

2017 No.91
秋 号

無料 / TAKE FREE

ご自由にお持ち帰り下さい

社会医療法人かりゆし会の広報誌

あすなろ



特集①

ハートライフ病院
東館 本格運用開始

特集②

**不整脈と
カテーテルアブレーション**

ハートライフ病院 東館 本格運用開始しました

ハートライフ病院は昭和 63 年の開院から 29 年もの間、地域医療を担って参りましたが、病院の老朽化は著しく、このままでは将来のニーズに応える適切な医療を提供する事は難しい状況が予想されました。

そこで地域における医療ニーズに応じていくため、本館東側に地下 1 階地上 5 階建ての増築棟の工事を平成 27 年冬頃からスタートさせ、平成 29 年 8 月に竣工、9 月より本格的に運用を開始致しました。

東館（増築棟）には産婦人科センターをはじめ、一般外来や人工透析室、集中治療室（ICU）等が移転して、より快適な療養

環境が整備されました。さらに新たなアンギオ装置も導入して、より安全に脳血管内治療や不整脈の根治術（カテーテルアブレーション治療）を行える環境も整っています。

今後も既存部分（本館・西館部分）の改修工事が行われ、予防医学センターや救急部門、手術室等の拡充・機能強化が行われ地域医療にますます貢献できるハートライフ病院へと生まれ変わっていく予定です。工事期間中はご迷惑をお掛けしますが、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。



約24m²の広々とした特別室では中城湾を眺望できる、快適な環境で過ごすことができます。



産科特別室



産科特別室

5階の産婦人科センター 特別室では明るく広々とした快適な環境で過ごすことができます。



産科診察室



エコー機



よりリアルで高画質な画像が描画できる4Dエコー機を導入しました。



お祝い膳



アメニティ



産科待合室

移転オープンに併せてアメニティ類やお祝い膳も一新しました

特集1

大きな窓を採用し外光を多く取り入れた開放的な空間で快適な療養環境を実現します。



内科待合室



外科・整形外科待合室



形成外科・乳腺外科



形成外科処置室



パウダールーム

東館に移転した形成外科にはパウダールームが設置されました。レーザー治療等の施術後はメイクアップして帰宅することができます。



乳腺外科待合室



マンモグラフィ室

乳腺外科待合はプライバシーへの配慮がされた専用のフロアで仕切られています。また、マンモグラフィ室も同フロア内にあるので、診察～検査までがフロア間の移動が無く受けられます。



口腔ケア科



人工透析室



人工透析室 患者休憩室



通院治療室



熱傷クリーンルーム



ICU

ハートライフ病院 立体駐車場建設のお知らせ

現在、平日の午前中は駐車場が混雑し当院をご利用の患者さん・ご家族の皆さまへ多大なご迷惑とご不便をおかけしていることに対し、心より深くお詫び申し上げます。

このたび、現状の駐車スペース不足を解消すべく、当院駐車場敷地内（食堂とまと前）へ立体駐車場（約 160 台収容）の建設を行う事となりました。平成 29 年 12 月に着工、平成 30 年 5 月末に完成・運用開始を予定しております。なお、建設工事に伴い駐車場内の一部区域に関して使用ができなくなります。完成までの期間は引き続きご負担をおかけすることになり、誠に申し訳ございません。

何卒、ご理解頂きご協力を賜りますようお願い申し上げます。



建設予定地



予防医学センターラウンジ

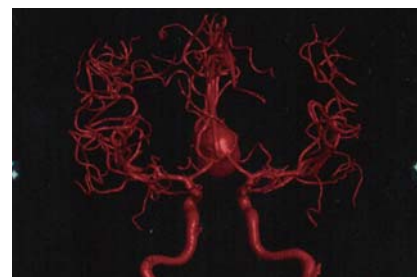


待機室

予防医学センターの本格的なリニューアルオープンの前にドック後の食事がとれるラウンジと内視鏡検査前の待機室が8階予防医学センター内に完成しました。



アンギオ室



東館の増築に併せ、2方向からの撮影が可能なバイプレーンのアンギオ装置を導入しました。2方向から撮影することで血管等をより立体的に見ることができます。また、従来の造影検査と比較して検査時間や造影剤の量、被ばく量を低減しているため、患者さんの負担も最小限に抑えることができます。

今後の予定

【売店】

2017年11月 西館(旧マンモ室跡)へ移転予定

【手術室】

2018年春 改修後、運用開始予定

【放射線科】

2018年春 東館での運用開始予定

【生理検査室】

2018年春 東館での運用開始予定

【地域医療連携室】

2018年春 東館へ移転予定

【リハビリテーション科】

2018年春 西館2階へ移転予定

【救急外来】

2018年夏以降 改修後、運用開始予定

【予防医学センター】

2018年夏以降 改修後、運用開始予定

【内視鏡センター】

2018年夏以降 改修後、運用開始予定

※これらの情報は変更になる恐れがございます。予めご了承下さい。

ハートライフクリニック リレーコラム 第8回

世界 World Diabetes Day 糖尿病デー

文 社会医療法人かりゆし会 経営企画室広報係
仲田 尚正(なかだ なおまさ)

毎年11月14日は世界糖尿病デーです。糖尿病デーは世界に広がっている糖尿病に対して注意喚起を行うため、IDF（国際糖尿病連合）とWHO（世界保健機関）によって1991年に制定され2006年には国連にも認定されました。インスリンを発見したバンティング博士の誕生日であり、糖尿病治療の画期的な発見に敬意を表し、11月14日を糖尿病デーとして制定したそうです。

ハートライフクリニックでは糖尿病の治療と予防を広く呼びかけるため、11月1日から30日までの間を糖尿病月間として様々なイベントを開催します。糖尿病デーのシンボルであるブルサークルをイメージしたブルーライトアップを行うほか、院内では健康に関するポスター展示、11月6日から17日の間は血糖値を測定して占う血糖値占いや誰でも簡単にできる運動テスト、さらに食物繊維が簡単に摂れる料理の試食会など様々な催しを行います。どなたでも無料で参加可能ですのでお気軽にご来院下さい。



ブルーライトアップの様子



イベント時の院内の様子



スタッフのみなさん

糖尿病教室のご案内 11月のテーマ「糖尿病と基礎知識①」

【対象者】事前申込み不要でどなたでも無料で参加可能です。

【開催日】11月11日(土)

【時 間】9:00～11:15ごろ(8:50集合)

【会 場】ハートライフクリニック 2階

沖縄県中頭郡西原町字掛保久288番地

【お問い合わせ】098-882-0810(代) 外来教室予約担当係まで



教室の様子



不整脈と カテーテル アブレーション



2部屋のアンギオ室が 利用可能に

2017年9月から当院に東館が新設されました。東館の中には内科や外科などの外来棟や、産婦人科を中心とした入院病棟に加えて、ICUなども移設されました。その中に新たにアンギオ室（血管造影室）を設け、西館と併せて2部屋のアンギオ室が利用可能となりました。アンギオ室では循環器内科による冠動脈ステント植え込み術等の血管内治療に加えて、脳神経外科や放射線科による血管内治療などが行われています。

従来は緊急の心筋梗塞患者が来た際には、予定されていた待機的な診断・治療カテーテルの患者を長時間待たせることも多かったのですが、2つのアンギオ室が設けられたことで、予定患

者と緊急患者を同時刻に行えるようになり、多くの要望に応えることが可能となりました。

新しいアンギオ室では、新たにバイプレーンのアンギオ装置※¹を導入しており、検査時間の短縮や、造影剤量や放射線の被ばく量を低減させ患者さんの負担が大幅に減ることが期待されています。

今回は、バイプレーンのアンギオ装置の設置に先駆けて、当院で今年から新たに取り組み始めているカテーテルアブレーション治療について紹介していきたいと思います。

そもそも不整脈とは？

カテーテルアブレーションとは、不整脈に対する治療法の一つですが、ではそもそも、よく耳にする不整脈とはいったいどのような病気を指すのでしょうか？

不整脈とは、それ自体が病名ではなく、多くの疾患の総称を表しており、一般的には血液を送り出す心臓のリズムや回数が一定ではない（不整）状態をいいます。心臓は全身に血液を送り出すポンプの働きを担っていることはよく知られていますが、正常に働くためには心臓を形作っている心筋という筋肉に電気が流れないといけ

※1 2方向からの撮影ができるアンギオ装置。



アンギオ室

不整脈の種類	頻脈性不整脈 (脈が早くなる)	心室細動
		心室頻拍
		発作性上室性頻拍
		心房粗動
		心房細動
	期外収縮 (脈が飛ぶ)	上室性期外収縮
		心室性期外収縮
	徐脈性不整脈 (脈が遅くなる)	洞不全症候群
		房室ブロック

ません。電気が流れることで、心筋が収縮しポンプとして動いているのです。この時に、正常な電気の通り道（刺激伝導系）から逸脱した電気の流れや、正常よりも大幅に速くなったり遅くなったりすることで心臓の働くリズムや回数が乱れることを不整脈と呼んでいるのです。

速くなる不整脈を頻脈性不整脈^{ひんみやくせいふせいみやく}と呼び、遅くなる不整脈を徐脈性不整脈^{じょみやくせいふせいみやく}と呼んでいます。徐脈性不整脈に対しての治療の多くはペースメーカー植え込み術となります。カテーテルアブレーションの治療対象となる不整脈はほとんどが頻脈となります。

不整脈の原因

不整脈の原因は高齢化や体質的なものが最も多く、必ずしも器質的な心疾患^{※2}との関連があるわけではありません。多くの不整脈は年齢とともに増え、また、ストレスや疲労、睡眠不足などによっても引き起こされ、特に内科的な基礎疾患のない健康な人にも起こりえる疾患です。臨床的には、飲酒後や二日酔いで動悸を訴えて受診される方をよく拝見します。

しかしながら、心臓病の基礎疾患を抱えている人はその影響で電気の流れが乱れやすくなり、不整脈が起こりやすくなることも理解しなければな

※2 心臓の機能（心臓の弁、血管、筋肉等）に異常がある疾患。

りません。つまり、定期検診で不整脈を指摘された場合や、動悸発作が頻発して生活が著しく制限されている方は、一度積極的に詳しい検査を受けることをお勧めします。

不整脈の症状としては、期外収縮では脈が飛ぶような感覚や、違和感、または胸痛として受診される方がいます。頻拍では、一般的な動悸（ドキドキする）や、重い症状では胸苦しさ、めまいを感じたり、失神する方もいます。非典型的な症状も多いため、胸に違和感やふらつきなどを頻繁に感じたら、不整脈の可能性を疑ってもいいかもしれません。

心臓電気生理学的検査

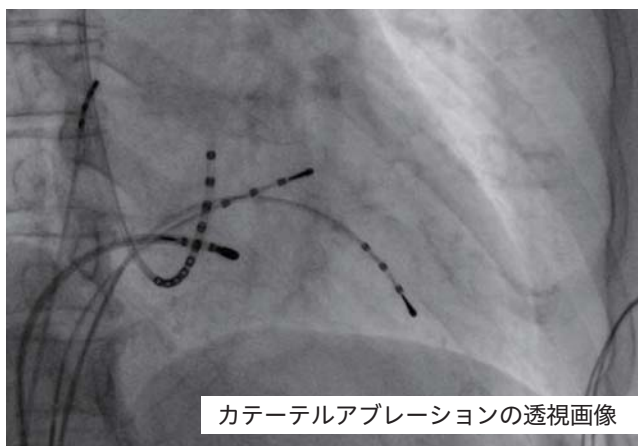
不整脈の中でも当院では発作性上室頻拍、心房粗動、心房細動の3種類の頻脈性不整脈を中心にアブレーションを行っていく予定です（上図赤字）。通常の心電図でも、これらの診断は行えますが、発作性上室頻拍などはさらに細かく分類されるので、アブレーションによる治療を行う前に不整脈の検査が必要となります。その検査を心臓電気生理学的検査（EPS）といいます。電極カテーテルという数ミリ径の細い管を足の付け根や首にある静脈から、心腔内^{しんくう}に数本挿入します。カテーテル先端部には電極と呼ばれる小さな金属チップが付いており、それによって心内特有の電気活動（心内電位）を詳細に得たり、また、そこから電気刺激を行い不整脈を誘発したりするのです。この検査から得られた情報を基に不整脈を確定診断しアブレーションを行なっていくため、非常に重要な検査です。

根治が見込める カテーテルアブレーション

カテーテルアブレーションとは、EPS で用いた電極カテーテルの他に、治療用のカテーテルを心腔内に挿入し、その先端から高周波を流し、頻脈の原因となっている不整脈の回路にあたる心筋を焼灼^{しょうしゃく}して、その回路を遮断する手技をいいます。

前述の発作性上室頻拍や心房粗動であれば根治率も高く、一回の治療のみで発作による症状や薬物治療から解放され安心して暮らせるようになります。

心房細動は、脳梗塞との関与が大きい不整脈で、心不全などに合併すると予後を悪化させるなどの問題があり、それを根治できることは非常に大きな意義を持ちます。現在、高齢社会となっている世の中で、とても増加している疾患



カテーテルアブレーションの透視画像



カテーテルアブレーションを行っている様子

であり、2050 年には 100 万人を超える患者数が予想されており、当院でも積極的に治療を行うことを考えています。

そういった中で、治療をより安全かつ正確に行うための工夫として、バイプレーンのアンギオ装置を用いて多角的に視野を確保しています。さらに、不整脈診療において日本でも有数の施設である、東京都の心臓血管研究所付属病院と密な連携を行い、アブレーション手術時には必ず指導医として大塚 崇之先生^{おおつか たかゆき}をお招きし、ご協力いただいています。

おわりに

症状のある不整脈は辛いので受診をすることも多いですが、慣れてくると症状が出にくくなることも多く、特に初発の心房細動のおよそ 40% は無症状と言われており、脳梗塞で発見されることも多く認めます。いつもと異なる自覚症状を感じたら、まずは、かかりつけ医へ相談してはいかがでしょうか？

解説

ハートライフ病院 循環器内科
金城 太貴（きんじょう たいき）

【プロフィール】

平成21年に琉球大学を卒業後、ハートライフ病院で初期研修を修了。さらにその後、3年間の後期研修を経て、循環器系の病院では日本屈指の心臓血管研究所付属病院で3年間の研鑽を積む。平成29年4月にハートライフ病院循環器内科に入職。専門分野は循環器一般、不整脈、総合内科、集中治療。

【学会認定】

日本内科学会認定内科医



連携診療所紹介

ハートライフ病院は2017年4月現在で、307件の診療所と連携しています。

うみかじ 海風クリニック

【住所】〒901-2424 沖縄県中頭郡中城村字南上原1005-2
【TEL】098-870-3322 【FAX】098-870-3323

診療
科目

内科、消化器・内視鏡内科、外科、大腸・肛門外科



海風クリニックは平成29年6月に中城村南上原に開院しました。中城湾からの海と風が感じられる心地の良い立地にちなんで「海風クリニック」と名付けました。

「風邪をひいた」「血糖値が気になる」「イボやできものをとりたい」「痔を治したい」等、内科的・外科的分野を問わず幅広く診療を行っていることが特徴です。なかでも特に力を入れているのが胃カメラや大腸カメラで、がんの早期発見に努めています。また、大

腸ポリープなどで内視鏡的に切除が可能な場合は当院で切除を行い、ポリープが大きい場合や悪性が疑われる場合には連携している医療機関へご紹介しております。

みなさまに愛される地域密着型の診療所としてご利用頂けるようスタッフ一同頑張っております。どうぞよろしくお願い致します。

海風クリニック

院長 羽地 周作 先生

資格・所属学会

日本外科学会専門医
日本外科学会認定医

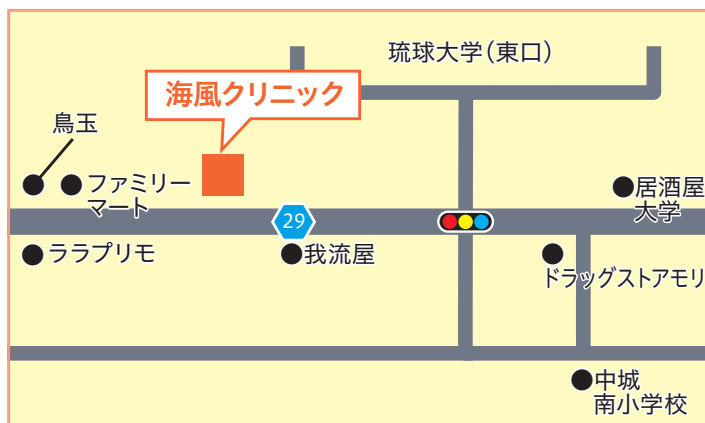
日本大腸肛門学会



海風クリニック

診療時間	日	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:30	休診	○	○	休診	○	○	○
午後14:00～18:00	休診	○	○	休診	○	○	○

休診日：日曜日・水曜日・祝祭日・年末年始



地域医療連携室

～開放型病院・開放病床のおはなし～

開放型病院・開放病床とは、当院と連携して頂いている先生が入院を必要と判断した患者さんがいる場合に自由に利用できる病床のことです。当院は開放病床として22床を提供しています。

ハートライフ病院の医師と患者さんのかかりつけ医が共同で診療を行うことにより、患者さんは当院での診療から退院後のかかりつけ医による診療と一貫した継続診療が受けられ、入院中も普段から受診している先生の顔を見ることもでき安心してつながります。

医療は、患者さんを中心に身近な地域で提供されることが望ましいとの考えから、当院の設備（ベッドや検査機器など）を地域の先生方に自由に使って頂けるよう開放し、協力して患者さんの継続した病気の治療と健康維持を目指しています。



旬の食材で脳梗塞予防！ 鮭のチーズホイル 包み焼き

栄養価 (1人あたり)

エネルギー	269kcal
たんぱく質	23.6g
脂質	8.5g
炭水化物	13.6g
食塩相当量	1.0g
食物繊維	3.3g

レシピ監修／管理栄養士

瑞慶覧 真実 (ずけらん まみ)

いま話題の EPA や DHA。これらはお魚に豊富に含まれる脂で、脳梗塞予防や認知症予防、免疫力 UP など様々な効果が期待できる良質な脂です。今回は秋のお魚「鮭」を使ったレシピをご紹介します。旬のお魚を取り入れることで良質な脂を効率よく摂ることができますよ。またこの一品で、野菜がたっぷり約 180g (1日の約 1/2 量) 摂れることもポイントです。

●材料 (1人前) ●

鮭の切り身 …………… 1切れ(100g)
塩、こしょう…………… 少々
トマト ……………… 小1個
玉ねぎ ……………… 1/4個

ピーマン ……………… 1個
ピザ用チーズ …………… 20g
酒 ……………… 大さじ1
レモン(くし形切り) …… 1切れ

●作り方 ●

1. 鮭に少量の塩を振り5分程おいたら、水気をふき取りこしょうをふります。玉ねぎとピーマンは5mm幅にカットし、トマトは横に1cm厚の輪切りにします。
2. アルミホイルを約40cmに切り、中央に玉ねぎ、ピーマン、トマト、鮭、チーズの順に乗せたら酒をふります。
3. ホイルの手前と向こう側の端を持ち上げて合わせ、2～3回しっかり折りたたんだら、左右の端も閉じて折りたたみます。
4. オーブントースターで約15分焼き、最後にこしょうをふり、レモンを添えたら出来上がり！



みんなでお手軽 エクササイズ

リューザバンドでいつでも!どこでも! ヘアゴムエクササイズ! Part ③

監修

理学療法士
長嶺 敦司(ながみね あつし)

モデル

健康運動指導士
平良 早陽香(たいら さやか)

股関節は、立っているだけでも体重の70%もの上半身の重さを支えています。そして股関節を保護しているのがおしり周辺の筋肉です。この筋群は、上半身の重さや歩行などの動作による地面からの衝撃を支えています。今回は、歩いている時に身体が左右にブレないように止めてくれるおしりの横の筋肉(中殿筋)と、椅子からの立ち上がりや正しい姿勢保持などにも活躍しているおしりの筋肉(大殿筋)を鍛えていきます。

強さ	名称	かたち	作り方
 弱い 強い	1本		ヘアゴムを輪にして2つなぎます。
	2重		つなげた輪を重ねて2重にします。
	片方2重		片方の輪を2重にします。
	4重		2重をさらに重ね4重にします。

おしりの筋肉の強化

- ①4重にしたヘアゴムを足に掛け、肩幅と同じくらいに足を開きます。



肩幅程度に開く

大殿筋(おしり全体)



- ②体が反らないように、足を少しだけ後ろへ伸ばします。左右交互に10往復程度行います。

中殿筋(おしりの横)



重心を移動して片足立ちする

- ②足幅が小さくならないように左右に重心を移動しながら片足立ちします。左右交互に10往復程度行います。

*体は左右に倒れないようにします。
*無理に横に足を上げる必要はありません。

慣れたら
チャレンジ!

足幅を広げると強度を増す事ができます。



胸に手を添えると強度を増す事ができます。

ゴムの引っ張る力を感じながらゆっくりと行うと効果的です!

News

かりゆし会からのお知らせです。

ハートライフ病院

沖縄労働局長表彰 優良賞を受賞しました！

ハートライフ病院は平成 29 年 10 月 16 日に行われた第 29 回沖縄県 産業安全衛生大会 表彰式において、労働安全衛生活動を活発に推進し安全衛生水準が他の模範になると認められ、沖縄労働局長表彰優良賞を受賞しました。今後も、「職員の健康なくして、地域の健康は守れない」をスローガンに職員の健康保持及び、健康増進活動に取り組んで参ります。



ハートライフクリニック

糖尿病教室がどなたでも参加可能になりました

ハートライフクリニックでは糖尿病内科の休診日である土曜日を利用して、糖尿病教室を開催しています。糖尿病に関する講話が主になりますが、健康に関心のある方なら事前申込み不要・無料でどなたでも参加可能です。ぜひお気軽にご参加ください。

【開催日程】 土曜日の午前 9 時～ 11 時 15 分まで

※開催日、プログラムは月によって異なります。詳細はホームページをご覧ください。

URL:https://www.heartlife.or.jp/clinic/dm_info/

詳細はお問い合わせください

ハートライフクリニック TEL: 098-882-0810 (代) 担当 / 外来教室予約担当係



ハートライフクリニックで営業しているヘルシーカフェ ohana(オハナ)は管理栄養士がプロデュースするカフェです。「ohana」はハワイ語で家族という意味があり、訪れたあなたに家族の気持ちでお食事を提供します。今の食生活が気になる方は ohana で食事をしてみませんか？モーニング、ランチ、塩分控えめなお弁当やオードブルもご用意致します。

営業時間 8:30 ～ 15:00 (L.O 14:30)

電話 098-882-0087

住所 沖縄県中頭郡西原町字掛保久 288 番地 (ハートライフクリニック 2 階)

ブログ https://www.heartlife.or.jp/blog_ohana/

絵作者紹介

「ごちゃまぜ」

今回の扉絵は神原小学校2年の糸数 真優（いとかず まゆ）さんの作品です。

エリック・カールの『ごちゃまぜカメレオン』の絵本をまねして、まゆが作ったごちゃまぜです。うさぎのかおと、かめのこうらと、ぞうの足と、くじゃくのはねと、さかなのひれをごちゃまぜにしました。ふしぎなごちゃまぜを作れたと思います。

作品提供：あがペエ子供造型教室 ☎ (098)856-8643



社会医療法人かりゆし会の理念

わたしたちは心と心をつなぐ
信頼される医療を目指します

ハートライフ病院

〒901-2492 沖縄県中頭郡中城村字伊集208番地
TEL.(098)895-3255(代) FAX.(098)895-2534

診療科目

●内 科 ●呼吸器内科 ●循環器内科 ●消化器内科 ●肝臓内科 ●血液内科 ●人工透析内科 ●腎 臓 内 科
●心療内科 ●小 児 科 ●外 科 ●乳 腺 外 科 ●食道外科 ●脾臓外科 ●血 管 外 科 ●大腸・肛門外科
●整形外科 ●形 成 外 科 ●脳神経外科 ●産 婦 人 科 ●泌尿器科 ●眼 科 ●耳鼻咽喉科 ●皮 膚 科
●放射線科 ●麻酔科(久場良也) ●リハビリテーション科 ●救 急 科 ●病理診断科
■予防医学センター(特定健診、人間ドック/2日ドック・半日) ■内視鏡センター
■無菌治療センター ■悪性腫瘍相談支援センター ■ヘルニアセンター ■スポーツ関節鏡センター

外来診療 ※診療科によって診療日、受付時間、診療時間が異なります。お問い合わせのうえご来院下さい。

受付時間		診療時間		24時間救急 24時間365日、急病の方を受け付けております。
月～金	8:00～11:30 12:00～16:30	月～金	9:00～12:00 14:00～17:00	※左記以外の時間は救急扱いとなります。 土曜日の午後・日曜日・祝日は休診
土	8:00～11:30	土	9:00～12:00	

ハートライフクリニック

〒903-0101 沖縄県中頭郡西原町字掛保久288番地
TEL.(098)882-0810(代) FAX.(098)882-0820

診療科目

●糖尿病内科
●内 科
●小児科

外来診療 ※診療科によって診療日、受付時間、診療時間が異なります。お問い合わせのうえご来院下さい。

受付時間		診療時間		休診日 糖尿病内科/土曜日・日曜日・祝日 内科・小児科/土曜日の午後・日曜日・祝日
月～金	8:00～11:30 13:00～16:30	月～金	9:00～12:00 14:00～17:30	
土	8:00～11:30	土	9:00～12:00	

付属施設

疾病予防運動施設 Ryuew-ZA (リューザ)

営業時間

午前 9:00～12:30
午後 13:30～17:00
土曜日・日曜日・祝祭日は休み

ヘルシーカフェ ohana (オハナ)

営業時間

月～金 8:30～15:00 (ラストオーダー14:30)
土曜日・日曜日・祝祭日は休み

ハートライフ地域包括ケアセンター

〒903-0103 沖縄県中頭郡西原町字小那覇1606番地
TEL.(098)944-3300(代) FAX.(098)944-3311

■住宅型有料老人ホームはーとらいふ
■デイサービスはーとらいふ
■ケアプランセンター はーとらいふ

■ヘルパーステーション はーとらいふ
■訪問看護ステーション はーとらいふ

お問い合わせ

受付時間

午前 8:30～午後 17:30 月曜日～金曜日(土曜日・日曜日・祝祭日は休み)

かりゆし会についての詳細・最新情報は
ホームページからご覧いただけます。

かりゆし会

URL <https://www.heartlife.or.jp/>

検索



QRコード

Universal Design

UD FONT
by HIRAGINO

本誌はユニバーサルデザインコーディネータ検定準2級取得者の確認・校正作業を経て発行しています。

広報誌「あすなろ」はユニバーサルデザイン(UD)の考え方にに基づき、より多くの人へ適切に情報を
伝えられるよう配慮した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。