

先端医療から福祉まで「生きる」を応援します

恵 Keiju 寿

Vol.119
2023年
10月号



特集 新しい外来のご紹介

物忘れ外来 漢方外来

- あなたを見守る二人のお医者さん
- 横浜市立大学インターンシップ

今月号では物忘れ外来と漢方外来という、現代のニーズに合わせて生まれた2つの外来を紹介しています。読者の皆さんに耳よりの、新しい情報満載でお届けします！

特集 新しい外来のご紹介

物忘れ外来



物忘れ外来と聞いて、具体的に何をするのかイメージできる方は意外と少ないのかもしれませんが。この特集では、もっと知りたい物忘れ外来の詳細をご紹介します。

まずはチェック！ 物忘れ外来の対象になる症状

主要な症状

- 記憶が抜け落ちる
- 見当識がわからなくなる
(どこにいるのかわからなくなる・冬に半袖を着るなど)

その他の症状

- 同じ話・行動を繰り返す
- 新しいことが覚えられなくなった
- 外に出なくなった
- 性格が変わった

物忘れ外来とは

認知症の早期発見に役立つ外来です

物忘れ外来とは、物忘れやその他の症状が、加齢によるものか病気によるものかを診断し、治療する外来です。恵寿総合病院では2023年4月よりベテランの丸山医師が加わりました。医師（常勤1名、非常勤1名）、公認心理師（3名）、精神保健福祉士（1名）、医療秘書（3名）で、これまで以上に充実した体制で診療にあたっております。



なかがわ はるお
中川 東夫 医師
精神保健指定医・判定医
日本精神神経学会 専門医・指導医
日本老年精神医学会 専門医・指導医



まるやま あきひろ
丸山 晃弘 医師
日本精神神経学会 会員
特定医師（精神保健）
認知症サポート医

早期発見の鍵は「家族の協力」

普段の様子を知っているご家族だからこそ、小さな異変に気づけます。しかし、どこも悪くないと思っている人を、病院へ連れて行くのは大変なことです。とある患者さんは「どこも悪くはないと思うけど、年齢的に一度身体の検査を受けようと思う。私も受けるから一緒に行きましょう。」と奥さんに言われて納得し、受診されました。ご家族の日頃からの信頼やご協力があってこそ受診につながり、早期発見が可能になります。



受診の流れ

① 事前に予約



② 診察



③ 定期的に外来通院



詳しい診察内容



問診

公認心理師が以下のような内容を伺います。

- いつからどんな症状があるのか
- 病前の性格（どのような特徴を持った人だったか）
- 家族歴（糖尿病など身体的な病気や、精神的な病気に罹ったことのある人がいるか）

100-7は？それからまた7を引くと？

次の図形を書いてください



簡易知能検査

■長谷川式簡易知能評価（HDS-R）や、ミニメンタルステート（MMSE）という簡易知能検査を行います。

■上記のような質問に答えていただきます。点数に応じて認知症の疑いがあるかどうかを判定します。



脳のCTスキャン・MRI

■脳の画像を撮影して、異常がないか確認します。

■記憶に障害が起きる場合、脳が原因のものと、脳以外の部分が原因のものがあります。まずはどちらに当てはまるのかを検査で区別します。

今日からできる予防法

アルツハイマー型認知症は「アミロイドβ」というタンパク質が脳に溜まり、神経細胞を破壊することで発生します。予防には**栄養+運動+睡眠**が大切です。

栄養

バランスのとれた食事や認知症リスクを下げる栄養素をとりましょう。

- コーヒー、大豆（ポリフェノール）**
アミロイドβの蓄積を抑えます。
- 青魚（DHA、EPA）**
悪玉コレステロールを減らしたり、血液をサラサラにしてくれます。



運動

運動をすると、脳の神経を成長させる「BDNF」というタンパク質が分泌され、記憶を司る海馬の機能が改善します。

階段を使う



1駅分歩く

睡眠

脳に存在する「グリア細胞」はアミロイドβなどの老廃物を掃除してくれます。深い睡眠時に最も活発に働くと言われています。

適切な睡眠時間は

7-8時間



恵寿総合病院
物忘れ外来

事前に予約が必要です

■月-木曜日

初診 13:30、14:30

再診 13:30-15:30

■金曜日

初診 9:00

再診 9:00-11:00

けいじゅサービスセンター
0767-52-2300

2023年9月スタート

漢方外来

漢方薬とは

しょうやく
原料である生薬（植物の葉、茎、根などを加工したもの）を組み合わせで作られた薬のことです。煎じ薬とエキス剤の2種類があります。



漢方Q&A



漢方とは？

漢方は単成分の西洋薬に比べ、複数の成分からなる複数の自然由来の生薬でできており、ひとつの臓器だけではなく患者さん全体のバランスを整えます。

漢方Q&A



漢方のエキス剤と煎じ薬の違いは？

エキス剤はセミオーダー、煎じ薬はフルオーダーで薬が処方されます。ただし煎じ薬は自分で煮出す必要があります、携帯しにくいという不便な点もあります。

HPではより詳しい情報を掲載しています。ぜひご覧ください！



こんなお悩みをお持ちの方



その症状 漢方で治療してみませんか？

身体の調子がすぐれない、不調にも関わらず病名がはっきりつかない、などの「未病」段階の方を対象にしているのが漢方外来です。

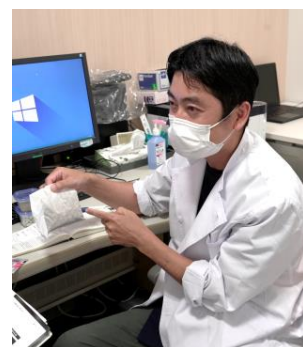
漢方外来では伝統の **脈を診る・舌の状態を診る・お腹の筋緊張、圧痛点を診る** 3つの診察方法で患者さんの身体の状態を確認します。

Check /

一人ひとりにあわせた オーダーメイド処方



エキス剤はもちろん、患者さん一人ひとりにあわせて生薬を組み合わせた煎じ薬を処方することも可能です。



担当医からのメッセージ 小竹 源紀 医師

丁寧にお話を聴き、患者さんがどの症状に不安を感じているか理解することを大事にしています。漢方治療は「諦めない治療」です。少しずつお薬を調整していくので患者さんにも根気が必要ですが、私も最後までとことんお付き合いします。ぜひお気軽にご相談ください！

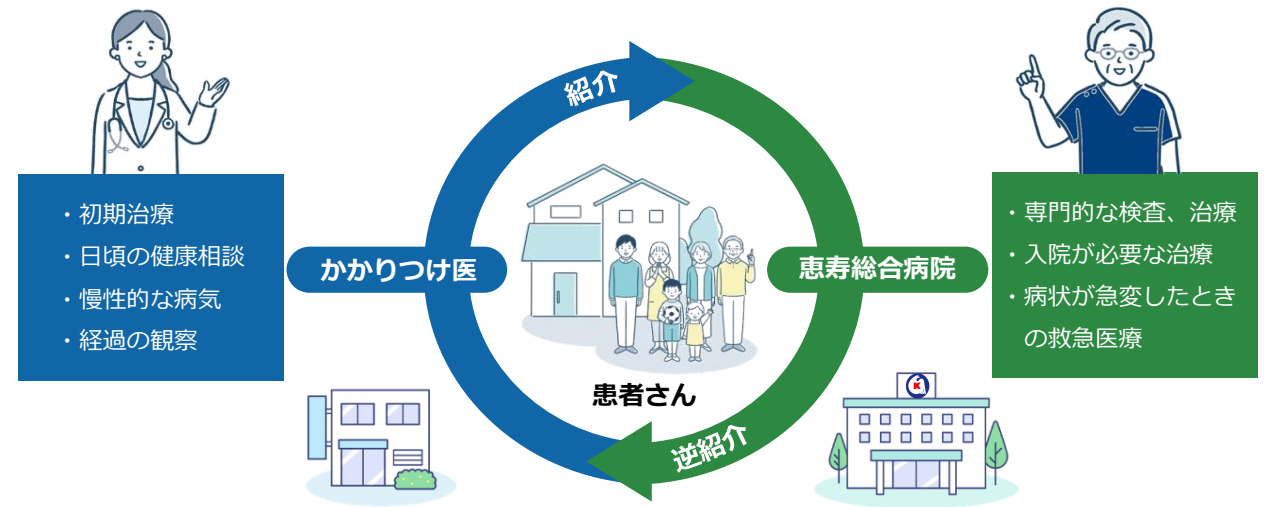
恵寿総合病院 漢方外来
毎週金曜日 13:30-16:00

予約なしの当日受付可能
総合案内までお声がけください
※かかりつけ医がいる場合は紹介状をお持ちください

あなたを見守る二人のお医者さん

地域のかかりつけ医と恵寿総合病院の医師があなたの主治医です。

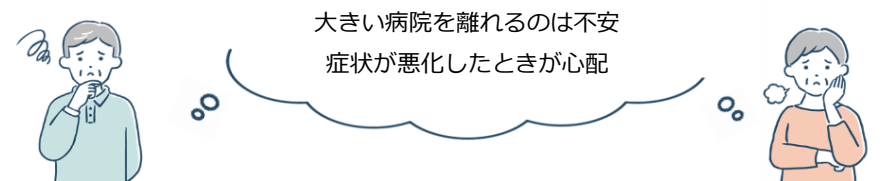
恵寿総合病院は患者さんへの適切な医療・切れ目のない医療を提供するため、地域のかかりつけ医からの紹介、当院からの逆紹介による連携を大切にしています。患者さんにとって、かかりつけ医と当院の医師の二人が主治医です。二人の主治医が協力して患者さんを見守ります。



逆紹介とは…当院から地域医療機関へ患者さんを紹介することです。症状が安定した患者さん、退院後の通院などは当院からかかりつけ医に逆紹介します。

逆紹介の気がり

入院や検査が終わり、症状が安定したところで、医師から逆紹介を提案いたします。しかし一般的には、逆紹介後の診療はかかりつけ医におまかせすることが多く、心細く感じることもあるかもしれません。



恵寿総合病院の安心な取り組み

当院では、定期的にかかりつけ医と検査の結果や、治療の内容・経過などの診療情報を共有する取り組みを行うことで、地域全体での質の高い医療、患者さんの安心を目指しています。受診時には「かかりつけ医確認の用紙」のご記入をお願いしています。用紙の情報をもとに、当院の医師とかかりつけ医が共同で継続的に治療を行っています。

かかりつけ医をお探しの方はこちらから！

連携医療機関を紹介する本館2階の「地域連携ラウンジ」についての動画をYouTubeに公開中です。右のQRコードからご覧ください。あなたにぴったりのかかりつけ医を探すお手伝いをいたします。



横浜市立大学インターンシップ in 恵寿総合病院開催

9月12日（火）にインターンシップを開催。
横浜市立大学 国際商学部から3名にご参加
いただきました！

参加学生の
みなさん



3年生
ひらの りん
平野 凜さん



2年生
かわかみ しずか
河上 静佳さん



2年生
たかはし みらの
高橋 美来乃さん

広報誌作成に挑戦！

テーマは ▶▶▶ けいじゅの **ここがすごい！** をまとめよう！

まずは紹介するポイントを取材。スタッフから話を聞いて写真撮影に臨みました。取材した内容をレイアウトする場面では文章をまとめたり、写真を選んだり…意外にやることが多い!?と慌てる一幕もありましたが、最後は全員見事に完成！
渾身の記事をぜひご覧ください。



頑張って作りました!!

REPORT No.2 河上 静佳さん

作成してみた感想やこだわったポイント

担当したシーサイドホールは七尾の地元愛を感じるデザインや工夫が多くされていたので、そこを伝えられるようにこだわって作成しました。見学したからこそ感じたよさが伝わっていただければと思います。治療をするだけではない魅力の詰まった病院だと感じました!!



シーサイドホール

YCU × KEIJU

地元の魅力満載の待合スペース



地元愛に溢れたスペース

シーサイドホールは患者さんの待合スペースです。七尾湾を眺めることができる明るく開放的なホールとなっています。タイミングがよければヨットやボートなどが見えることも。このシーサイドホール最大の魅力は地元の素材を最大限に生かしたデザインです。

例えば、壁に能登名産の珪藻土を使用していたり、各所に施されたライティングは地元の田鶴浜建具のもので、「魔除け」や「すこやかな成長」の意味が込められている組子細工を使用しています。他にも地元の名産や企業を感じられるものが多くあるのでぜひ探してみてください!!

また、シーサイドホール内にはローソンから分離出店した「MACHI cafe」があります。エスカレーター下のスペースを有効活用しているのも特徴です。飲み物や軽食を販売しており、中には石川のお土産も売っていたり。患者さん・職員からも大好評のお店です。

REPORT No.1 高橋 美来乃さん

作成してみた感想やこだわったポイント

恵寿総合病院ならではの先進的な取り組みである「ユニバーサル外来」についてメリットがわかりやすく伝わるように作成しました。一目でイメージが付きやすく、視覚的に理解しやすいようにした点がポイントです。



ユニバーサル外来

YCU × KEIJU



2017年度グッドデザイン特別賞 [未来づくり] 受賞

恵寿総合病院では、受付窓口を1つに統一して2階だけで外来診療が完結する「ユニバーサル外来」を採用しています。診察室はどの科にも紐づけられていない均一なフリーアドレス診察室となっているため、診療科の区別なく使用可能となっています。「すべての人にやさしい外来」をコンセプトにしたユニバーサル外来は、来るべき社会の礎を築くと認められるデザインとして高く評価され2017年度グッドデザイン特別賞を受賞しました。

導入のメリット

- ・ 患者さん、医師ともに動線を短縮できる
- ・ 受診科が特定されず、プライバシーが保護される
- ・ 混雑緩和、待ち時間の短縮

REPORT No.3 平野 凜さん

作成してみた感想やこだわったポイント

今回、初めて広報誌を作成するのに際して、特に短い言葉でキャッチーな言葉で見出しを作りました。これにより全体を隅々まで読まなくても概要がわかり、印象に残るように工夫しました。



Keiju Innovation Hub

YCU × KEIJU

知識の集約、技の熟練

様々なシミュレーターや資料を完備する研修施設。様々な研修を通して医療専門職、非専門職関係なくスキルアップを目指します。



空間設計や備品へのこだわり

- ・ 人間工学に基づいた集中力を高める椅子
- ・ グループワークをしやすいように二つ合わせると円形になる机
- ・ 近くに図書室を併設することで働きながらのスキルアップ研修が可能

“次のレベルの医療へ”



PINK RIBBON

乳がん検診を受けましょう

毎年10月は乳がん検診受診を啓発する月間です。
乳がんは早期発見で治る可能性が高い病気です。
日頃から自分の身体を知ること、病気の早期発見・
適切な治療につなげていきましょう。

／ お気軽にご予約・お問合せください！ ／

恵寿総合病院
健康管理センター



☎ 0767-53-6027

恵寿金沢病院
人間ドックセンター



☎ 076-220-9152

秋 2023/10/1 (日) → 2023/11/30 (木) のプレゼントキャンペーン

抽選で
5名様に
プレゼント!



アンケートに答えて
ノブA アクネフォームをゲットしよう!



【注意事項】

- ・上記以外の目的で個人情報を使用することはございません
- ・当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます



けいじゅヘルスケアシステムとは

社会医療法人財団 重仙会と、社会福祉法人 徳充会の総称です。
“先端医療から福祉まで「生きる」を応援します”をミッションに掲げ、境目のない総合的なサービスを提供します。

2023年10月

発行：けいじゅヘルスケアシステム
〒926-8605 石川県七尾市富岡町94番地
Tel : 0767-52-3211 (代表)