



天王川公園



「世界の養生訓から健康長寿をめざそう」

国家公務員共済組合連合会 名城病院長 早川 哲夫

日本人の健康観は、昔は国や主君に対して十分な働きができるための健康増進であった。

最近では家族のために働いて収入を得るため、さらには、人生を楽しむための健康管理へと考えが移ってきた。いつまでも元気に暮らしたいとの願望から健康長寿という言葉をよく目にする。

古今東西、多くの健康法があるが、わが国では貝原益軒の養生訓が有名である。益軒は300年前の江戸時代の儒学者であり、死亡1年前の83歳のときに健康法をまとめた。

彼の健康法の基本は、正しい生活習慣、満足ではなく、不足と余裕、慎むことが大切と説いている。

この健康法は現代にも十分に適用する原則である。彼の考え方は古代の中国、ギリシャ、イスラム、

インドの健康法にも多くの共通点がある。

中国古代の健康法の柱は、
①自然に従う、
②ストレスを少なく体を使う、
③正しいことを適度に行う、
であった。古代ギリシャでも規則正しい生活、食生活、運動を勧められている。

イスラムの養生戒律にも現代も役に立つ健康法が含まれている。1日に何回も行う祈りには適度な運動と呼吸で体調を整える工夫がされている。豚肉の禁止は寄生虫予防、断食は過食を防ぎ胃腸を守り、禁酒はアルコール障害を防ぐ意図が込められている。剃毛、入浴は体を清潔に保ち、皮膚病や伝染病の予防に役立っている。ルネサンス時代のイタリアでもイスラム医学を採り入れ、「ストレスをためるな、大食いはするな、酒に

用心、体を動かせ、排泄はこらえるな」などの健康法を勧めている。

「幾何学(学問)に王道なし」というように「健康法にもサプリメントなどの抜け道はない」と言えます。不用意にサプリメントを多用すると命を縮めます。秦の始皇帝をはじめ、漢、唐の時代の皇帝も強精薬をのみ過ぎて、ヒ素や水銀中毒で死亡しているそうです。したがって、「薬を何ものまなければ、少なくとも中程度の医療を受けているのと同じ」との格言は現代医療の真理でもある。

元気で長生きし、極楽往生するためには、少なめに食べて、よく働き、よく歩き、生活を楽しむことが大切である。薬はのむ目的を考え、必要最小限にした方がよい。「過ぎたるは、なお及ばざるが如し」という論語の言葉は通用します。

市民公開講座のお知らせ

名城病院では市民公開講座を行います。ご自由にご参加ください。(参加費無料)

お席に限りがありますのでご予約をおすすめします。

第5回 市民公開講座

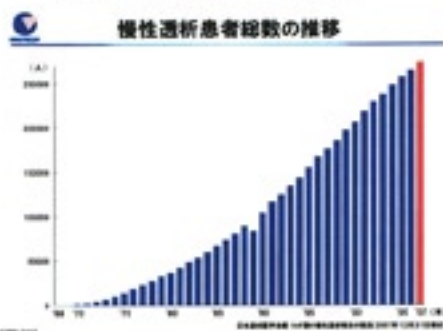
高齢化社会を楽しく生きる方策

テーマ 「やさしい嚥下(えんげ)の話」 ~食べる楽しみいつまでも~
講師 名城病院 歯科口腔外科部長 服部 浩 朋
日時 平成21年6月25日(木) 午前11:00~12:00
会場 名城病院 地下1階 大会議室

お問合せ・ご予約 名城病院 公開講座係 ☎(052) 201-5311 内線 2145

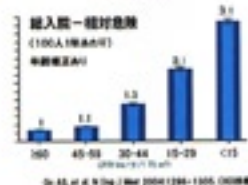
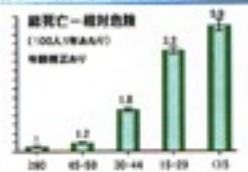
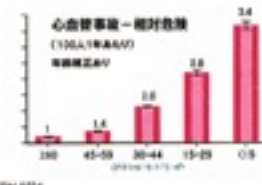
CKD(慢性腎臓病)をご存じですか

「尿蛋白陽性など腎疾患の存在を示す所見」、もしくは「腎機能低下(糸球体ろ過量(GFR)が $60\text{ml}/\text{min}/1.73\text{m}^2$ 未満)」が3ヶ月以上続く状態をCKD(chronic kidney disease:慢性腎臓病)と定義し、CKD対策を進める取り組みが全世界的に進んでいます。理由として透析や移植を必要とする末期腎不全患者が世界中で顕著に増えているからなのです。1990年から2010年の20年間で世界の末期腎不全患者数は43万人から210万人へと、実に5倍に増えると予測されています。またわが国においても慢性維持透析患者は26万人を超え、さらに毎年約1万人前後増え続けています(図1)。今や国民の500人に1人が透析を受け、透析にかかる医療費が

腎機能別にみた
死亡・心血管事故・入院の相対危険度

CKDは、CVD、死亡、入院の独立した危険因子である

CKD(慢性腎臓病)の患者に比べて、心血管事故、死亡、心血管事故、入院、の発生頻度に関する相対危険度
GFR(糸球体ろ過量)が30未満の112万人を対象とした調査(平均年齢62歳、平均年齢 52歳、男女比 5:1)



年間1兆円を超える時代を迎えており、医療費的にも問題になっています。CKDは世界中で増え続ける末期腎不全患者の予備軍として注目されています。日本において、20歳以上の一般住民において、「腎機能低下(糸球体ろ過量が $60\text{ml}/\text{min}/1.73\text{m}^2$ 未満)」の人は約1,926万人(18.7%)いるとされ、この数は予測されていた数よりはるかに膨大でした。CKDはもはや日常的にしばしば遭遇するありふれた病気のひとつといえます。また、末期腎不全への進行以外にも「CKDが心血管疾患(CVD)の大きな危険因子である」ことが多くの知見から明ら

かになりました。CKDのステージが進むほど(腎機能が悪ければ悪いほど)心血管疾患の発症危険度が増していくのです。これ以外にも原因のいかに問わない総死亡や総入院の程度も腎機能の低下に従って高くなることが明らかになってきました(図2)。

ですからCKDを治療し、腎不全の進行を抑えることは、国民の健康課題としても、医療的にもきわめて重要な位置を占めています。CKDの治療、予防として大事なことは、早期発見、早期治療です。CKDの場合、かなり進行しないと自覚症状が出現しません。自分は大丈夫と思わないで定期的な検査を行っていきましょう。

側わん症矯正固定材料「ペプター」が承認されました

整形外科部長で脊椎脊髄センター長の川上紀明医師がかねてから申請していた、矯正固定材料「ペプター」が昨年12月22日厚生労働省から認可されました。



厚生大臣(左より)と川上整形外科部長(右より)と患者家族

「ペプター」は背骨の一部が変形し肺の成長が妨げられる先天性側わん症などの矯正治療に使われます。同25日、川上医師と患者家族らは、厚生労働省に招か

れ外添大臣から直接承認通知を受けました。なお、現在ペプターの適正使用基準にあてはまる施設は全国でも名城病院のみとなっています。



肺の成長を確保するための肋骨に固定された「ペプター」

新任ドクター紹介

泌尿器科部長

加藤 誠
かとう まこと



この4月に名古屋市立西部医療センター城西病院より転任し、名城病院にお世話になっております。

当院の理念を念頭において診療を行い、皆さまに貢献できればと存じます。

よろしくお願いいたします。

呼吸器内科

中村 俊信
なかむら としのぶ



この4月より名古屋大学病院より赴任いたしました。大学では呼吸器内科の日常診療及びアレルギー免疫学の研究に取り組んできました。

これ迄の14年のキャリアをいかし、呼吸器専門医として皆様のお役にたちたいと思います。

消化器内科

前田 啓子
まえだ けいこ



この4月より転任いたしました。

環境に早くなれ、患者さんのお役に立てるよう頑張りますので、宜しくお願いいたします。

産婦人科

杉山 久美子
すぎやま くみこ



この4月より、赴任いたしました。

素晴らしい環境の名城病院で勤務できることを幸せと思い、精一杯勤めさせていただきます。

よろしくお願いいたします。

循環器専修医

渡部 篤史
わたなべ あつし



この4月より赴任いたしました。

患者様の健康に貢献できるように一生懸命頑張りますので、宜しくお願いいたします。



相山 明輝
あいやま あきてる

研修医紹介

どうぞよろしく
お願いします



杉浦 潤
すぎうら じゅん



天野 悠
あまの ゆう



榎本 康宏
えのもと やすひろ



長谷川 奈々
はせがわ なな



飯島 英紀
いじま ひでのり



加藤 稔
かとう みのる



渡邊 槇子
わたなべ まきこ

News 救急医療に感謝状



去る1月19日、名古屋市中消防署から、日頃の救急医療に対して感謝状をいただきました。

診療時間にかかわらず夜間や休日の時間外に24時間の積極的な救急車の受入や、安心して受診できる病院づくりなどの消防行政に協力してきたことに対するものです。

病院の勤務環境には大変厳しいものがありますが、名城病院職員は今後とも、病院の果たすべき使命を認識し、医療を通じて地域の皆さんの健康な生活のために努力してまいります。

News

ボランティアさんに感謝状

3月13日、病院ボランティアの三浦貞子さんに早川院長から感謝状が贈られました。

三浦さんは、病棟でベッドのシーツ取替えやおしぼりたたみなどのボランティア活動を19年あまり行ってこられました。

このたび退会することになりました。最初は、友人と二人で始めましたが友人がやめた後、一人でも続けてこられたそうです。三浦さんは、11階の大きな窓からは名古屋城や、北の山々まで素晴らしい景色が見えるよい環境のなかで、からだが健康だったから今日まで続けられたとおっしゃっていました。



三浦さんのボランティアの姿は、患者さんやスタッフにも元気をいっぱい与えていただきました。永い間、本当にありがとうございます。これからもお元気で過ごしてください。



News

産科医療補償制度のお知らせ

～妊婦の皆様が安心して産科医療を受けられるように～

平成21年1月から産科医療補償制度が始まりました。

この制度は、分娩に関連して発症した脳性麻痺の赤ちゃんとそのご家族の経済的負担を補償するとともに、発症の原因分析を行い、将来の予防に資する情報を提供することにより、紛争の防止・早期

解決および産科医療の質の向上を図るために創られました。当院で分娩をされる方は、制度への登録手続きをお願いしています。

産科医療補償
制度加入機関



解決および産科医療の質の向上を図るために創られました。

当院で分娩

をされる方は、制度への登録手続きをお願いしています。

「口腔ケア」してありますか？

歯科口腔外科では、歯科衛生士が病室を訪問し、専門的口腔清掃(口腔ケア)を行なっ

ています。口腔ケアは、①口臭の予防、②食欲の増進、③誤嚥性肺炎やインフルエンザの予防、④心内膜炎の予防、⑤嚥下機能の改善、⑥血糖値の安定などに寄与すると言われています。

詳しくは、主治医、看護師、歯科衛生士におたずねください。



編集



BLS (Basic Life Support) : 一次救命 今回、新人研修でBLS AED(自動体外式除細動器)の担当となった。以前より救命救急に関心はあったが、ここ数年AEDの普及が目覚しく、自分もその取り扱いくらいは知っておきたいと思ったのが、BLSプロバイダーの資格取得のきっかけとなった。もともとは非医療者によるAED使用を含む一次救命処置の拡大が目的だったそうだが、設置されているだけであまりその現場を見かけることはない。使用されないですむに越したことはないが、本来は基本的なBLSが効果的に実施され、AEDを正しく使用することである。院内におけるAED BLSの講習は任意であるが、全職種者対象の必須アイテムとしてシミュレーション訓練が行えていけるとよいと思う。

後記

名城病院診療等のご案内

ホームページはこちら <http://www.meijohosp.jp>

診療科目

内科・循環器科・小児科(小児循環器科)
外科・整形外科・脳神経外科・心臓血管外科
皮膚科・泌尿器科・産婦人科・眼科
歯科口腔外科・神経内科

お問合せは、

- ・ 午後の診療等、詳しくは、医事課まで(内線 2132)
- ・ 医療福祉に関しては、医療福祉相談室まで(内線 5105)

医療機関の方へ

- ・ 病診連携に関しては、病診連携室まで(内線 2151)

診療受付時間

【新患受付】 午前 8:30 ~ 11:30 まで

【再来受付】 午前 8:00 ~ 11:30 まで

面会時間

【一般】 午後 0:30 ~ 8:00 まで

【新生児】 午後 0:30 ~ 8:00 まで (授乳時間を除く)

【ICU】 午後 0:30 ~ 4:30 まで

午後 5:00 ~ 8:00 まで

※生花の病室への持込は、感染予防のためご遠慮します。

診療案内

【休診日】 土曜日・日曜日・祝日
年々年始(12月29日~1月3日)
創立記念日(11月6日)

所在地

〒460-0001 名古屋市中区三の丸1-3-1
TEL (052) 201-5311 FAX (052) 201-5318



名城病院は、病院機能評価の認定を受け、よりよい医療を提供できるよう努力しています。