



# ベリタス病院 ニュース

発行日  
2012年5月1日



## 新入職医師の紹介



小児科医師  
寺西 顕司  
テラニシ ケンジ

本年4月から赴任しました、小児科の寺西と申します。平成15年に関西医科大学を卒業し、大学病院と関連病院での研修の後、2年間浜松市で勤務しておりました。今までの経験を生かして、多くの方と協力して地域の皆さんのお役に立てればと思います。

まだまだ勉強することも多く、これからも努力していきますので、ご指導のほどよろしくお願いたします。



循環器科医師  
中小路 知大  
ナカノウジ トモヒロ

平成19年金沢医大卒業です。関西医大で研修を行い、その後京都市内の病院に派遣になっていましたが、今年度より大阪に戻ってくるに当たり、4月から当院で勤務させて頂く事になりました。

現在は大学院生とのかけもちとなり、当院は週2回(火曜/木曜)検査と外来を担当しています。気軽にお声をかけていただければと存じます。宜しくお願いします。

★4月から新人看護師として入職しました。宮崎から兵庫へ来て、右も左もわからない状態での新生活が始まりました。新しい土地、初めての社会生活、看護師としての責任など不安で一杯でした。しかし頼れる同期、優しい先輩方に恵まれ集合研修も無事終えることができました。

集合研修では、看護師として働くための基礎を習い、看護技術の演習を行い自分自身が支援されることで患者様の気持ちを体験することが出来多くを学びました。

これから病棟研修が始まります。患者様の立場に立ち、満足していただける看護を提供できるよう努力していきます。よろしくお願いします。

看護部 工藤綾夏

★当院に入職して1カ月が過ぎようとしています。社会人になるということで新しい環境への不安と期待がありましたが、私の夢でもあった医療事務員の一人として新しい一歩を踏み出せていることをとてもうれしく思います。

まだまだ分からないことも多く、たくさんの方々にご迷惑をおかけしていますが、スタッフの方々に優しく丁寧

に指導をしていただき、医事課の皆様のを借りながら充実した日々を過ごしています。

今はレジや受付などを主に行っていますが、そのほかの仕事にも慣れ一人前の医事課のスタッフになれるよう日々努力していきます。

あいさつ・笑顔を忘れずに患者様と接していきたいと思っておりますのでよろしくお願いします。

医事課 梶田彩奈



新入職員をよろしくお願いたします

★ベリタス病院に入職してから1カ月がたちました。学生生活にはなかった『責任』を負うということを経験し、日々職場の中で深く実感しております。

当たり前ですが、慣れていないので覚えることが山のようにあります。しかし、わからないことはスタッフの皆さんや同期に優しく指導、またはフォローしていただいております。皆さんの厚いご指導のもと、ベリタス病院の一員として医療に貢献したいと思っております。どうぞよろしくお願いします。

薬剤科 小山千晶

## 医療講演会のご案内

★予約・費用は必要ありませんのでお気軽にお越しください★

TEL 072-793-7890(代) FAX 072-793-0900

e-mail rennkei@shinshinkai.jp

第140回

日時・場所：5月18日（金）14：30～16：00  
川西市一の鳥居老人福祉センター  
川西市長尾町6-17

テーマ：「脳卒中の新しい治療法」

講師：脳神経外科部長 山崎 信吾

脳卒中の死亡率は年々低下していますが、脳卒中に罹る患者数は減少しておらず、要介護状態になる最大の原因となっています。近年の脳卒中の診断、治療法の革新は目覚ましく、ベリタス病院でも最新の治療を受けていただけるようになってきました。しかし、時間的要因から有効な治療法を受けてもらえない事があり、これが後遺症に大きく影響します。今回、脳卒中に対する正しい認識を持っていただく事を目的として、最新の治療法について講演いたします。

## 日本脳神経血管内治療学会認定研修施設となりました

ベリタス病院は2012年4月1日から兵庫県では5番目の脳血管内治療の研修施設として学会認定されました。（全国で99施設が認定されています。）

脳血管内治療とは脳や脳の血管の疾患に対して頭を切って骨を外す開頭手術をせずに、血管の中からカテーテル類を用いて行う治療で2011年4月からベリタス病院でもこの治療法を導入し、少しずつですが実績を上げてきました。

脳血管内治療は従来の治療法に比べて、患者様に対しての負担の少ない低侵襲であることが特徴で、近年の器具の進歩などに伴って安全性や確実性が向上してきております。

脳血管内治療は、様々な脳の血管の病気を治療対象にしますが、①脳動脈瘤（くも膜下出血）②急性期の脳卒中③脳に血液を送る血管の閉塞・狭

窄がその代表的なものです。この中でも特に②の急性期の脳梗塞の治療は、血管内治療でなければ治療できない病態の患者様が多くいらっしゃいます。

ベリタス病院脳神経外科では、従来の治療法に加えて脳血管内治療を適用することで、地域の脳卒中医療に貢献していきたいと考えております。

また、脳動脈瘤や頸動脈狭窄症の血管内治療もおこなっておりますので、治療を受けるか否か、どのような方法の治療を受けるかなどでお悩みの方は外来（毎週木曜日・土曜日）でご相談ください。



## 治験（創薬センター）からのお知らせ

創薬センターでは、以下の疾患を対象とした治験にご協力いただける方を募集しています。

①2型糖尿病

②子宮内膜症

③心房細動

上記について詳しい情報がお知りになりたい方、治験にご興味をお持ちの方、および治験に関するご質問は、医事課受付又は内科受付を通して、創薬センターまでお問い合わせください。





## どこから始めたらいいの? 肥満解消!



さまざまな生活習慣病の温床となる肥満。肥満の原因は消費エネルギーよりも摂取エネルギーが多過ぎること、つまり食べ過ぎと運動不足の習慣化です。体内で利用されずに余ったエネルギーは脂肪やグリコーゲンになって体に蓄積されます。肥満の判定には、全身の脂肪測定が困難なため体格指数（BMI）を利用します。まずは本当に肥満なのかどうか確認してみましょう。

### そもそも肥満なのですか？

BMIが18.5～25の範囲なら適正体重です。  
18.5以下はやせ、25以上は肥満と判定されます。

なお、標準体重（理想体重）は最も疾病の少ないBMI 22を基準として  
標準体重(kg)=身長(m)×身長(m)×22で計算された値となります。

$$\text{BMI (Body Mass Index)} = \frac{\text{現在の体重(kg)}}{\text{身長(m)} \times \text{身長(m)}}$$



### 肥満の先には何があるの？

肥満とは脂肪が過剰に体に蓄積した状態をいいますが、放置すると糖尿病や動脈硬化などの生活習慣病へと進行します。それには脂肪細胞の出すアディポサイトカイン（脂肪細胞の出すホルモンのような物質）が関わっていることがわかってきました。アディポサイトカインには種々あって、体に良い作用をするものと悪い作用をするものがあります。肥満になると悪玉が増加し善玉が減少、体重が減ると善玉が増加します。

アディポサイトカイン		働き
悪玉	TNF- $\alpha$	インスリンの効きを悪くし糖尿病を発症させる
	レジスチン	
	PAI-1	動脈硬化を促進する
	アンジオテンシノーゲン	血圧を上昇させる
善玉	アディポネクチン	インスリンの作用改善する動脈硬化を抑制する

### ここから始めてみましょう！

まずは1日の食生活を振り返りましょう！ケーキやお酒を摂取するために主食を減らしたりしていませんか。1食抜いてしまったりしていませんか。無理な減量は体の筋肉を減らし、脂肪燃焼しにくい痩せにくい体を作ります。体に必要な栄養はしっかり取り、余分を省くことから始めましょう！

- ①夜食は食べない
- ②間食は1日1回
- ③夕食を軽くする
- ④野菜を毎食100g以上
- ⑤ゆっくり食べる
- ⑥1日20分歩く
- ⑦朝食をとる
- ⑧ヘルシーな調理法を選び揚物の頻度を減らす

### 1日3食、主食・主菜・副菜を揃えましょう！



**主食**  
ご飯、パン、めん類など主に糖質の供給源。エネルギー源となる。

**主菜**  
魚・肉・卵・大豆製品などたんぱく質、脂質の供給源。筋肉や血液を作る。

**間食**  
果物、乳製品などでビタミン、ミネラルを補う。

**副菜**  
野菜、芋などで主にビタミン、ミネラル、食物繊維の供給源。体の調子を整える。

ベリタス病院ニュース  
発行 医療法人晋真会  
ベリタス病院 広報委員会  
発行責任者 古庄義郎

電話 072 (793) 7890  
FAX 072 (792) 5771  
Email: info@shinshinkai.jp  
ホームページ  
http://www.shinshinkai.jp/

## 2012年 5月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

### ベリタス病院基本理念

1. 人間性のある真心のこもった医療
2. 優秀な医療技術
3. 安定した経営基盤
4. 安全な医療
5. 快適な医療環境

# 長いもとアボカドの白和え

1人分あたり  
エネルギー 158kcal  
塩分 1.6g

## 材料4人分



えび	4尾(60g)	(A)	
長いも	150g	練りごま(白)	大さじ1
塩	少々	砂糖	大さじ1
アボカド	1個	薄口しょうゆ	小さじ2
レモン果汁	小さじ1/2	塩	少々
絹ごし豆腐	180g	だし汁	適量
あさつき	2本		

## 作り方

1. えびは背わたを取り、塩、酒(分量外)をふってもみ洗いし、ゆでます。冷まして殻を剥き、1cm幅に切ります。
2. 長いもは皮を剥いて2cm角に切り、アルミ箔に広げて塩をふり、両面焼グリルで焼きます。(上下強火 約5分)
3. アボカドは種と皮を取って2cm角に切り、レモン果汁をふりかけます。
4. 豆腐は140gになるまで水切りをします。ボウルに豆腐を入れてつぶし、(A)を順に加えて混ぜ、だし汁で固さを調節します。
5. (4)に(1)のえび、(2)の長いも、(3)のアボカドを加えて和え、器に盛り、小口切りにしたあさつきを散らします。

参考：ポップとアンジーのレシピ

## ■新棟完成と西館改修工事のお知らせ

### ●新棟完成について

4月21日(土)、約半年にわたる工事期間を経て、新棟が完成しました。これからは名称を南館とし、診療を開始致します。

### ●南館レイアウトについて

南館は2階建ての建物で、1階にはリハビリテーション科と化学療法外来、2階には健康管理科とスタッフルームを配置しております。

#### ・南館1階

リハビリテーション科では、これまで西館1階にあった理学療法室、西館4階にあった作業療法室、本館2階にあった言語聴覚室を1フロアに集め、患者様にとって効率的かつ快適に診療を受けていただく環境を提供することを目指しております。

化学療法外来では、広さやインテリアにこだわり、患者様に安心してゆっくり治療に専念していただける環境を整えております。

#### ・南館2階

健康管理科では、これまでの西館1階から南館2階へと移動したことでご利用者様にご迷惑をおかけすることになりますが、室内にご利用者様用のくつろぎスペースを設けるなど、より付加価値のあるサービス提供を心がけてまいります。

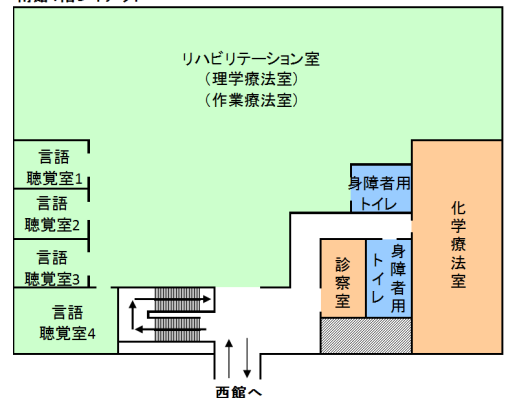
### ●西館工事について

引き続き西館1階のリハビリテーション科や健康管理科の跡地を改修し、CT、MRI、血管撮影装置を設置するための工事を行います。

また、老朽化した病床の改修工事も行います。

患者様、ご利用者様および近隣の皆様には引き続きご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願い致します。

南館1階レイアウト



南館2階レイアウト

