

きずな

10月号
2022年

KIZUNA Vol.428

特集

ていしんしゅう

低侵襲緑内障手術「アイステント(iStent)手術」……P2-3

- 整形外科シリーズ 第7回 肩が挙がらない病気についてP4
- 循環器内科シリーズ 第7回 不整脈①【心房細動】^{しんぼうさいどう}P5
- インフルエンザワクチンに関するお知らせ、私は長野県で就職しました、おすすめレシピ ……P6
- 乳がん検査、求人情報P7



撮影:秋の梅池自然園 photo by 猪股崇志

発熱・かぜ症状のある
方は、まずはお電話を!
0261-62-3166

公式Facebookはじめました



公式HP・当院の新型コロナウイルス対策はこちら

あづみ病院



<https://www.azumi-ghp.jp/>



North Alps Medical Center Azumi Hospital

JJA長野厚生連 北アルプス医療センター
あづみ病院

て
い
し
ん
し
ゆ
う

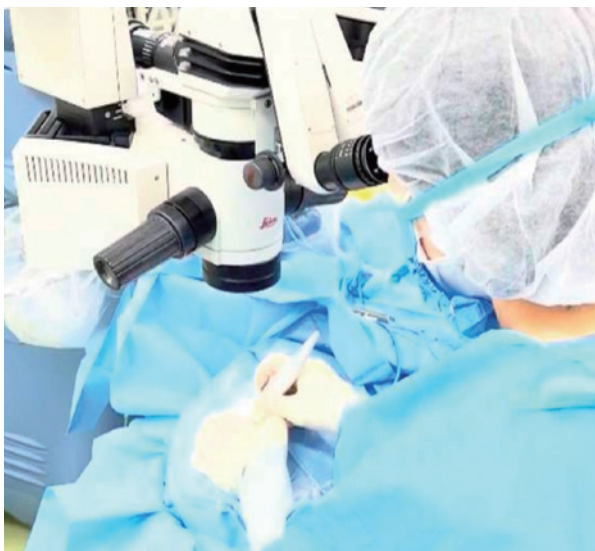
いづみ

iStent inject Wステント



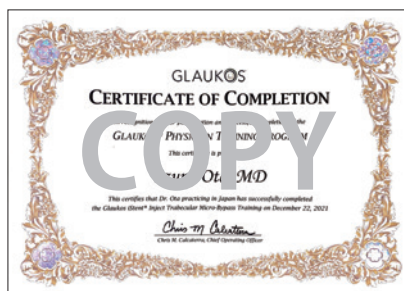
- 医療用非強磁性チタン
- ヘパリンコーティング
- MRI対応(7テスラ実証済み)

アイステント手術による眼圧下降効果は従来の緑内障手術に比べると低いのですが、手術における合併症が極めて少ないことが大きな利点です。ただし全ての緑内障患者さんが対象となる手術ではなく、緑内障のタイプおよび病期などを考慮した上でアイステント手術の提案をします。病期については早期から中期の緑内障に対して施行することが認められています。またアイステント手術は、現在、



▲眼科手術の様子

白内障手術と同時に施行することが定められており、すでに白内障手術を受けた方には施行できません。さらに術者の規



▲眼科アイステント手術講習修了証明書

医療機関は9施設、大北・安曇野地域では当院のみです。

高齢人口の増加に比例し、緑内障と診断される方も増えています。緑内障治療において眼圧下降は必須です。第一選択は薬物（点眼薬）治療ですが、これは患者さんにゆだねる治療です。確実に継続して良好な治療効果を得ることに限界があり、年齢を増すごとに難しくなる傾向があります。「たかが目薬、されど目薬」です。アイステント手術における眼圧下降効果は「目薬1剤分」という報告がありますが、長期的に考えると、この「目薬1剤分」が少なからず視機能温存に寄与すると期待できます。

現在緑内障治療中で今後白内障手術を検討している方、ご自身がアイステント手術を受けられるかどうかをお知り

になりたい方は定期受診の際、主治医にご相談ください。

緑内障の治療方針決定のためには、精度の高い適切な検査が欠かせません。当院眼科は常に信州大学眼科と密に連携をはかり、さらなる精密検査を要すると判断した場合には紹介させていただきます。

最後に、緑内障は日本における中途失明原因の第一位ではありますが、早期発見、適切な治療介入、そして治療継続により失明を回避できる可能性が広がりました。それは診断技術の向上、薬物治療の選択肢の増加、手術手技の進歩によるところが大きいと考えます。「40歳を過ぎたら眼の定期検診を！」をキャッチフレーズに、まずは早期発見の機会を逃さないよう、職場健診、自治体の健診、人間ドックなどを活用してください。そして眼科の病気を疑われましたら、早めに眼科受診をお願いします。

お問い合わせ

眼科外来

☎ 0261-6213166 (14時～17時)



整形外科シリーズ

第7回

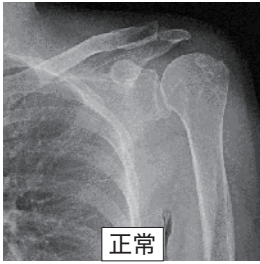
肩が挙がらない病気について

肩関節の症状で痛みとともに多いのが「肩が挙がらない」「手が挙がらない」といった症状です。その原因としては肩関節自体が動かないか、肩を挙げる筋肉の働きが低下しているかの2つが挙げられます。自身でどちらかを判断するには、良い方の手で補助することで肩が挙げられ後者で、補助しても上がらなければ前者ということになります。

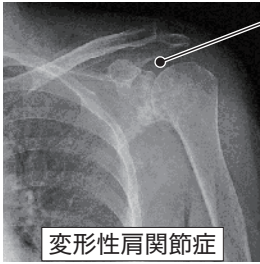
肩関節自体が動かない

強い痛みなどにより動きが制限される五十肩と呼ばれる肩関節周囲炎や、関節の癒着や筋肉の短縮によって動きが悪くなる肩関節拘縮と呼ばれる疾患があります。また加齢に伴い関節の変形を認める変形性肩関節症をおこして

図1 肩のレントゲン画像



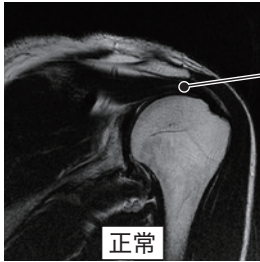
正常



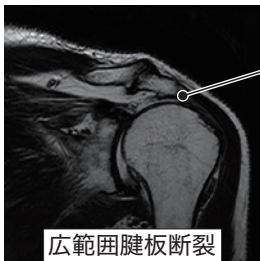
変形性肩関節症

関節の隙間が消失

図2 肩のMRI画像



正常



広範囲腱板断裂

正常な腱板

腱板は断裂して欠損

いると正しく関節が動かないことがあります。

(図1)

多くの場合、体操やリハビリテーションで改善しますが、改善が得られない場合は手術治療が必要となります。

肩を挙げる筋肉の働きが低下する

肩の腱が切れてしまう腱板断裂という疾患があります。明らかなケガなどのエピソードがなくとも断裂している場合があり、痛みの症状が伴わないこともあります。手を挙げるための筋力が低下するため、長時間使用などしていると脱力感や疲労感により肩が挙がらなくなることがあります。断裂が非常に大きい広範囲断裂の場合は、痛みの程度にかかわらず肩をまったくあげることができなくなる場合があります。

(図2)

副院長
肩関節治療センター長
整形外科部長

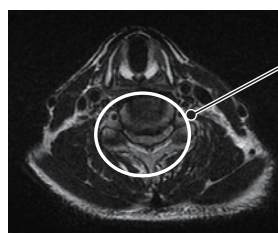
いしがき のりお
石垣 範雄

また頸椎で神経が圧迫され、筋肉が麻痺し肩が挙がらなくなる場合もあります。しびれや感覚の異常を伴わないこともあり、判断が遅れることもあります。(図3)

図3 頸椎のMRI画像



神経の圧迫



筋力低下を起こす疾患の場合は、内服治療や手術治療が必要となることが多いです。

いずれの場合もまずは「なぜ肩が挙がらないのか？」を判断し、その原因に対してのアプローチが必要です。肩が挙がらなくてお困りの方は一度、当院整形外科または肩関節治療センターを受診してください。

お問い合わせ

整形外科外来

0261-62-3166 (14時~17時)



循環器内科シリーズ

第7回



不整脈①【心房細動】

今回から不整脈について説明したいと思います。不整脈は治療を必要としないものから直ちに治療をしなければならぬものまでさまざまです。

心房細動は、最も頻繁にみられかつ治療を要する不整脈の1つであり、ぜひ知っておいてもらいたい不整脈です。心房細動は、年齢とともに増える不整脈のため、人口の高齢化に伴い今後の患者数増加が予想されています。また、心房細動がある人のうち60%は自覚症状がなく、健康診断などでたまたま発見されます。怖いのは、脳梗塞になつて初めて心房細動が発見されることがあることです。

原因
心房細動は、弁膜症や心筋梗塞後など心臓病の方に多くみられます。しかし、心臓病がない方でも、高血圧や糖尿病などの生活習慣病があると、発症率が高くなります。また、日本人では、飲酒量の多い方にも頻繁に見られます。加齢も原因になり、病気がなくても年齢とともに増えていきます。

症状
心房細動になると心臓の脈拍がばらばらになるため、脈が不規則かつ速くなることが多く、

それを動悸として感じます。ドキドキしたり、胸が詰まるように感じる人が多いです。

心房細動が引き起こす病気

心房細動は、脳梗塞の原因になります。心房細動では血栓（血の塊）が心臓にできることがあり、その血栓が脳動脈に流れていき詰まってしまう脳梗塞になります。大きな血栓は、比較的太い血管を詰まらせるため、脳梗塞の範囲は広く大きな後遺症を残し、時には命を落としたりします。実は、脳梗塞の30%は、心房細動など心臓病が原因と言われています。

心房細動がきっかけで心不全になることもあります。むくみや息切れを感じたり、体重が1週間で2kg以上増えることがあります。

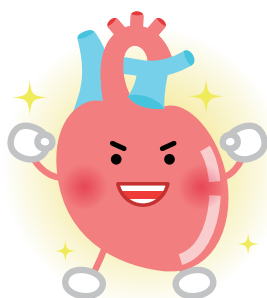
治療

まず、大切なことは、脳梗塞を予防することです。血栓を予防する抗凝固薬を飲むことが有効です。以前には、ワルファリンという薬が唯一の治療薬でしたが、現在はワルファリンより効果も副作用も優れている薬がいくつかあります。

症状がないか、軽度であっても脳梗塞の危険がありますので、くれぐれも自分の判断で飲むのをやめたりしないようにしてください。

心房細動を治療し正常の脈拍にする治療としては、薬（抗不整脈薬）とカテーテル治療があります。いずれも利点と欠点がありますので相談しながら決めていくことになります。

普段から自分の脈拍を確認してみてください。規則正しい脈に感じられなければ、心房細動など不整脈の可能性があります。早めに病院を受診してください。



お問い合わせ

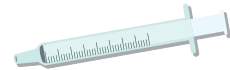
循環器内科外来

0261-62-3166 (14時〜17時)

診療部長
循環器内科部長

ひがしかた たくお
東方 壮男

インフルエンザワクチンに関するお知らせ



インフルエンザワクチン予防接種の予約受け付けを開始いたしました。
ワクチンの入荷状況により**通院患者さん優先**で受け付けを行います。ご希望の方は、通院されている外来でご予約を承ります。
通院患者さん以外の方の接種については、ワクチンの入荷状況により受付いたしますので、11月7日以降にお問い合わせください。

予約受付	2022年11月30日(水)まで
接種期間	●65歳以上10月3日(月)から ●65歳未満11月1日(火)から (予定)
料 金	【13歳未満 2回接種 6248円(税込)】 【13歳以上 1回接種 3565円(税込)】
予約問い合わせ	0261-62-3166(代表) 通院されている外来へ14時～17時の間にお問い合わせください。

※市町村からの補助がある場合は、お住まいの市町村にお問い合わせください。

※なお、ワクチンがなくなり次第予約を終了させていただくことがありますのでご了承ください。

※新型コロナワクチン接種を受けられる方は、前後2週間は接種できません。

私は長野県で就職しました！

愛知県の学校を卒業後、長野県へ戻り就職をした有賀優花さんに質問しました！

当院は、土地柄I/U/Jターンで就職をされる方が多く、このコーナーで紹介させていただきます。

Q1. どうして長野県で就職しようと思ったのですか？

愛知県内の医療機関をいくつか探しましたが、コロナ禍での行動制限により実家に帰省する機会も減り、長野県へ戻りたいという気持ちが強くなりました。

Q4. あづみ病院に就職してよかったと思えることは何ですか？

同期の仲間が大勢いることです。40名程の同期があり、様々な専門資格をもっているのも、いろいろな話が聞けて私自身勉強になりますし、悩みを相談したりできるので、助かっています。

Q2. 就職先として当院を選んだきっかけは何ですか？

県内で医療機関を探す中で、あづみ病院の求人を目にし、病院の雰囲気の良いことや理念など共感できる部分が多くぜひ就職したいと思いました。

Q5. 同じくI/U/Jターンで就職を考えている方にアドバイスを！

都会も田舎もそれぞれにいい所や大変な所があるので、どっちが自分に負担なく暮らせるか考えて就職先を決めればいいと思います！

Q3. 初めてあづみ病院に来た時の印象と実際に働いて感じたことは何ですか？

コロナ禍で病院見学に参加できなかったため、病院の大きさに驚きました。実際に働いてみて、患者さんはもちろん職員同士でも気持ちの良い挨拶が交わされていた事が印象的でした。

Q6. 今後、目標(チャレンジしたいこと)はありますか？

仕事に慣れてきたら専門学校の時に取得しなかった資格に挑戦したいです。また、体を動かすことが好きなので、今までやったことがないスポーツにも挑戦したいです。

栄養科からの

おすすめレシピ

栗を使った“変わりドリア”です。ホワイトソース不使用なので調理はとっても簡単。
栗の甘さとベーコンやチーズのしょっぱさが癖になる一品。

栗のドリア

材料(2人分)

栗の甘露煮	8粒	☆ピザ用チーズ	大まじ3~4
栗の甘露煮のシロップ	大まじ2	☆塩コショウ	適量
スライスベーコン	2枚	☆温かいご飯	お茶碗2杯分強
生クリーム	1カップ(200cc)	☆サラダ油又はバター	少量

作り方

- ① 栗の甘露煮のシロップをきり、8~10mm角に刻む。ベーコンは5mm幅に切る。
- ② ボウルに1と甘露煮のシロップ、生クリーム、ご飯を入れ混ぜ合わせ、味をみながら塩コショウで味を調える。
- ③ 耐熱容器に少量のサラダ油又はバターを塗り、2を盛り、上からチーズを散らす。
- ④ 250℃に温めたオーブンで10分ほど焼きチーズが溶けて焼き色がついたら完成。(オーブントースターで焼く場合は200℃の場合で15分程が目安。)

チーズの溶けたアツアツを召し上がってください



栄養素量(1人分)

エネルギー	925Kcal
たんぱく質	11.2g
塩分	1.2g

はまざわ たつひこ
● 調理師 濱澤 竜彦

北アルプス医療センター あづみ病院
休診日のお知らせ
(赤字の日が全科休診日です)

2022 10月 October

日 月 火 水 木 金 土

1

2 3 4 5 6 7 8

9 10 11 12 13 14 15

16 17 18 19 20 21 22

23 24 25 26 27 28 29

30 31

2022 11月 November

日 月 火 水 木 金 土

1 2 3 4 5

6 7 8 9 10 11 12

13 14 15 16 17 18 19

20 21 22 23 24 25 26

27 28 29 30

10月 2022年 16日は...

多忙な平日をお過ごしの方へ
女性の皆様へ

日曜日に
乳がん検査を
受けられる日です。

当施設は認定NPO法人J.POSH(日本乳がんピンクリボン運動)が推進するジャパン・マンモグラフィーサンデー(JMSプログラム)賛同医療機関です。

J.POSH
認定NPO法人J.POSH
https://www.j-posh.com/
J.M.Sサイト
https://jms-pinkribbon.com/
J.M.Sサイト

完全予約制!8月1日から受付開始!!

お申込みは、受付先着順となります。定員に達し次第終了となりますので、ご了承ください。
・女性技師対応(精中機構A認定技師、超音波検査技師) ・クーポンの利用不可

お知らせ
休日緊急当番医

・10/9(日)
本院(大北南部地区)

・10/10(月)
白馬診療所(大北北部地区)

北アルプス医療センター
あづみ病院理念

質の高い医療と社会への貢献をとおし、地域の皆さまから信頼される病院を築きます。

〈基本方針〉

- ① 医の倫理を守り患者さんの権利を尊重し、平等で親切、安全な医療・福祉サービスを提供します。
- ② 救急医療から在宅医療まで広く、地域の皆さまの安心を支えます。
- ③ 地域の皆さまのこころを健康を支える、やさしい医療につとめます。
- ④ 日々の研鑽に励み、明るい職場環境造りと信頼される医療人の育成につとめます。
- ⑤ 保健予防活動を通じて地域の皆さまの健康増進に貢献します。
- ⑥ 研究・文化活動を積極的に展開し豊かな地域づくりに貢献します。

求人募集
開始

求人情報



☎ 0261-62-3166



詳しくは↑

【令和5年度新規採用】

【中途採用】

- 医師
- 薬剤師
- 看護師・保健師
- 介護福祉士・看護補助者
- 言語聴覚士

- 医師
- 看護師・保健師
- 介護福祉士・看護補助者



【勤務地】

北アルプス医療センターあづみ病院

編集
後記

信州の秋は、あたりを見渡せば色とりどりの木々が目に入り、心が洗われます。今年の秋は、紅葉狩りに出かけられたらいいなと考えています。(M.A)

受付時間:平日7:30～11:30

第1・3土曜7:30～11:00

問い合わせ:0261-62-3166

10月担当医表

(○日)は、今月の診療日を表しています。

予告なく変更されることがありますので、ホームページの休診案内をご確認下さい。
※診療科により受付時間が異なります。※青字は、信大医師又は非常勤医師が診察します。

2022年10月1日現在

診療科目	曜	月	火	水	木	金	第1土	第3土
内科						美谷島杏子(初診)		
循環器内科		麻生真一(初診) 富田 威 東方壮男 百瀬智康	東方壮男(初診) 富田 威 桑原宏一郎(予約制)	百瀬智康(初診) 富田 威(5.19日) 東方壮男 麻生真一	春原大輔 (予約制)	東方壮男(初診) 富田 威 百瀬智康 麻生真一	百瀬智康 (初診) 東方壮男	麻生真一 (初診) 東方壮男
消化器内科		中村麗那(初診) 天野仁至		村木 崇	天野仁至(初診) 中村麗那	村木 崇(初診)		
呼吸器内科		池川香代子	岡田光代	岡田光代(初診) 花岡正幸(予約制10:30～)	岡田光代 池川香代子	松原美佳子 (予約制)	岡田光代 (初診)	岡田光代
脳神経内科		林田研介	藤原舜也(初診) 林田研介	林田研介	林田研介 藤原舜也	林田研介 藤原舜也	林田研介 (初診)	藤原舜也(初診) 林田研介
血液内科		仲村彩子 (予約制・午後)	仲村彩子(初診) 武岡康信		武岡康信(初診) 松澤周治(予約制・午後)	武岡康信 (予約制・午後)		武岡康信 (初診)
総合内科			林田研介					
専門診療 (予約制)		田中榮司(17.24.31日) (肝臓)	戸塚諭志 (糖尿病13:30～)	高松良太 (リウマチ・膠原病)	上條祐司 (腎臓内科)		岸田 大 (リウマチ・膠原病)	高松良太 (リウマチ・膠原病)
循環器病センター (予約制・午後)					心不全診療(6.20日)+看護 デバイス診療+専門外来			
精神科 (予約制)		中村伸治 春原隆史 樋端佑樹(24日)	荻原朋美 春原隆史 古屋昌宏	中村伸治 小野昌大 鬼頭 恒(午前)	荻原朋美 中村伸治 春原隆史 村田志保	荻原朋美 中村伸治	中村伸治 春原隆史 白石 健	
初診(午前)/認知症診療 (予約制)		輪 番	輪 番	輪 番	輪 番			
小児科		小口弘子 保刈 健(10:30～)	保刈 健	小口弘子	保刈 健 小口弘子(予約制10:30～)	小口弘子 又は 保刈 健	信 大	
午後 (予約制)		小口弘子 (慢性疾患)	予防接種・乳児検診		予防接種 小口弘子(慢性疾患16:00～)	保刈 健 (慢性疾患)		
一般外科		江原毅人	本山博章	木村 大	本山博章	江原毅人	木村 大	
呼吸器外科		花岡孝臣			花岡孝臣		花岡孝臣	
形成外科(予約制)			常川主裕(13:00～)					
専門 診療 科		乳腺 (予約制)		網谷正統(12.26日) 大場崇旦(5.19日)				
甲状腺 (予約制)						伊藤研一(14.28日) 金井敬晴(7.21日)		
心臓血管外科 (受付15:00まで)				信 大(14:00～)				
ストーマ外来 (予約制) ※看護専門外来								
整形外科		中村恒一(手・肘) 太田浩史(下肢 輪番) 狩野修治	伊藤模太郎 狩野修治(下肢)	向山啓二郎(脊椎) 政田啓輔(9:30～)	太田浩史(下肢) 信 大	信 大 村上成道 (スポーツ障害・予約制)		
再診 (予約制)		向山啓二郎 伊藤模太郎 高橋 淳(4.18日)	向山啓二郎 太田浩史 小田切優也	中村恒一	狩野修治 政田啓輔			
肩関節治療センター (受付10:30まで)		石垣範雄(予約制) 畑 幸彦(予約制)	手術日	石垣範雄(初診)	手術日	石垣範雄(初診) 畑 幸彦(予約制)		畑 幸彦 (予約制)
皮膚科 (受付10:00まで)		芦田敦子	小口美抄枝			勝家志歩		
泌尿器科		平林直樹 (再診の予約のみ)	増山玄天(5.19日) (初診受付10:30まで)	宇田津治彦 (初診受付10:30まで)	平林直樹 (再診の予約のみ)			
ストーマ外来 (予約制) ※看護専門外来								
女性骨盤底医学センター (予約制)				西澤 理(12.26日)				
産婦人科(予約制)		横川裕亮			田中泰裕			
眼科		太田いづみ (初診受付10:00まで)	増尾史織 (初診受付10:00まで) (9:15～)		太田いづみ 寺島紀子(9:30～) (初診受付10:00まで)	太田いづみ 増尾史織 (初診受付9:30まで) (再診受付10:00まで)	増尾史織 (初診受付9:30まで) (9:15～)	
耳鼻咽喉科 (平日受付16:00まで)			信 大 (14:00～)			信 大 (14:00～)	信 大	
放射線科					小松大祐(午後)			
麻酔科 (予約制)		小林浩一 (ペインクリニック)	相場一馬(輪番) 小林浩一(輪番) (手術前診察)	小林浩一 (ペインクリニック)	新倉明和 (手術前診察)	小林浩一 (ペインクリニック)		
リハビリテーション科(予約制)		畑 幸彦	畑 幸彦	石垣範雄	石垣範雄	石垣範雄	石垣範雄	
歯科口腔外科		長汐沙千穂 西牧史洋	手術日 (急患対応は要相談)	長汐沙千穂 西牧史洋	長汐沙千穂 西牧史洋	長汐沙千穂 西牧史洋	西牧史洋	長汐沙千穂
緩和医療外来 (予約制)			花岡孝臣(11日) 武岡康信(18日) 間宮敬子(25日)					
在宅支援科(予約制)		仲村彩子 (13:00～)			池川香代子 (13:00～14:00)			

白馬診療所

問い合わせ TEL:0261-75-4123 FAX:0261-75-4182

内科 人工透析 リハビリテーション科	下里修一 富田 威(午後)	下里修一 木村知子	下里修一 木村知子 整形外科(26日)	下里修一	下里修一 木村知子	下里修一 木村知子
--------------------------	------------------	--------------	---------------------------	------	--------------	--------------

あるぷすメンタルクリニック

問い合わせ TEL:0263-39-6868

精神科 (予約制)	小笠原絃輔	中村伸治(4.18日) 11.25日休診	小笠原絃輔	小笠原絃輔	小笠原絃輔	小笠原絃輔
--------------	-------	-------------------------	-------	-------	-------	-------