

# VERY 2023年夏号

## + NEWS

循環器専門医  
心臓リハビリテーション指導士による

- 目次
- 1 外来心臓リハビリテーション  
新規医療機器導入「CPX」
- 2 脊椎専門外来「森井」先生ご紹介
- 3 がん検診について
- 4 ご存知ですか？お見舞いメール

### ◆新規機器導入「心肺運動負荷検査」CPXのご紹介

当院において以前より心臓リハビリテーションの提供を行っておりましたが、提供拡大のために2021年10月より集団での外来心臓リハビリテーションを開始しました。集団でのリハビリテーションによって、運動指導、生活指導だけでなく、医療スタッフと患者さま、患者さま同士でのつながりを持つことができ、アットホームな環境での医療提供ができていると感じております。

心臓リハビリテーションでの運動療法としては有酸素運動が基本となり、有酸素運動による心臓疾患の再発予防、予後改善効果など多数の有効性のエビデンスがあります。

有酸素運動とは、息が上らない程度(会話しながらできる程度)の運動であり、最低20分以上持続することで有効とされています。

個人的には「平地をダラダラと持続的に20～30分歩く運動をして下さい」と説明しています。

特に当院の医療圏は起伏が大きい環境であり運動していると言われる患者さまが多いのですが、実際は有酸素運動はできていないことが多い印象があります。



心臓リハビリテーションの指導を行う西山先生

そのためにも当院が外来心臓リハビリテーションの提供や有酸素運動指導をすることの重要性は高いと思われます。患者さま毎に有酸素運動の負荷量が異なるために、運動時の症状や安静時心拍数などから予測して指導しますが正確性には欠けてしまいます。

この度2023年8月より心肺運動負荷検査機器(CPX)を導入するに至り、科学的に有酸素運動の適切な負荷量を計測できるようになりました。

CPXは自転車エルゴメーターでの運動負荷試験に呼気ガス分析を併用した検査であり、呼気ガス分析を用いて、有酸素運動から無酸素運動に切り替わるポイント(嫌気性代謝閾値AT)を測定できます。その結果、運動負荷での安全性を確認した上で、有酸素運動の適切な負荷量や目標心拍数などを指導しより有効な有酸素運動を行っていただけるようになります。またCPX検査によって同時に運動負荷検査での運動耐容能や狭心症などの疾患精査なども行うことができます。

外来心臓リハビリテーションは適応となる病気のある患者さまだけとなりますが、CPX検査に関しては自転車エルゴメーターを漕ぐことができれば基本どなたでも検査することは可能です。

興味のある方は、当院循環器内科リハビリテーションスタッフに相談いただければと思います。



## 森井 淳司 (もりい じゅんじ) 先生



平成22年に愛知医科大学を卒業後、同年に愛知医科大学医学部整形外科教室に入局しました。主に名古屋大学脊椎外科グループにて脊椎手術を学ばせていただきました。

3年前より地元である関西に戻りました。以前勤務していた病院では、年間150例ほど執刀しておりました。日常診療で頻度の高い腰椎椎間板ヘルニアや腰部脊柱管狭窄症から、圧迫骨折の患者様まで多様な疾患に対応してまいりました。

また幼少期、豊能郡で育っており、ベリタス病院は昔から知っていることもあったため、脊椎外科医として地域貢献できればと思っております。このたびご縁をいただきまして令和5年4月からベリタス病院にて脊椎外来を担当させて頂いております。

### 脊椎専門外来のご紹介



- 【資格】**
- 日本整形外科学会認定専門医
  - 日本整形外科学会認定脊椎脊髄病医
  - 日本脊椎脊髄病学会認定脊椎脊髄外科指導医
  - 日本脊髄外科学会認定専門医

本年4月より森井先生をお迎えし、6月より今までは隔週(第1,3,5週)で診療を行っていましたが、**毎週水曜日**に診療を行うことになりました。

**【対応させていただく疾患】**  
 変性疾患を中心に対応させて頂いております。

**頚椎:**頚椎症性脊髄症、頚椎椎間板ヘルニア、頚椎後十字靭帯骨化症など

**胸椎:**黄色靭帯骨化症など

**腰椎:**腰椎椎間板ヘルニア、腰部脊柱管狭窄症、腰椎変性すべり症、腰椎分離すべり症、圧迫骨折偽関節など

**脊椎専門外来(予約制)**

**受付時間:**毎週 水曜日      **【午後】** 14～16時(予約制)  
**診療時間:**毎週 水曜日      **【午後】** 14時30分～

- ◆受診を希望される患者様は事前にお電話でご予約をお願いします。
- ◆その際、症状によっては一旦整形外科など別の診療科を受診していただく場合があります。予めご了承ください。

**予約受付**  
 072(793)8011  
 平日:9時～17時  
 土:9時～12時30分



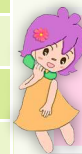
<p><b>ベリタス病院 基本理念</b></p> <p>真心のこもった 良質な医療を通して 地域社会に貢献します</p>	<p><b>●基本方針</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 安全で安心な医療を提供します</li> <li>2. 優秀な医療技術の向上に努めチーム医療を推進します</li> <li>3. 快適な医療環境を提供します</li> <li>4. 全職員が誇りをもって働ける環境をつくります</li> <li>5. 安定した経営を維持し地域と職員に還元します</li> </ol>
---	--

ベリタス病院では、市民検診・特定健康診査を受けることができます。お住まいの地域や保険証の種類によっては、実施していないものや費用に違いがございます。あらかじめご了承ください。

がん検診・市民検診について

検診名 (~2/29) 川西市民	検診内容	保険証・対象者・費用						
		国民健康保険証をお持ちの方			社会保険証をお持ちの方			後期高齢者
		~39歳	40~69歳	70歳~	~39歳	40~69歳	70歳~	
肺がん	胸部レントゲン撮影		無料	無料		無料	無料	無料
大腸がん	便潜血反応2回法							
肝炎ウイルス ※2	血液検査		1,000円 ※3			1,000円 ※3		
前立腺がん	血液検査		(50~69歳) 無料			(50~69歳) 1,000円	1,000円	1,000円
乳がん 2年度に1回 (~3/29)	マンモグラフィ撮影		無料			無料	無料	無料
子宮頸がん	問診・視診・細胞診	(20~39歳) 無料			無料			
胃がん (~3/29)	胃部X線撮影 (バリウムによる造影検査)	(35~39歳) 無料		※1	(35~39歳) 無料			※1

猪名川町民	肺がん	大腸がん	肝炎ウイルス	子宮頸がん
20~39歳				1,000円※3
30~64歳	1,000円	500円	1,000円※3	1,000円
65歳以上			無料	



予約受付

072(793)6176

平日のみ:13時~16時

- ※1 バリウム検査のみです。(川西市民のみ~3/29迄)70歳以上の方は保健センターにお問い合わせ下さい
- ※2 肝炎ウイルス検診は特定健康診査と一緒にご受診下さい。
- ※3 肝炎ウイルス検診は川西市民の方は個別推奨の手紙(猪名川町民はクーポン)をご持参下さい。無料になります。
- ※子宮頸がん(月・金のみ)・胃がん検診は予約制です。
- ※前立腺がん・胃がん検診は川西市民のみとなります。

特定健康診査(予約制)

【川西市民】 令和6年3月29日迄 【猪名川町民】 令和6年2月29日迄

当日は診察券・保険証・有効期限内の受診券をお持ちの上、朝食は食わずにお越しください。

【受付】 月~金曜日 AM8:45~11:00(予約制)

【内容】 医師の診察、身体測定・血圧測定、検尿・血液検査

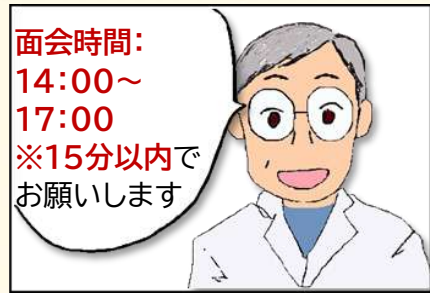
特定健康診査	保険証・年齢・費用		
	国民健康保険証をお持ちの方	社会保険証をお持ちの方	後期高齢者の方
川西市民の方	40歳~74歳の方は無料受診券が必要です。	40歳以上で受診券をお持ちの方費用は受診券に記載されている自己負担額です。	無料:受診券は不要です 保険証をお持ちください
猪名川町民の方	20歳~74歳の方は無料受診券が必要です。		無料 受診券が必要です

◆お見舞いについて

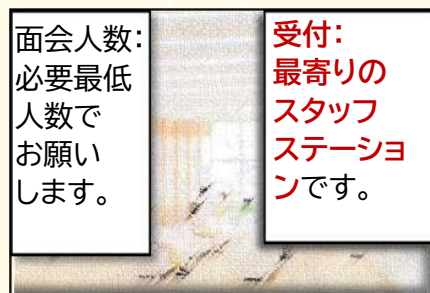


長期間にわたり感染防止のために入院患者様へのご面会についてはお断りしておりましたが、5月3日より、部分的に再開しています。 **面会時間:14:00~17:00※15分以内**でお願いします

受付:最寄りのスタッフ  
ステーションでお申し出下さい  
面会者カードをご記入ください  
院内では面会者名札をご着用  
ください

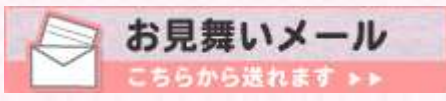


●お願い●  
◆15歳以下の方  
◆体調のすぐれない方  
の面会はお断りしています。  
ご了承ください。



◆ご存知ですか?お見舞いメール

ベリタス病院に入院されている患者さまに、あなたの励ましの言葉や、お見舞いのメッセージをお届けします。遠方など、その他の理由でお見舞いに来られない方も、ぜひご利用ください。



お見舞いメールを出す

PCからは、TOPページの右側にバナーがありますので、クリック  
携帯電話は、QRコードを読み込んでアクセスして下さい。



受信したメッセージは、当院で印刷し、配達時間に患者さまにお届けします。  
※当日の午後・夜間、または土・日・祝祭日・年末年始(12/30~1/3)に受信したメールにつきましては、次の平日の配達時間にお届けすることになりますので、ご了承ください。



お見舞いメールのデザインは**6種類**あります。  
また、メッセージは**500文字**まで。  
お届けしたい患者さまのお名前とふりがな。  
差出人の方はお名前・住所・お電話番号をご入力下さい。  
なお、取得した個人情報はお見舞いメールのみに使用し、その他の利用、譲渡することはありません。



医療法人 晋真会 **ベリタス病院**  
〒666-0125 川西市新田1丁目2番23号  
TEL: (072)793-7890 FAX: (072)792-5771