

広報誌

Mesotes

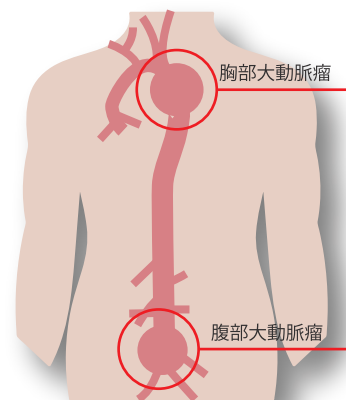
令和4年春号
(2022年)



当院では、心血管疾患に対して低侵襲で手術リスクを低減できる治療を目指しております
その一環として、大動脈瘤や急性大動脈解離に対してステントグラフトの導入を行い、
高齢者などのリスクの高い患者様に対しても、安心して治療を受けていただけるよう心がけております

大動脈瘤 ー別名「サイレントキラー」ー とは

胸部大動脈瘤・腹部大動脈瘤などその「こぶ」ができる部位によって呼び方が異なります
大動脈瘤の原因の多くは、動脈硬化といわれています
その危険因子である、高血圧・高脂血症・喫煙習慣・糖尿病などが、大動脈瘤の形成に大きく関わっています
動脈瘤ができてほとんどが無症状ですが、破裂すると、激しい胸痛や腰痛・大出血による意識障害などを起こし、突然死の原因となることもあります
みなさんがご存じの方では、俳優の藤田まことさんや小説家の司馬遼太郎さんが、大動脈破裂で急死されています
大動脈瘤は、発見が遅れたり、大きくなってきても放置していた場合に、破裂して突然死を起こす可能性があり、別名「サイレントキラー」と呼ばれています



高リスクの患者様にも
安心できる治療を

高石藤井心臓血管病院

院長

長谷川

隆生

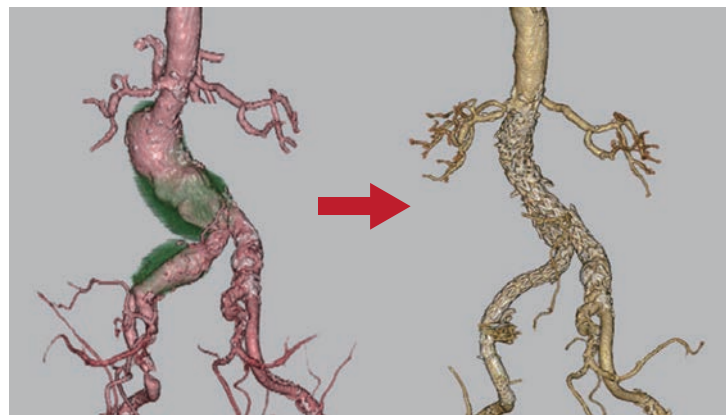
Takao Hasegawa

大動脈瘤に対する低侵襲治療「ステントグラフト」

動脈瘤が一定の大きさに達する場合や、急速拡大する場合は、侵襲的治療の適応となります

侵襲的治療としては、外科的治療である人工血管置換術と、カテーテルというストロー状の長い管を挿入して人工血管を留置するステントグラフト内挿術があります

後者は、高齢者や外科的治療のリスクが高い方に開発された治療法です
当院では、心臓血管外科医と循環器内科医のハートチームを結成し、治療にあたっております



ステントグラフト内挿術 (EVAR)
治療前→治療後

ぜひ、ご相談ください

当院では大動脈瘤に対する検査から治療を積極的に実施しております
具体的な大動脈瘤のリスク因子として、65歳以上の高齢者で、喫煙・高血圧・高コレステロール血症やその他の動脈硬化性疾患があげられます
これらのリスク因子をお持ちの患者様には、早めの検診をお勧めします

新型コロナウイルスの PCR 検査と 抗原検査の違いについて

高石藤井病院 検査科 科長 北尾 善宏



PCR 検査装置
AutoAmp (島津製)

PCR 検査

ウイルスの遺伝子を増幅する検査法で、利点は感度が非常に高いことです。検体に唾液を用いることもできます。しかし、検査時間が長く、専用の機器と人材が必要になり、高コストとなることが欠点となります。

抗原検査

ウイルスの蛋白質を検出する検査法で、利点は検査時間が短く、コストも低く、検査手技が簡便であることです。しかし、感度が PCR 検査より劣ります。

表 COVID-19 での PCR 検査と抗原検査の対比

	PCR 検査	抗原検査
検査時間	約 1-5 時間 (*1)	約 15 分 (*1)
検出対象	ウイルスの遺伝子 (RNA)	ウイルスの蛋白質
コスト	高い	低い
検査の難度	難しい	比較的簡単
感度	90%以上	50-90% (*3)
特異度 (*2)	ほぼ 100%	PCR にやや劣る
唾液検体	可	不可

*1 試薬のメーカーや使用機器によって変動

*2 偽陰性の起こりにくさ

*3 使用するデバイスのメーカーや機器によって変動

COVID-19 の抗原検査は、発熱から 9 日以内の有症状者の確定診断をするための使用や、使用法が簡便で迅速であるため、車や救急外来などの検査機器・人員がない場所でのポイントオブケアテストに向きます。

できる限り陰性であることを担保する必要がある入院前患者や海外渡航者は、感度・特異度ともに勝る PCR 検査が適しています。



抗原検査用キット
クイックナビ (デンカ製)

いつ、どの検査を実施するか、検査結果をどのようにとらえるかを考えるには、検査に対する知識を深めていくことが肝要と思われます。

心臓弁膜症

「ワンストップ」で対応

心臓弁膜症の治療においては、何よりも
早期症状での発見が重要です

治療が遅れてしまうと移植をせざるを得なくなり、
早期の治療に比べてはるかにハードルが上がります
しかし、早期の段階から介入することができれば、
心臓機能もある程度温存したまま
治療の効果を得ることが可能です

心臓弁膜症—さまざまな原因で弁の機能が低下—

心臓弁膜症は、心臓の弁が正常に機能しなくなる病気の総称ですが、虚血症・弁の構造異常・血液がドロドロ・僧帽弁が切れて逆流・高血圧…など、原因はさまざまであり、一概には言えません

罹患率は、年齢とともに上がる傾向にあり、主に60歳以上の高齢者に多くみられます

ワンストップで治療

早期症状段階でご紹介をいただきますと、当院では、スクリーニング→検査→手術と、ワンストップで対応が可能です

スクリーニングは1日以内で実施し、異常が確認されれば、更に詳しい検査を行います

症状が疑わしい段階でも、ぜひご紹介ください

60歳以上の方で、次のような症状があれば、循環器疾患とは断定できない段階でも、ぜひ当院にご紹介ください

自覚症状：軽度息切れ・動悸

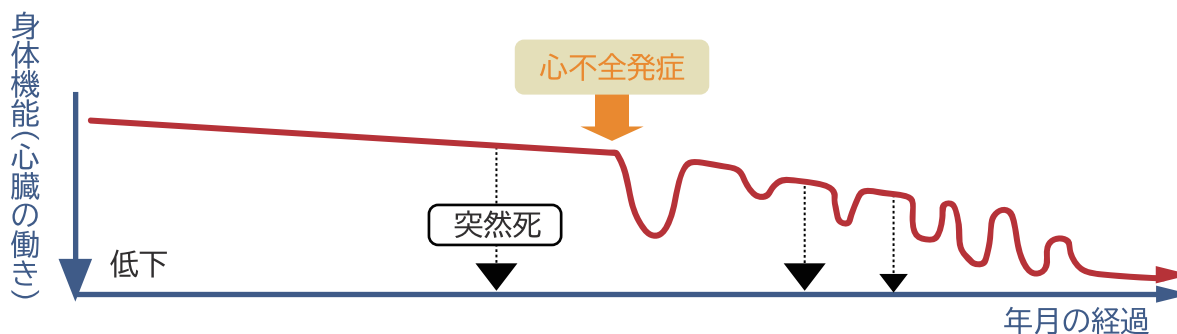
他覚症状：採血 BNP 値が高い・心雑音

スクリーニングで異常がみられなくても、1度受診いただいたことにより患者様のデータが残り、救急搬送の際に、かかりつけ医療機関としてより安全に受入れることができます

弁膜症手術に対して、95%以上の弁形成術実施の実績

当院では、自己の弁の一部を用いて治療する方法である「弁形成術」を積極的に行っております

異物である人工弁を移植しないことで、心臓に優しく、心臓の機能自体も温存しやすいことをはじめ、さまざまなメリットがあり、高齢者にも理想的な手術であるといえます



日本循環器学会 / 日本心不全学会共同ガイドライン 心不全とそのリスクの進展ステージ

早期発見のため定期的に受診を

高齢者においては、症状がわかりにくい場合も多くみられます

動悸・息切れなど、特に目立った症状がみられなければ、3年に1度、

持病など不安要因がある方は、1年に1度のペースで受診いただけますと安心です

もうすぐ春ですね 運動始めてみませんか？

高石藤井病院 リハビリテーション科 主任 田口隆宏

こんにちは。コロナ禍になり2年以上が経過しました。感染対策として集団での活動を制限され、いまだに外出を控えているというお声をよく耳にします。外出しない⇨体を動かす頻度が減ったという方も多いのではないのでしょうか？

これから気候も良くなりますので、これまで実践してきた感染対策を継続しながら、生活の中に気分も新たに運動を取り入れてみてはいかがでしょうか。

運動といっても、いきなりたくさん歩いたりジョギングを始めると、体に痛みが出たり、ケガの原因となったり、すぐにやめてしまうといった三日坊主になる可能性があります。



足首の骨折

そうならないためにも、準備運動が重要です。

今回は、ストレッチについて紹介させていただきます。ストレッチは関節にまたがる筋肉を伸ばすことで、次のような効果が期待できます。

- ①関節周囲の組織の柔軟性が向上する
- ②関節の動く範囲が広がる
- ③疲労回復

ストレッチを実施する上でのポイント

①一つのストレッチで20秒以上伸ばす

最初の数秒は適度な姿勢を探すことに費やされることが多く適度なストレッチにならない場合があります

②伸ばしている部分を意識する

動かす部分の方向を少し変えるだけで、伸ばす部分が変わります

③気持ちよい程度に伸ばす

強い痛みを感じるほど伸ばすと、逆に筋肉が硬直してしまい、効果が低下します

④呼吸を止めない

呼吸を止めてしまうと、血圧の変動をきたす場合があります。ゆっくりと深呼吸をしながら実施しましょう

アキレス腱の ストレッチ

ポイント



- ①足をふらつかない程度に前後に開きます
この時、つま先の向きが外向きにならないようにします
※壁などの支えがあると、ふらつくことがなく安定します
- ②伸ばしている（後ろ）側の足の膝は曲がらないようにします
- ③反動や、勢いをつけずにジワッと気持ちよい程度に伸ばします
- ④ゆっくり深呼吸しながら、30秒程度この姿勢を保ちます
- ⑤図で囲った部分がしっかりと伸びていることを感じながら行いましょう

冷めても美味しくいただける

ユージンチー 揚げない油淋鶏

目標
1日食塩6g以下



1

鶏肉は食べやすい大きさにカットして、火が通りやすいように厚みをそろえて開いてから分量の酒をふり、にんにく・塩コショウをすりつける



2

白ネギはせん切りにし、水にさらす

3

②の水気を切って※の調味料を合わせておく
①の表面に薄く片栗粉をまぶす



ご自宅で簡単にできる減塩料理に
お役立てください

材料 (1人分)

鶏もも肉..... 60g 白ネギ..... (10g)
酒..... 小さじ1(5g) ※濃口醤油.. 小さじ1(4g)
にんにくおろし小さじ1(3g) ※上白糖. 小さじ1/2(3g)
黒こしょう..... 少々(0.2g) ※米酢..... 小さじ1(5g)
食塩..... 少々(0.2g) ※ごま油.. 小さじ1/2(2g)
かたくり粉... 小さじ2(6g) キャベツ..... 30g
オリーブ油... 小さじ2(8g) トマト..... 30g

4

フライパンに油を中火で熱し、皮目を下にして鶏肉を入れ、焼き色がついたら裏返す
両面に焼き色がついたら、ふたをして弱～中火で5分程焼く



5

鶏肉に火が通ったら、取り出して2cm幅に切り、器に盛りつけ、千切りキャベツ・トマトを添え、たれをかける



1人分 268kcal

たんぱく質 11.2g カリウム351mg リン134mg 食塩1.0g





藤井病院
〒596-0044
大阪府岸和田市西之内町3-1
TEL: 072-436-2201
FAX: 072-436-5077



高石藤井病院
〒592-0014
大阪府高石市綾園1-14-25
TEL: 072-262-5335
FAX: 072-263-5696



泉北藤井病院
〒590-0126
大阪府堺市南区泉田中3100-19
TEL: 072-295-8888
FAX: 072-295-8188



高石藤井心臓血管病院
〒592-0014
大阪府高石市綾園2-15-18
TEL: 072-263-5050
FAX: 072-263-5051



津久野藤井クリニック
〒593-8308
大阪府堺市西区神野町3-2-28
TEL: 072-272-1361
FAX: 072-272-1362



泉南藤井病院
〒598-0001
大阪府泉佐野市上瓦屋14-7
TEL: 072-464-6466
FAX: 072-464-6533



岸和田在宅総合センター
〒596-0044
大阪府岸和田市西之内町2-13
TEL: 072-436-2217
FAX: 072-436-2237



高石在宅総合センター
〒592-0005
大阪府高石市千代田1-25-15
TEL: 072-266-6600
FAX: 072-266-6685



介護老人保健施設 華
〒596-0046
大阪府岸和田市藤井町2-22-20
TEL: 072-431-8791
FAX: 072-431-8705



有料老人ホーム 藤の華
〒596-0044
大阪府岸和田市西之内町2-13
TEL: 072-436-2217
FAX: 072-436-2237



有料老人ホーム 菜の花
〒592-0014
大阪府高石市綾園2-15-18
TEL: 072-263-6300
FAX: 072-263-6310



**有料老人ホーム
コスモスの家田尻**
〒598-0091
大阪府泉南郡田尻町嘉祥寺477-1
TEL: 072-466-0601
FAX: 072-466-0576



皆さんがお持ちの
季節の写真を掲載
しませんか？



医療法人 良秀会
RYOSHUKAI