



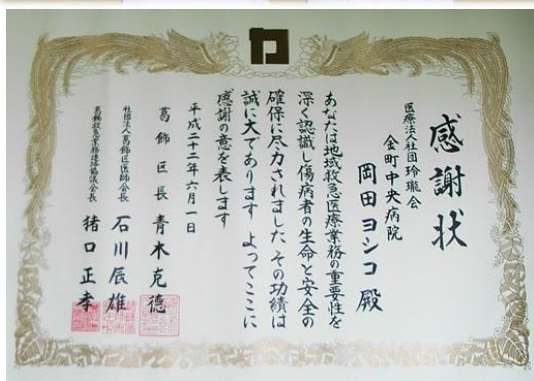
# ささえあい

## 主な記事

医師会から表彰されました！  
♪中学生が病院実習に来ました♪  
朝起きた時手がこわばることはありませんか？  
金町中央病院公開講座報告  
病院の「イベント」紹介します！  
金町中央病院からのお知らせ  
8月の外来担当医表  
編集後記

第2号 平成22年8月	
医療法人社団玲瓏会 金町中央病院	発行元 東京都葛飾区金町1-9-1
病院長 野田 剛	TEL 03-3607-2001
担当部署 広報チーム	FAX 03-3607-2082 <a href="http://www.reiroukai.or.jp/">http://www.reiroukai.or.jp/</a>

## 葛飾区医師会より表彰されました！



このたび、葛飾区長・葛飾区医師会長より、当院看護部長岡田ヨシコと検査科田中和男に、感謝状を授与されました。

これは、葛飾区の地域救急医療業務の重要性の認識と傷病者の生命と安全確保に尽力したことに対するものです。私たち職員はこれからも地域医療に貢献し区民の皆さまのお役に立ちたいと考えております。どうぞよろしくをお願いいたします。

## ♪中学生が病院実習に来ました♪



平成22年6月21日から3日間、葛飾区内の中学生2名が当院に来院し「職場体験」をおこないました。

実際に患者さんの車いすを押し、自分たちの血圧を測るなど意欲的に取り組んでいました。また職員からの説明を熱心に聞いている姿が印象的でした。

後日、職場体験をした2名の中学生よりお礼のお手紙をいただきました。「患者さんと会話している時、笑顔になってくれてとてもうれしかった」「看護師さんの精神力がすごいと思った」「自分ももっと積極的になろうと思った」と学びの一助となったようで私たち職員も大変うれしく思います。

ご協力いただいた地域の皆様、ありがとうございました。

看護部長 松本 早苗

## 朝起きた時、手がこわばることはありませんか？

手の指が腫れぼったくて  
動かみにくい

手が突っ張った感じがする

指が痛い

手がぎこちない感じがする

このような症状がありませんか？これが、“こわばり”の症状です。朝のこわばりがおこる代表的な病気は関節リウマチです。現在日本では、約70万人の関節リウマチ患者さんがおられます。200人に1人以上の割合です。これは決して少ない数ではありません。20年前のリウマチ治療というと、ステロイド剤や痛み止めが主流で“強いリウマチ薬はできるだけ遅くから開始しよう。リウマチが進んできたら強いリウマチ薬を開始しよう。”という考え方でした。しかし、現在は“なるべく早く強いリウマチ薬を開始しよう！”という考え方にかわりました。なぜ変わったのでしょうか？以前は“関節リウマチはゆっくり進行する。”と考えられていましたが、いろいろな研究が進むにつれて、“関節リウマチは発症直後から進行する。”ということがわかったからです。強いリウマチ薬を発症早期から積極的に使用するという考え方と新薬（生物学的製剤）の登場でリウマチの治療が劇的にかわりました。以前は関節リウマチが徐々に進行し、体のいろいろな関節に痛みや関節破壊をきたし、歩くことができなくなる方や寝たきりになってしまう方がおられました。しかし、今日では治療方法や治療薬の進歩によりリウマチが寛解する方も徐々に増えてきています。私達リウマチ専門医の考え方も“関節リウマチ治療の目標は、短期的な日常生活の質の改善、疼痛の軽減だけでなく、長期的な日常生活の質の改善や骨関節破壊の防止を目指す時代へ”と変わっています。また、検査の進歩により、早期の関節リウマチを発見できるようになりました。

つまり、関節リウマチには、**早期診断と早期治療が大事！**ということです。もし手のこわばりの症状や、原因不明の関節の痛みなどがあったら当院整形外科へお気軽にいらしてください。

日本リウマチ学会 リウマチ指導医 評議員  
日本整形外科学会 整形外科専門医

整形外科部長 森下 実

# 金町中央病院 公開講座報告

## 「糖尿病性網膜症ってどんな病気？」

平成22年6月18日に金町中央病院公開講座が開催されました。今回のテーマは「糖尿病性網膜症ってどんな病気？」でした。

網膜症は糖尿病からおこる合併症のひとつです。糖尿病にかかって約10年で患者さまのおよそ半分が網膜症を合併すると言われていています。自覚症状がないまま病状が進行して失明にいたるケースもあるので、日々の血糖管理、血圧管理などの地道な努力が大切です。公開講座当日は治療法などの紹介もおこないました。



今後も当院スタッフがさまざまなテーマで、公開講座を開催していく予定です。ぜひ皆様のご参加をお待ちしております。

## 病院の「イベントメニュー」紹介します！

7月7日に当院の行事食が患者さまに振舞われました。メニューの内容は、冷やし中華・スズキのかぶら蒸し・海老茶巾・プリンでした。

冷やし中華に使われている「**トマト**」は7~10月が旬で、「**ビタミンC**」が多く含まれています。また、「**ルチン**」「**リコピン**」も多く含まれています。ルチンは血圧を下げる効果、リコピンはがんの予防作用があり、「**トマトが赤くなると医者が青くなる**」という西洋のことわざがあるほど必需的存在になっています。他にも「**グルタミン酸**」も多く含まれていて、胃酸の分泌促進・ピロリ菌による胃炎を抑制する作用がある事が報告されています。また、保湿効果があり美肌によい、ストレスへの抵抗力を高めるなどの効果も見られる様です。



まだまだ「暑い夏」が続きます。旬の野菜「**トマト**」で体の中から健康の維持・予防をしていきましょう。

栄養科



# 8月の外来担当医表（下線は常勤医師） **赤字は女性医師です**

		月	火	水	木	金	土
内科	A M	<u>関川</u> 伊藤	佐藤 梅本(2・4週) 福田(1・3・5週)	池嶋 <b>多和田</b> 吉原(糖尿病)	中寺 渡辺(糖尿病)	<b>山城</b> 和泉 梅本	呉 小山
	P M	<b>高嶋</b>	<u>関川</u> <b>森</b>	<b>金中</b> <b>森</b> 吉原(糖尿病)	<b>森</b> 渡辺(糖尿病)	中田	佐藤(1週) 前田(2~5週)
外科	A M	<u>野田</u>	<u>村田</u>	小林	<u>野田</u>	<u>村田</u>	<u>野田</u>
	P M	三浦		小林 (2週目のみ休診)	山下	吉田	尾高(2・4週)
整形外科 リウマチ科	A M	<u>森下</u>	竹之内	<u>森下</u>	齊藤	<u>森下</u>	竹之内
	P M		竹之内		齊藤 (手術の場合休診)		竹之内
婦人科	A M						木村
	P M		星合				木村(1・3・5週) <b>小川</b> (2・4週)
泌尿器科	P M	富田	<b>今莊</b>	清田	吉良	岡本	
脳外科				古屋			

## 「特定健康診査はもう受診されましたか？」 8月末で終了です！！

40～74歳の方を対象とした「特定健康診査」は残すところあと1カ月になりました。 まだ受診されていない方は今月中に受診していただきますようお願い致します。

尚、月末は混雑が予想されます。お早めの受診をお勧めいたします。9月から長寿健康診査、基本健康診査、20・30歳代健康診査がはじまります。対象の方には8月末に区より受診券が送付されま  
す。年に一回の無料健康診査です、是非ご利用下さい。

## スタッフ紹介！



金町中央病院へ入社し約半年が経ちました。  
今後も皆様の入院生活が快適におくれるように努  
めていきます。  
よろしくおねがいします。

携帯電話でアクセス



## 編集後記

お隣の墨田区に建設中の東京スカイツリー  
3月に東京タワーの333mを抜いて日本一高い建物になりました。  
今は完成時の高さ634mの約3分の2まで出来上がりました。  
来年12月には完成して、再来年の春に開業予定です。都内観光  
コースに加えられたり、グッズの販売なども始まって、何かと話  
題になっていますが、タワーの工事現場では、梅雨明け後のモー  
レツな暑さの中、約500人の作業員が働いています。  
当院にも熱中症の患者さんがみえていますが、高所・炎天下とい  
う厳しい環境の下、熱中症に注意して事故のないように願って  
います。  
(H.N.)