

名古屋共立病院 「基本理念」



- 常に最新の先端技術を導入し、高度な専門医療を目指します。
- 真に総合的な医療(予防・治療・リハビリ・社会復帰)を目指します。
- 患者様の自己決定権を尊重する医療を目指します。
- 他の医療機関と連携して、地域医療の発展を目指します。
- 教育・研究を重視し、職員の自己研鑽に努めます。



当院までのアクセス

マイカー

外来患者様の利便性向上のため、駐車場を病院周辺に4か所ご用意しております。外来患者様には、5時間無料の割引をさせていただきますので、「駐車券」を院内受付にご提示ください。

公共交通機関でお越しの方

地下鉄高畑駅より

市バス「高畑13(8番のりば)野跡駅・港区役所行」(中川住宅下車すぐ)

八田駅より(JR・近鉄・地下鉄)

市バス「高畑13(1番のりば)野跡駅・港区役所行」(中川住宅下車すぐ)



名古屋共立病院に来院される患者様へ

無料送迎シャトルバスを運行しております

地下鉄高畑駅と名古屋共立病院 外来棟

の間で、無料送迎シャトルバスを運行しています。

シャトルバス時刻表は名古屋共立病院 外来棟の受付またはホームページでご確認ください。→



広報誌の創刊にあたり、名古屋共立病院の職員から誌名を募り、「すまいる」に決まりました。

「すまいる」についてのアンケートにご協力をいただいた方にはノベルティをプレゼントします。



UD FONT
by MORISAWA
見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

すまいる



特集 循環器内科のご案内

- トピックス: 名古屋共立病院 地域での講演会活動について
- 見つけた! 中川区の「すまいる」
- 栄養士のイチオシレシピ: 旬のかぼちゃでほっこりメニュー
- 偕行会ウェルネスセンター「1周年記念イベント」のお知らせ
- INFORMATION: 「名古屋シティユナイテッドFC」(社会人サッカーチーム)を応援しています

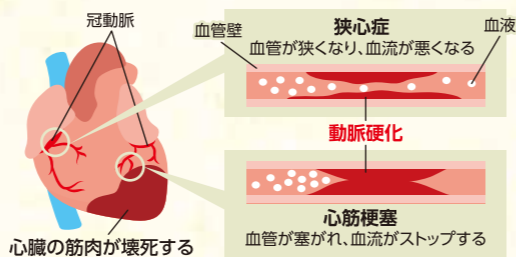


胸の痛みに要注意 虚血性心疾患を予防しましょう

日本人の死因のうち、がんに次いで2番目に多いのが「**心疾患**」です。
今回は心疾患の中でも代表的な「**虚血性心疾患**」について、**主な症状や原因、治療方法や予防方法**についてお伝えします。

虚血性心疾患とは？

虚血性心疾患とは、冠動脈の内側が狭くなったり、血栓によって冠動脈が詰まってしまうなどの理由で**十分な血液が流れにくくなり酸素や栄養が不足すること**に関連して発症する**心臓の病気**です。心臓は絶えず**全身に血液を送り続ける**とても重要な役割があり、**冠動脈を守る**ことが**全身の健康**に繋がります。



こんな症状はありませんか？

- 動悸が続いている
- みぞおちあたりの痛み・不快感がある
- 胸が苦しい・胸やけがする
- 左肩の痛みがある
- 奥歯や顎に痛みがある



左記以外にも胸のあたりに違和感があったり、健康診断等で心電図異常を指摘されたことがある方、かかりつけ医や専門医に一度ご相談ください。
「**そのうち良くなるだろう…**」「**このくらいの症状で受診なんて…**」と考えずに、いつもと違う症状を感じた場合には「**すぐに**」検査を受けることをおすすめします。

循環器内科で行う検査

胸部不快感などの症状で受診された際には採血や心電図、心臓超音波、心臓CTやPET検査、心臓カテーテル検査など様々な検査を組み合わせ、心臓や血管の状態を詳しく検査して治療に役立てています。



ホルター心電図検査

心電図計を24時間装着することで日常生活に起きる不整脈や虚血の有無を検査します。



心臓超音波検査

超音波画像診断装置を用いて心臓弁の動きや筋肉の厚み、壁運動などの断層像を撮影します。



運動負荷試験検査

運動をしながら心電図を記録することで労作時に起きる狭心症の診断を行います。



心臓核医学検査 (PET検査)

心臓の血液の流れや動きを調べ、狭心症や心筋梗塞、心筋症の病気の有無や程度を診断します。



心臓カテーテル検査

カテーテルと呼ばれる細いチューブを手首や肘、足の付け根から冠動脈に挿入し、造影剤を流して血流の評価を行う検査です。

治療方法

虚血性心疾患の治療方法は主に「**薬物療法**」、「**血行再建術**」の2つです。患者様の病状や年齢、環境に応じて選択を行っています。

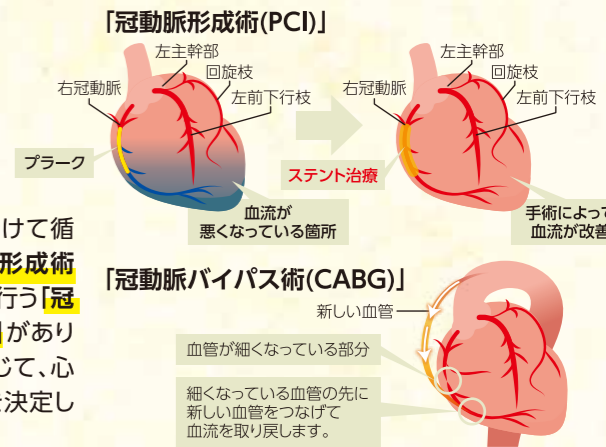
● 薬物療法

虚血性心疾患の治療薬には大きく分けて**血管を拡げる薬**、**動脈硬化の進行を抑制する薬**、**血液をサラサラにする薬**の3種類があります。患者様の病状にあった薬を選択し、定期的に検査をしながら病状をコントロールしていきます。



● 血行再建術

血行再建術には大きく分けて循環器内科が行う「**冠動脈形成術 (PCI)**」と心臓血管外科が行う「**冠動脈バイパス術 (CABG)**」があります。患者様の病状に応じて、心臓血管外科と治療方針を決定しています。



PCI補助ロボット「コーパス」を導入しました。

名古屋共立病院では**冠動脈形成術 (PCI)**の補助ロボット「**コーパス (Corpath GRX)**」を導入しました。PCIは狭心症や心筋梗塞の心疾患に対して脚の付け根や腕などの血管からカテーテルを挿入し、狭くなった冠動脈を広げる治療法です。PCI補助ロボットを導入したことで、**機械制御による正確な1mm単位のカテーテル留置が可能**となり、医療の標準化に役立ちます。また、**医師の被ばくや身体的な負担の軽減**にも繋がり、より多くの治療を行うことが可能となりました。



虚血性心疾患の予防方法について

危険因子を減らそう

虚血性心疾患には**身体的因子**と**生活習慣因子**と呼ばれる危険因子があります。

● 身体的因子

高脂血症、糖尿病、糖耐能異常、肥満、心臓の左心室肥大、高尿酸血症、血液凝固系の異常、加齢、遺伝、性別(男性)、閉経

● 生活習慣の因子

喫煙、運動不足、精神的・肉体的ストレス、過度の習慣的飲酒

危険因子をひとつでも減らすことが虚血性心疾患予防には大切です。

① 身体の変化に気を配りましょう

だるい、疲れやすい、喉が渇きやすいなど、身体の変化に気を配りましょう。



② 規則正しい生活を送りましょう

生活の乱れは身体の調整機能の不調の原因になります。**規則正しい食事と睡眠**、**適度な運動**で身体に疲れをためないことが健康維持につながります。

③ 定期的な健康診断とかかりつけ医の受診を行いましょう

定期的に健康診断とかかりつけ医への受診を行い、自分自身の健康管理を行うことが大切です。



医師からのメッセージ



名古屋共立病院
循環器内科 部長
いとう げんじ 太

伊藤 竜太 医師

虚血性心疾患は一般的に運動時の息切れや胸の苦しさを始めとして、徐々に症状が進行していきます。軽い症状のうちから早めに治療を開始することで、進行を食い止めることが出来る可能性が上がりますので、**少しでも症状がある場合や健康診断で心電図異常等がある場合は早めにかかりつけ医か循環器内科の専門医に受診してください。**

また、**虚血性心疾患の原因**の多くが**動脈硬化症**によるものです。動脈硬化症は全身病と言われ、その一つが心臓の症状として出現しているに過ぎません。動脈硬化症を認める患者様には全身の検査を実施し、必要に応じて**他の診療科と協力して診療を行ってまいりますのでお気軽にご相談ください。**

循環器内科 外来体制	診療時間	月	火	水	木	金
	9:00~12:00	伊藤 竜太	大島 寛	角野 元彦	榊原 貴司	成田 伸伍

診療予約センター 052-353-9100 (月曜日~金曜日 9:00~17:00)

地域での講演会活動について

名古屋共立病院では地域の皆様に健康に関する正しい知識を知っていただくために地域での講演会やイベント活動を実施しています。
今回は、6月4日に中島学区で開催した**健康フェスタ**と7月31日に名古屋共立病院で開催した**ふれあいデー**についてご報告します！

6/4 健康フェスタを開催しました。

中島小学校体育館で、中島学区地域福祉推進協議会との共催で健康フェスタを開催しました。

当日は消化器内科センター長 有沢富康医師による「腸っていったいどんなもの？-腸内細菌と炎症の関係は?-」という講演のほか、偕行会ウェルネスセンター課長の山田敏夫健康運動指導士による「**健康運動体操**」を行いました。

講演会終了後には健康相談、栄養相談、運動相談のブースを開設し、日々の健康や食事、運動に関する悩みを看護師や管理栄養士、健康運動指導士といった専門のスタッフが伺いました。

参加された方からは「**3年ぶりの開催だったが対面で講演を聞いてとても勉強になった。今後も続けて欲しい。**」というお声をいただきました。今後も地域の皆様との協力を続けてまいります。



7/31 名古屋共立病院ふれあいデーを開催しました。

名古屋共立病院 外来棟にて名古屋共立病院ふれあいデーを開催しました。お子さんからご高齢の方まで**地域住民の方約80名**に参加いただきました。

整形外科、消化器内科、脳神経内科医師による医療講演会や栄養相談やお薬に関する相談コーナー、実際の検査機器を触って体験できる**体験コーナー**、子供向けの**看護師体験**や感染防護服の**試着コーナー**等を行いました。

各ブースでは普段触れることのない医療機器を実際に体験頂いたり、各専門職から職業についての説明をさせて頂いたり**名古屋共立病院をより身近に感じていただくことが出来ました。**

今後も毎年開催し、ふれあいデーを通じて名古屋共立病院の魅力や医療情報を提供してまいります。



名古屋共立病院では医師や看護師、管理栄養士等の医療スタッフによる地域の医療講演会活動に今後も力を入れていきます。開催の際には病院ホームページや院内掲示、広報誌にてご案内します。

見つけた! 中川区の「スマイル」

名古屋共立病院のある中川区で「スマイル」な人を毎号ご紹介いたします!

中島学区 区政協力委員長 奥村 文章さん(60)

- 【お住まい】 中川区広田町
- 【お仕事】 社会福祉法人「大幸福社会」理事長
- 【性格】 思ったらすぐ行動する
- 【好きなもの・こと】 仕事仲間と旅行をすること

中島学区公式ホームページ 《中島学区だより》



過去に学区で実施したイベントや取り組みをブログで更新していますので、ぜひご覧ください!



中島学区は防犯に力を入れていて、各町内で月1回防犯パトロールを行っています。また、現在学区内に20台の防犯カメラを設置していますが、防犯強化のため、公園などに新たに10台のカメラを設置予定です。

中島学区での取り組みを 教えてくださーい!

地域での取り組み

中川区中島学区生まれです。一時期、荒子学区で過ごしましたが、中島学区へ戻りPTAや町内会を務め、現在中島学区の区政協力委員長になって5年目になります。
区政協力委員長の傍ら、中川区を中心に23拠点を運営する社会福祉法人「大幸福社会」の理事長としても活躍されています。運営施設のうち中島学区にある施設は、地域の子どもが安全に暮らせるよう「子ども110番」に登録しています。

人生の遍歴

地域での活動をしていて 良かったことは何ですか?

将来的には、中島学区独自のお祭りを開催できたらいいなと考えています。中川区には、「金魚祭り」「戸田祭り」「二色祭り」「梅祭り」など大きなお祭りを行っている学区があり、中島は小さい学区ですが、公園などを貸し切って、周辺も歩行者天国にして地域の方を多く呼べたらいいなと思っています(笑)

今後どんな取り組みをして いきたいですか?

区政協力委員はボランティアですが、敬老会や運動会、入学式や卒業式など幅広い世代の方とつながり人脈が広がることはとてもやりがいを感じます。地域活動に対して積極的に参加していただける方は年々減ってきているように感じますが、クリーンキャンペーン(清掃活動)など1日だけ参加できる取り組みもありますので、そういった機会でも若い世代の方にも参加していただけたらいいですね。



学区イベントにて中島学区の取り組みをお話する奥村さん



クリーンキャンペーンの様子(場所:中島中央公園)

栄養士のイチオシレシピ

旬のかぼちゃでほっこりメニュー

鶏とかぼちゃのクリーム煮

鶏もも肉 …… 100g
 こしょう …… 少々
 バター …… 5g
 かぼちゃ …… 80g
 はくさい …… 30g
 たまねぎ …… 30g
 エリンギ …… 20g

- 作り方**
- 1 鶏もも肉は一口大に切り、こしょうで下味をつけておく。
 - 2 かぼちゃは5mmくらいの厚さに切る。白菜はそぎ切り、玉ねぎはくし切り、エリンギは薄切りにする。
 - 3 薄力粉は牛乳で溶いておく。
 - 4 フライパンにバターをひいて鶏肉を焼く。鶏肉に火が通ったら、2の野菜を加えて5分程炒める。
 - 5 水とコンソメを加えて15分程煮る。
 - 6 かぼちゃが軟らかくなっているのを確認したら、弱火にして3の牛乳と薄力粉を加え、とろみがつくまで煮詰めたら完成。

材料(1人分)

水 …… 50ml
 コンソメ …… 小さじ1(2.5g)
 牛乳 …… 100ml
 薄力粉 …… 小さじ1.5(5g)

サラダ

材料(1人分)

レタス …… 30g
 トマト …… 50g
 ドレッシング …… 10g

- 作り方**
- 1 レタスは食べやすい大きさにちぎり、トマトはくし切りにして、器に盛り付ける。
 - 2 最後にお好みのドレッシングをかける。



※写真は一人分です

1人分の栄養量

エネルギー …… 750kcal
 たんぱく質 …… 30g
 食塩相当量 …… 2.1g

ごはん

1膳分200gを含みます

管理栄養士からのポイント

市販のルーを使わずフライパンで簡単にできるクリーム煮です。かぼちゃの収穫のピークは夏ですが、貯蔵により甘みが増すため秋から冬が旬となります。脂溶性のβカロテンが多く含まれるため、油と組み合わせると吸収率が高まります。βカロテンには抗酸化作用があり、体内でビタミンAに変わると風邪の予防やがんの抑制などにも働きます。



メディカルフィットネス 偕行会ウェルネスセンター

移転1周年 記念イベント開催!!



ウェルネスセンターは2022年9月1日をもちまして移転1周年を迎えることができました。この度、1周年を記念しまして当施設の無料見学会を開催いたします。来場者特典も多数準備しておりますのでご家族・ご友人等をお誘いあわせの上、この機会に是非お越しください!

お得に運動を始めるなら今がチャンス!!

- 来場者特典 その1!!** 無料見学会当日の入会申込で 入会金5,000円+運動1回2,000円 =通常7,000円がなんと **無料!!**
- 来場者特典 その2!!** 9月中の入会申込で 入会金通常5,000円がなんと **無料!!**
- 来場者特典 その3!!** ご家族・ご友人と一緒に来場で **水素水用ボトル** 又は **高濃度炭酸泉足浴15分無料体験券** プレゼント!!
※ 水素水ボトルは1日先着10名様限定です
- 来場者特典 その4!!** 来場者全員に **選べる粗品** プレゼント!!
※ 無くなり次第終了となります
特典の内容等は変更となる場合があります。予めご了承下さい。

無料見学会開催日程

- 2022年 9月 5日(月) 9:00~17:00
 9月10日(土) 9:00~17:00
 9月14日(水) 9:00~17:00
 9月20日(火) 9:00~17:00
 9月27日(火) 9:00~17:00



見学会では施設紹介やお悩み相談、実際の運動風景の見学もして頂けます!

見学会に来られない方にもお得な情報

9月中は誰でも運動1回2,000円▶**無料**になります! 運動したいけどできるかなあ…と迷っている方もこの機会に始めてみませんか? まずは「見学だけ」「相談だけ」でもOKです!

住所 〒454-0933 名古屋市中川区法華1丁目202番地
営業時間 月・水曜日 9:00~20:30
 火・木・金曜日 9:00~17:00
 土曜日 9:00~13:00 (休館日:日・祝・年末年始)

ご不明な点などございましたらお気軽にお問い合わせください
お問い合わせ | TEL 052-353-9124

INFORMATION

名古屋共立病院は社会人サッカーチーム「名古屋シティユナイテッドFC」を応援しています!

「名古屋シティユナイテッドFC」は、将来Jリーグへ参入することを目標に名古屋市を中心に尾張、知多地区を含む広域型総合で活動している社会人チーム。2020年に結成され、知多社会人サッカーリーグ、愛知県社会人サッカーリーグ昇格決定戦の全9試合を全勝し2021年愛知県社会人サッカーリーグ3部へと昇格。2021年は新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受け、活動を中止していましたが、2022年度は愛知県社会人サッカーリーグ2部への昇格を目指して日々活動をしています。当院は同クラブが掲げる「サッカーを通じて、ゆたかで、あたたかく、よろこびがあふれる社会を実現する」という考えに共感し、地域に根差した医療機関として同クラブをスポンサーすることとなりました。

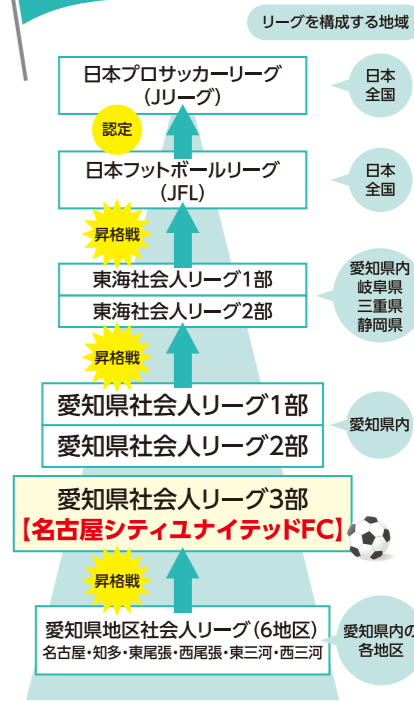
クラブオフィシャルスポンサーに就任

ユニフォーム鎖骨部に「名古屋共立病院」のロゴタイプが掲出され、今後、地域活動におけるコラボレーションも検討していきます。



▲左)偕行会グループ 川原 真 専務理事 右)名古屋シティユナイテッドFC 長瀬拓廣 監督

私たちの道のり



注目選手!!



しまなか りょう
#20 嶋中 亮 選手 (22歳)

ポジション:MF(ミッドフィルダー)
 出身地:愛知県
 出身校:ルネス紅葉スポーツ柔整専門学校
 身長:170cm
 偕行会グループの職員として透析クリニックで勤務中
 仕事でもサッカーでも今後のご活躍に期待!



名古屋シティユナイテッドFCについて
 詳しく知りたい方はこちらから
 「名古屋シティユナイテッドFC公式ホームページ」



名古屋シティユナイテッドFCの
 活動報告についてはこちらから
 「名古屋シティユナイテッドFC公式Twitter」



「こんな医療に関する話を聞いてみたい」などのご要望がありましたら、裏表紙のアンケートより是非お寄せください。