

2025年 8月発行 同友会ニュース

-般財団法人 同友会 「法人目標」

- 24時間、迅速急性期医療と専門性を持つ医療の充実
- ② 医療、保健、福祉における包括サービスの提供
- ③ 地域コミュニティ形成を目指す健康増進の推進
- 4 すべての職種に対する医療者としての教育、研修の場の確立

藤沢湘南台病院 「病院理念」

- 信頼とやすらぎのある医療
- 2 専門性と倫理観のある医療
- 3 地域に貢献する医療



このたび病院長に就任いたしました

藤沢湘南台病院 病院長 鈴木 紳祐(すずきしんすけ)

ボットを用いた低侵 外科領域ではダヴィンチ手術支援ロ しております の方々まで幅 の早期回復と術後合併症の用いた低侵襲手術を導入し、 ます。また、整形外 広く治療を提供 とする医

機会を得ま

に全力を尽くしてまい

の変わら

ケアの両立を目指

立を目指し、地域の皆さん、急性期医療と心のこもの

謹んでご挨拶申し上げます。地域の皆さま、関係機関の皆さまにを拝命いたしました鈴木紳祐です。このたび、藤沢湘南台病院の病院長

藤沢市を中 んや働く職員の満足 私自身は、2020年 とする外科医と 患者さんと職 して、医療 たが、同時

(めております。 生きる」ことを支える体制づくり て、緩和ケアチームが病棟・外来に向き合う患者さんとご家族に

私の略歴をご紹介いた

私は神奈川県藤沢市新林小学校出身

枓大学を卒業. 療の質と経営の 横浜の聖光学院を卒業 して赴任-し、藤沢市民病院の研

て先進的な診療を展開

当院ではさまざまな専門分野におい

期発見と治療と**炎症性腸疾患**の治療

は全国で1番手術件数が多く、遠方か(SNM)を積極的に行っており、昨年度



熱中症に負けない食事

緑陽

熱中症予防として、環境調整や睡眠をしっかりとるなど体調を整えることはとても大切です。

食事は冷たい物を欲しがちですが、それだけでは腸が冷えて血流が悪くなり消化機能が低下し、かえっ て食欲を低下させ体調不良を招くこともあります。暑い夏を乗り切るために今年は少し食事を工夫してみ ませんか?

ポイント1

朝食を抜かない。 寝ている間に汗で体の水分を奪われています。



▶起床時はコップ1杯の水分摂取を。朝食をとらない方はまず口にできそうなものを摂取しましょう。 例:ゼリー飲料、シリアル+牛乳や豆乳、パン+ゆで卵、おにぎり+味噌汁(フリーズドライの汁物をストック しておくと便利です)、果物+ヨーグルトなどご自身で好きな組み合わせを選択。

バランスのよい食事で栄養をまんべんなく。汗で流れるビタミン・ミネラルをプチ追加。

肉・魚・卵・大豆製品などたんぱく源 食品を1食で1つ選択して疲労回 復・免疫アップ。

ごはんに玄米や大麦(押麦) などを加えてビタミン・ミネラ ルプラス。



ほうれん草や切干大根はマグ ネシウムが多い。冷凍や乾物 をストック。

わかめやとろろ昆布などを加え てカリウム・カルシウムプラス。

ポイント3

日常の水分補給は室内で温度調整された環境下で、食事摂取されていれば「水・お茶」で大丈夫です。スポー ツドリンクは、糖分が多いため汗をたくさんかく運動時に選択しましょう。(文責:管理栄養士 安田 恵美)

体 力 測 定 会

藤沢湘南台病院 ライフメディカル健診プラザ ×スポーツクラブNAS湘南台



8月29日(金)-30日(土)

年前の部 $10:30 \sim 12:30$

年後の部 $14:00 \sim 16:00$





実施場所 スポーツクラブ NAS 湘南台 4階ロイヤルルーム

各回 20 名 (1 日あたり 40 名) ※参加はおー人様 1 回まで

事前予約制(空きがあれば当日参加も可能)

剛定種 立ち上がりテスト・2 ステップテスト 下肢筋力測定・握力・長座体前屈

予約開始 8月8日(金) 12時~ ※お電話もしくはフロント受付

アンケート記入者には健診プラザで利用できる 特典チケットをプレゼント

お問い合せ先

スポーツクラブNAS湘南台 TEL.0466-47-7081

168号

0

「どんな治療があるの?」

気が

ついたら下着が汚れていた、

便もれ もう、ひとりで悩まないで

仙骨神経刺激療法(SNM)

の不参加など生活の質に大きな影響を及ぼす可能性があります。 この疾患について正しく理解して適切な治療を受けましょう。 便失禁(便もれ)とは?」 ていない状態を言います。排便を十分にコントロー

そういう意味では病気と言えあるため便が漏れるのであり、 るのです。 すが、体のどこかにトラブルが 「なぜ起きてしまうか」

様々です。 加齢や出産、手術など原因は

る原因です。締める力が加齢な失禁の中で一番多いとされてい 出性便失禁を生じます どによって弱くなると少量の漏 次にあげられるのが経膣分 肛門括約筋の機能低下は便

という場合もあります。 は性便失禁の症状が現れること は性便失禁の症状が現れること は性便失禁の症状が現れます。 は性便失禁の症状が現れます。 いう報告もあります。約3%が便失禁を経験すると 経膣分娩で出産した人のうち **娩**による肛門の損傷です。 。出産

うにあくまで症状を指していま 腹痛や頭痛、嘔吐などと同じよ できず、

ある場合などに便失禁の症状がて排便に関係する神経に障害が や二分脊椎症などの病気によっ 現れることもあります。

「一人で悩まないで

が経験する可能性のある病気な送っている方も含めて全ての人 病気ではなく活発な日常生活を 便失禁は決して高齢者だけの

ましょう。りつけ医や専門医に相談してみー人で悩まないでまずはかか

れることも少なくありません。低下するので便失禁の症状が現 ないケースもあります。そのた肛門括約筋を切らなければいけ 肛などの肛門疾患の治療として部も切除します。また痔瘻や裂 状結腸を切除しなければならず **直腸がんの手術**では直腸や― め便を正常にためておくことが 場合によっては肛門括約筋の一 脊髄を損傷してしまった場合 また肛門を締める力も



の一つの特徴としてこの刺激らみに植え込みますがSNMな小型の刺激装置をお尻の膨な小型の刺激 どリードのみを入れて体の外装置を植え込む前に二週間ほ を確認し、効果が確認された療の効果が得られるかどうかが見いれるかどうかがら試験的に刺激を送って治 便失禁の専門医は患者さんの悩 います

る習慣をつけましょう。排便することなくトイレで排便す 骨盤底筋訓練という運動を定 神経に障害を起こすリスクを の際には過度に力むことなく とです。便意を感じたら我慢 まずは便をきちんと出すこ 適度な運動、適切な食生活 て刺激方法や電気刺激出力の患者さんの状態や症状に合わせ刺激装置を植え込んだ後も 術へと進みます。 方のみ、刺激装置の植え込み手 れます この治療は健康保険が適用さることができます。 設定を患者さん自身が調整す

医療機関に相談していただくののは難しく、だからこそ専門の 因が何なのかまたそれぞれのため患者さんお一人お一人の原 身でご自分の症状を判断する 症状をじつくり見極め対処する が改善への第一歩だと言えま 必要があります。患者さんご自 因が重なっているケ 便失禁の原因はいくつかの要 スが多い

関連した神経をペ

う治療法があります。排便に仙骨神経刺激法(SNM)とい

「最近の治療について」

期的に行う方法もあります

も心がけます。

緑陽

仙骨神経 刺激療法

(SNM)

す。
年ほど前から実施されていま
中ほど前から実施されていま
の善を図ります。欧米では20
刺激することによって症状の
力ーに似た小型の刺激装置で

付き合うことが大切だと考えせんが特別に扱わずごく自然にケートな部分もあるかもしれま なかなか相談できないデリ

デバイスです

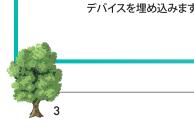
扉を叩いてください。どうかリラックスして 寄り添って治療をしていきます みを受け止め患者さんの症状に













初めてこんな経験をされた時はびっくりするとともに信じられなかったのではないでしょうか

便意を感じてからトイレまで間に合わなかった

便失禁は単に便が漏れるという症状だけではなく生きがいの喪失、

日常生活の制限、

社会活動へ