

- **心臓**:心筋梗塞や狭心症
- **脳** :脳梗塞
- **血管**:大動脈解離や高血圧

年齢とともに硬くなる動脈ですが、危険因子を減らすことで進行を遅らせることができます。

動脈硬化の5つの危険因子は以下のとおりです。

(1)**高血圧**:血圧が常に高くなっている状態が**高血圧**です。血管に負担がかかり、内壁が傷つきやすくなります。

(2)**脂質異常症**:LDLコレステロール(悪玉コレステロール)や中性脂肪が高く、**HDLコレステロール**(善玉コレステロール)が低い状態が脂質異常症です。血液中にコレステロールが蓄積し、血管を狭くします。

(3)**糖尿病**:血糖値が高い状態が続くと、血管の内壁が傷つきやすくなり、動脈硬化が促進されます。

(4)**喫煙**:タバコの煙に含まれる有害物質は、血管を傷つけ、血液をドロドロにします。

(5)**肥満**:**内臓脂肪**が多い肥満は、動脈硬化のリスクを高めます。



動脈硬化予防のためには、以下のことに注意しましょう

禁煙

喫煙は動脈硬化の強力な危険因子です。タバコの煙に含まれる有害物質は、血管を傷つけ、

血栓ができやすくするだけでなく、善玉コレステロール(HDL)を減らすなど、動脈硬化を促進する様々な悪影響を与えます。



適度な運動

運動不足は、肥満や高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病の危険因子となり、動脈硬化のリスクを高めます。

毎日30分以上の有酸素運動(ウォーキング、ジョギング、水泳など)を週に3~5回程度行うことが推奨されています。



バランスの良い食事

◆野菜、果物、魚、豆類などの食品を積極的に摂取し、コレステロールや中性脂肪が多い肉類、加工食品、揚げ物などは控えめにしましょう。

◆食物繊維やビタミン、ミネラルが豊富な食品を積極的に摂取することで、血圧やコレステロール値をコントロールし、動脈硬化の予防に役立ちます。

◆塩分の摂取量を減らすことも重要です。1日の塩分摂取量を6g未満に抑えるようにしましょう。

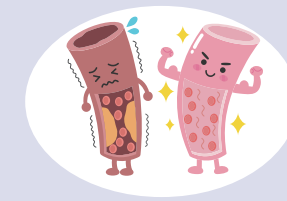


適正体重の維持

肥満は、高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病の危険因子となり、動脈硬化のリスクを高めます。BMI



動脈硬化とは、その名の通り「動脈が硬くなる」ことです。血管は年齢とともに老化し、硬くなっていきます。

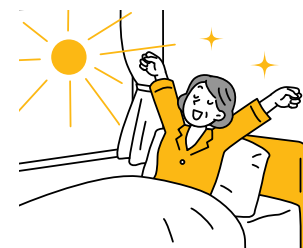


(体格指数)が25を超えている場合は、減量を目指しましょう。

その他

◆ストレスを溜めないことも大切です。適度な運動や趣味など、ストレス解消法を見つけておきましょう。

◆十分な睡眠をとることも大切です。睡眠不足は、血圧を上昇させ、動脈硬化のリスクを高めます。



◆定期的に健康診断を受け、動脈硬化の状態をチェックしましょう。

これらの生活習慣を改善することで、動脈硬化のリスクを大幅に減らすことができます。日々の生活の中で意識して取り組んでいきましょう。

たかが動脈硬化と侮ってはいけません!

心疾患や脳血管疾患の多くは、動脈硬化が原因となっています。

40歳を過ぎたら、定期的に血圧測定を受けて血管の状態に気をつけましょう。

虚血性心疾患を防ぎましょう。

狭心症や心筋梗塞をまとめて「**虚血性心疾患**」といいます。

狭心症と心筋梗塞は何が違うのでしょうか?

心筋梗塞と同様に、冠動脈に異常が起こり血流が悪くなる病気に狭心症があります。

狭心症は心臓の血液供給が一時的に不十分になる状態で、心臓が一時的に酸素不足になります。これは通常、心臓が活動を増やしたとき(例:運動時)に起こります。狭心症の主な症状は、胸痛や圧迫感です。安静にするか、特定の医薬品を使用することで症状が緩和されることがあります。

心筋梗塞は、冠動脈が完全に詰まり、心筋に血液が届かなくなる状態です。これは通常、冠動脈に動脈硬化の進行がある場合に起こります。心筋梗塞の主な症状は、強い胸痛や圧迫感、吐き気、嘔吐、息切れなどです。心筋梗塞は緊急の医療対応を必要とし、早期の治療が重要です。

動脈硬化、虚血性心疾患は、血管や心臓の健康に大きな影響を与える重篤な状態です。予防のためには、健康な生活習慣の維持と定期的な健康診断が重要です。また、早期の症状や異変に気付いた場合は、医師の診断と適切な治療を受けることが必要です。

