

桑名市総合医療センターニュース

第0007号

平成24年11月発行

平成27年4月新病院の開院に向けて

新病院基本設計業務プロポーザルを行い、審査委員会による審議を経て最優秀提案者を選定し、10月29日に契約を締結しました。今後、この提案内容を基に基本設計・実施設計を行い、平成25年の新病院建設工事の着工に向けて進めていきます。

11月4日（日）には、病院祭に合わせて駅前に新病院開院をお知らせする看板も設置し、地域の方々に向けてもご案内を行って参ります。

新病院は一般病床400床の急性期病院として、救急医療の充実、がん、脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病、周産期・小児医療、災害医療への対応が可能な病院を目指しています。

新病院開院に向け、地域の方々にはご理解とご協力を切にお願い申し上げます。

新病院イメージ図 鳥瞰図



桑名市総合医療センターは、患者様にとっても職員にとっても“魅力ある病院”を目指し、新病院構築をすすめて参ります。

- ①患者様を中心とした病院づくりを行います
- ②急性期医療を提供できる質の高い診療機能の実現を目指し取り組みます
- ③地域完結型医療に向けた取り組みを図ります
- ④職員が働きやすく魅力ある病院づくりを行います
- ⑤効率的な経営による持続可能で安定した医療を提供できる体制を作ります

糖尿病週間イベントのお知らせ ——— 桑名西医療センター

糖尿病対策を世界にひろめるため、国連決議によって定められた世界糖尿病デーにあたる11月14日を含む週を全国糖尿病週間として各地で様々なイベントが行われています。当院でも糖尿病療養指導委員会を中心に糖尿病週間イベントを開催致します。

ご参加お待ちしております。

日時：平成24年11月16日（金）

内容：①10:00～ 北玄関通路にて *無料

☆健康相談コーナー 健康チェック、生活指導、展示（糖尿病食のご案内など）など

②11:00～ 外来棟3階図書室にて *参加費1000円（食事代込）

☆糖尿病教室 『食事療養セミナー』を開催します。

バイキング形式で食事を選び、栄養バランスなどを学びます。

<予約制> 電話 22-7111 へお電話ください。*定員になり次第締め切ります。

漢方外来のご紹介 桑名西医療センター 内科 森 秀樹

漢方外来の紹介をさせていただきます。漢方外来は毎週水曜日の午前中または金曜日の午後に初診の受付をしています。

漢方外来では、中医学に基づいて、漢方薬を処方させていただいています。

中医学は、紀元前4世紀前後に書かれた黄帝内経という古代の医学書を基本にして体系化された医学です。中医学が生まれた地域では、自然の恵みが豊かで、自然を改良する必要が少ないため、西洋に比べると自然科学の発達が遅れました。そのため、自然科学に基づいて人体や病気を客観的にとらえ治療する西洋医学とは異なり、中医学は、人間の心身のバランスを主観的にとらえ、そのバランスを調整することで健康を維持するという予防医学として発達しました。

中医学で基本となる概念は、黄帝内経に書かれている陰陽五行説です。陰陽五行説では、自然も人間も、陰陽の対立と、木・火・土・金・水（肝・心・脾・肺・腎）の5つの要素（五行）からなり立つと考えます。そして、陰陽五行のバランスが良ければ、健康を維持出来ると考えます。

陰陽五行説では、人間の体を動かしている生命エネルギーを陽気といい、人間の身体を構成する栄養成分、水分、生命エネルギーのもとになる物質を合せたものを陰液と呼びます。

そして、陽気を陽、陰液を陰と考え、陰陽が過不足なく、バランス良く保たれることで健康を維持できると考えます。

中医学における人間の体の五行の肝・心・脾・肺・腎は西洋医学の同名の臓器を意味するのではなく、相互に関係の深い一連の機能を表します。肝は主に肝臓、胆嚢、筋肉、生殖器、眼、自律神経などの機能を表し、心は主に心臓、循環器系などの機能を表し、脾は主に消化管、膵臓、脾臓などの機能を表し、肺は主に呼吸器系、皮膚、甲状腺などの機能を表し、腎は主に泌尿器、生殖器、副腎、脳脊髄、眼、耳、骨、自律神経などの機能を表します。五行のそれぞれの要素について陰陽（陽気と陰液）があり、陰陽に過不足があると、その要素のいずれかの機能で異常がおきやすくなります。

中医学は陰陽五行のバランスを整えて、病気になりにくい状態を作るための総合的な健康法であり、その手段として漢方治療も含まれています。

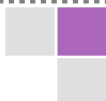
陰陽五行のバランスがくずれる原因として、生来の体質や性格、生活習慣、環境の影響、ストレス、加齢などがあります。

中医学では、生来の体質と性格には関連があり、五行のうち陰陽の過不足が生じやすい要素は、人によって一定の傾向があると考えられています。人間の感情の中で、怒・喜・思・（悲、憂）・（驚、恐）は、それが過ぎて制御できなくなると、それぞれ、肝、心、脾、肺、腎の陰陽のバランスがくずれ、過不足が生じると考えられています。人によって、現れやすい感情に一定の傾向があるため、五行のうち陰陽の過不足の生じやすい要素にも一定の傾向が生じます。健康に暮らすためには、感情を安定させることが大切になります。

仕事や運動は、陽気と陰液を消費し、休養や睡眠は、陽気と陰液を補うので、仕事、運動、休養、睡眠のバランスの良いことが大切です。また、食事の内容や過不足も陰陽のバランスに影響を与えます。

人体の陰陽五行は、環境の影響を受けて変化します。例えば、寒いときは、体内の熱が体外に放出され、陽気を失います。特に体質的に弱い臓器が冷えて陽気を失うとその臓器の機能が悪くなります。例えば、のどの弱い人はのどを冷やすとその部分の陽気を失い、免疫機能が低下して、咽頭炎などを起こしやすくなります。逆に暑いときには、陽気が増加して、代謝が亢進し、陰液を消耗します。陰液を消耗すると、皮膚や気道からの水分蒸発による体温の調節ができなくなり、熱がでるようになります。このような状態を、中医学では陰虚火旺と呼んでいます。熱中症は、陰虚火旺が極まった状態です。湿気や乾燥もそれぞれ、陰陽のバランスを変化させます。

ストレスで情緒が不安定になると、自律神経の中の交感神経が優位になります。交感神経が緊張した状態では、代謝が亢進し、陽気や陰液が消費されます。逆にリラックスした状態では、自律神経の中の副交感神経が優位になり、陽気や陰液が蓄えられます。



人間は、壮年期をすぎると、加齢とともに、五行の中の腎の陰液や陽気が不足する状態になってきます。このような状態を腎虚といい、足腰に力が入りにくい、排尿困難、自律神経失調、腰痛、思考力の低下、性欲の減退などの症状がでるようになります。また、腎虚につづいて五行の他の要素でも陰液や陽気が不足してきますので、若い時に比べると休養が余分に必要になってきます。歩くことは、腎の陽気と陰液を補う効果がありますので、ふだんから、無理をしない範囲で歩くことは、老化の予防になります。陰液や陽気が不足した場合は、陰液や陽気を補うタイプの漢方薬を飲んでいただくのもひとつの方法です。十全大補湯、補中益気湯、帰脾湯、八味地黄丸などが代表的な方剤です。

漢方外来では、中医学の診察方法である問診、脈診、舌診、腹診等や必要に応じて西洋医学的な検査を行い、陰陽五行の過不足を出来る範囲で評価し、陰陽五行のバランスが整い、健康に暮らせるようにお手伝いをさせていただきます。基本的には、五行の要素のいずれかの陰液や陽気が不足する場合は、それらを補うような漢方薬、陰液や陽気が過剰になっている場合は、それらを抑制するような漢方薬を使用することになります。

体質を改善したい人、健康に不安のある人などは、ご相談ください。また、関節リウマチや膠原病などの自己免疫疾患と自閉症の患者様に対しては、漢方薬と治療用のハーブティを併用した治療を行っていますので、お困りの方は、ご相談ください。

<漢方外来>

水曜日 9:00~13:00 (併診)

金曜日 14:00~16:00 (予約制)

*金曜日は予約制です。

ご予約は平日の14時~17時に

☎0594-22-7111へお電話ください。

桑名南医療センター心臓友の会より

心臓友の会とは・・・

心臓友の会は、心臓に疾患をもってみえる患者様やそのご家族、医師や医療スタッフとの親睦、交流を深め、医療関係者と患者様同志で心臓の病気について、ご自身の経験談などを気軽にお話できる場を作ることを目指して平成17年に発足しました。

現在80名以上の会員の方たちと共に様々な活動を行っています。

交流会が行われました

10月5日(金)に心臓友の会交流会が行われました。今回もお天気に恵まれ、24名の方にご参加いただき、職員5名と共に、常滑へ行ってきました。

今回は、ろくろ回しに挑戦し、オリジナルの湯飲みや茶碗を作りました。思ったような形になかなかならず、スタッフの方の力を借りながらでしたが、楽しみながら作ることができました。

昼食は、まるは食堂にて名物の海老フライなどを食べながら、会員の方による催し物や、職員が考えたクイズ大会を行いました。病院に関することから、院長先生のプライベートまで様々なクイズが出題され、正解が発表されると会員の方からは驚きの声があがることもありました。

食事の後はセントレアを散策し、無事に桑名に帰ってきました。

心臓友の会ではこの様な楽しい企画をいろいろ計画しています。少しでも興味をもたれた方はお気軽に心臓友の会事務局までお問い合わせください。

心臓友の会事務局 TEL0594-82-6889 (桑名南医療センター地域連携室内)

会員の方による催しの様子→

院長先生もろくろ回しに挑戦→



職員も一緒に楽しむことができました!!

