

かすみがうら

第122号
〈毎月1日発行〉

■発行所■
霞ヶ浦医療センター
かすみがうら編集局
〒300-8585
土浦市下高津2-7-14
Tel 029-822-5050
Fax 029-824-0494
E-mail & Web Site
kasumi@kasumi.hosp.go.jp
http://kasumi-hosp.jp/



筑波大学付属病院土浦地域

臨床教育ステーション開設

同ステーション長 石井 幸雄

玄関向かって右側に筑波大学の名前の入った銀色の看板が掲げられたのをお気づきでしょうか？新聞等の報道もあったのでご存じの方も多いとは思いますが、昨年の12月の筑波大学と土浦市の間で寄付講座設置に係る協定の締結に伴い、霞ヶ浦医療センター内に筑波大学付属病院土浦地域臨床教育ステーションが開設され、4月より勤務することとなりました。

寄付講座とは、外部からの資金援助により大学内に特設される研究部門であり、例えば、製薬メーカーが特定の疾患の治療法開発のために一定期間資金を提供するというものが医学分野では想像しやすいかと思えます。

今回は地方自治体(土浦市)が大学に寄付を行い、講座(研究や教育の場所)を国立病院機構(霞ヶ浦医療センター)に開設するもので、本邦初の試みでもあります。貴重な市の予算を大学の研究に寄付することを疑問を持たれる方も多いとは思いますが、霞ヶ浦医療センターの定着や筑波大学との連携強化が容易になるという間接的なメリットが期待できます。

新しい臨床研修制度の導入により、一般病院は条件を満たせば研修医を直接に採用することが可能になった一方で、今までのように大学病院からの派遣に頼ることが難しくなりました。我々は筑波大学医学群の教官でもあることより、卒前卒後の一貫した臨床教育の環境を提供し、一人でも多くの卒業生が当院を初期研修の場を選んでもらえるようにしていきたいと思えます。

研修医が定着するためには、当院が研修医にとって魅力ある病院である必要があります。研修医にとって魅力ある病院とは、きれいであるとか最新機器を有しているなど設備面ももちろんですが、スタッフの医療技術の確かさ、安全への意識、思いやりの心など人的要素が特に重要であり、それは同時に患者様にとって安心快適な病院でもあります。研修医が魅力を感じ患者様に満足頂けるような医療の場が提供できるよう、今後と

両面から一層の充実をはかっていたいと思えます。

研究医の定着は長期的な医師の確保を可能にしますが、専門診療の提供や研修医指導のための専門医クラス、医師確保も当面の課題であり、ステーションの開設により当院が筑波大学付属病院のサテライトとなつたことで、同クラスの医師の優先的な派遣が期待されます。私自身もこの3月まで筑波大学に10年以上在籍しておりましたので、今後筑波大学とのパイプ役として当院の

防、早期発見、治療に努めてまいりましたが、今後アレルギー外来、セカンドオピニオン等も始めていく予定ですので、これらの領域で何かご心配のある方はお気軽にご相談ください。

最後に繰り返しになりますが、土浦市を始めとした県南地域の医療の充実を目的に土浦市の寄付により当ステーションは開設されました。市の貴重な予算を使う以上失敗は許されません。一方でこの画期的な試みが成功すれば新たな地域医療政策の第一歩として全国に発信でき、ステーション長としてその責任の大きさを感じています。霞ヶ浦医療センターの職員の皆様とも力を合わせて頑張っていきたいと思いますのでご支援の程よろしくお願ひ申し上げます。

最後に繰り返しになりますが、土浦市を始めとした県南地域の医療の充実を目的に土浦市の寄付により当ステーションは開設されました。市の貴重な予算を使う以上失敗は許されません。一方でこの画期的な試みが成功すれば新たな地域医療政策の第一歩として全国に発信でき、ステーション長としてその責任の大きさを感じています。霞ヶ浦医療センターの職員の皆様とも力を合わせて頑張っていきたいと思いますのでご支援の程よろしくお願ひ申し上げます。

＜インフォメーション＞

○電話予約の受付時間(診療予約センターより)

電話番号 029-826-6471 (直通)
受付時間 平日 12時30分～16時まで

○MR I 検査予約について(放射線科より)

当院では、MR I 検査を休日を実施することができます。ご希望の方は、主治医にご相談ください。

○脳ドックのご案内(放射線科より)

【土曜日・日曜日のみ実施しております!】

電話番号 029-822-5050 (代表)
(内線 3360)
料金 19,000円(自費診療)

○禁煙外来のご案内(呼吸器科より)

受付時間 水曜日: 13:30～(完全予約制)
担当 呼吸器科医師 菊池 教大
費用 1クール通院5回 保険適応(要件有り)
3割負担で合計6,500円程度
※初診もしくは3年以上受診がない場合は、別に3,150円掛かります。

〈6月集団指導のご案内〉

☆減塩教室(第3木曜日)

午後2時～ 第4会議室

◆21日
『気をつけよう! 加工食品の塩分量』

管理栄養士

☆糖尿病教室(第1～5金曜日)

午後3時～ 第4会議室

◆1日
『簡単なお料理紹介します。』

◆8日
『糖尿病網膜症について』

◆15日
『糖尿病とは・・・原因・症状・合併症など』

◆22日
『運動療法について』

◆29日
『妊娠と糖尿病』

◆公開市民講座のお知らせ
会場/地域医療研修センター1講堂

日時/6月6日 16時
『白内障について』

日時/7月3日 15時
『手のしびれと痛みを来す』

日時/7月3日 15時
『整形外科疾患について』

日時/7月3日 15時
『整形外科疾患について』

日時/7月3日 15時
『整形外科疾患について』

日時/7月3日 15時
『整形外科疾患について』

日時/7月3日 15時
『整形外科疾患について』

日時/7月3日 15時
『整形外科疾患について』

日時/7月3日 15時
『整形外科疾患について』

日時/7月3日 15時
『整形外科疾患について』

整形外科診療、復活する

筑波大学教授(整形外科医師) 西浦 康正

霞ヶ浦医療センターでは、4月から整形外科の診療を再開致しました。

常勤スタッフは、私、西浦康正と、村井伸司先生の2名です。2名とも日本整形外科学会の専門医です。

私は、昭和61年慶應義塾大学医学部の卒業で、整形外科の診療歴は27年目になります。村井先生は、平成17年筑波大学医学専門学群卒業の気鋭の若手整形外科医です。

私は、平成7年12月から茨城県にまいりまして、筑波大学附属病院で整形外科の診療を行ってまいりました。整形外科の中でも特に、手の外傷や障害、肘の外傷や障害、末梢神経の障害、スポーツによる手・肘の障害などが専門で、これら専門学会にも所属しています。特に、日本手外科学会の専門医でもあり、NHKの「きょうの健康」という番組に出演したこともありま



す。
具体的な病名としては、『指や手の骨折・脱臼』『指の腱断裂』『ばね指・腱鞘炎』『指の変形性関節症拘縮』

『ギーンベック病』『TFCC損傷』『関節リウマチによる手の障害』『先天異常』『腫瘍』『手のしびれや麻痺が生じる手根管症候群・肘部管症候群』『肘周囲の骨折・脱臼』『野球肘などスポーツによる肘関節障害』『変形性肘関節症』『上腕骨外上顆炎』などです。

これらに関しては、専門的な観点からの治療が行えると思えます。整形外科領域には、このほか、脊椎・脊髄、肩関節、股関節、膝関節、足などの領域の外傷や疾患があります。私は、一般病院でこれらの疾患の治療経験があります。筑波大学附属病院で、長年、これらの専門的な治療を実際経験してきました。一般的な治療を行うとともに、必要に応じて、筑波大学附属病院と連携し、専門的な治療を提供していきたいと考えています。

みなさんは、けがをしたり、骨折が疑われたら、どこで治療されますでしょうか。たとえば、突き指をしたらどうでしょうか。突き指というのは、けがの仕方であって、医学的に、突き指という病名はありません。突き指によるけがには、いろいろな骨折、靭帯損傷、腱断裂などいろいろな病態があります。骨折しているかどうかは、レントゲンをとらないとわかりません。レントゲンをとって骨に異

常がなかったら、もう大丈夫でしょう。必ずしもそれで大丈夫とは言えません。靭帯損傷や腱損傷などレントゲンに写らないけががありますし、レントゲンを撮る方向が悪いとわからない骨折もあります。それでは、すぐに治療を開始するのと1ヶ月放っておいてから治療するのでは、違いがないのでしょうか。これは、早期に治療する方が断然よく治ります。指や手、肘の骨折は、早期に適切な治療を行わないと、すぐに動かなくなってしまうからです。特に、小児は腫れがわかりにくく、骨折は、ずれた状態ですぐにくっきりしてしましますから要注意です。

また、高齢者が手をついたときに、手首の近くで骨が折れる橈骨遠位端骨折という骨折があります。骨折部を整復して(骨折のずれを直して)、ギプスで固める治療がよく行われます。そのままの状態では、骨がくっつくまで、三角巾をしてじっと静かにしていただきますが、どうなるでしょうか。骨はつきませんが、指と肩が動かなくなってしまう可能性があります。手首の骨折は多少変形して治っても機能障害は少ないですが、指が動かなくなってしまうと、大きな機能障害となってしまう可能性があります。

心配な場合は、是非、霞ヶ浦医療センターの整形外科を受診してください。

私のモットーは、よく治る治療です。筑波大学附属病院では、他の医療機関で治療を受けて、よく治らなかつた患者さん、こじれてしまった患者さんの治療も行ってきました。こういう患者さんには、必ず、よく治らなかつた原因があります。まず、診断が正しくなければ、よく治りません。また、診断が正しくても治療方法の選択がよくなければ、よく治りません。それから、実際の治療の手法(注射や手術などの手技)がよくなければ、これまたよく治りません。それでは、どのようにすれば、よく治るのでしようか。当たり前のことですが、正しく診断して、一番よい治療法を選択し、的確な治療手法を行えばよく治ります。私は、いつもこの治療の過程を考えながら、治療を行っています。

土浦市はつくば市の隣なので、私が今まで治療した患者さんも多く住んでおられ、噂を聞いた患者さんがすでに何人か来てくれたことは大変嬉しいことです。整形外科の疾患で困ったことがあれば、是非霞ヶ浦医療センターの整形外科にお越しください。

今月の一品料理
【アスパラガスのリゾット】
栄養管理室

アスパラガスの旬は、春〜初夏です。産地により出回る時期が少し違いますが、5月は長野や福島産が多く出回ります。6月下旬からは、北海道産が出回る時期となります。



【エネルギー 1人前 350 kcal】



材料 -
アスパラガス 4〜5本
たまねぎ 1/2個
バター 10g
米 2合
固形スープの素 2個
水 4カップ
チーズ 50g
(ピザ用又は粉チーズ)
塩・こしょう 少々

作り方
①たまねぎは、みじん切りにする。
②アスパラガスは、茎の硬い部分を少し切り落とし、皮の固いところをピーラー等でむき、2〜3cmの長さに切る。
③水に固形スープの素を入れ、一煮立ちさせ溶かしておく。
④鍋にバター溶かし①を炒め、半透明になったら米を入れさらに炒める。(米は洗わないで使う)
⑤米がやや透明になったら③を半分入れ、時々混ぜながら中火で煮詰める。
⑥煮汁が少なくなったら②と残りの③を加え、全体を混ぜ合わせて更に煮詰めていく。
⑦米の煮え加減を確認し、やや芯が残る程度で火を止め、チーズを加え全体に混ぜる。(米が硬いようであれば、水を加えて煮る)
⑧チーズが全体に馴染んだら、塩、こしょうで味を整え、器に盛る

ルチンはフラボノイドの一種で抗酸化作用があり、毛細血管を強くし血行をよくする働きがあるとされており、冷え性や肩こりの改善が期待されています。グルタミン酸にはアンチエイジングや美肌効果があると言われています。

最も代表的な成分であるアスパラギン酸には疲労回復効果が期待されています。今が旬の栄養豊富なアスパラガスを利用した1品を是非お試しください。

栄養管理室では、患者さまの個人栄養相談を行っております。個々の病状にあったお食事のアドバイスもさせていただきます。ご希望のある方は主治医にご相談ください。

栄養管理室