



心臓くん



心臓血管センターの受入れ体制が 4月1日(木)より24時間へ! いつでもご来院ください。

平成 21年 6月にオープンいたしました当院の“心臓血管センター”の受入れ体制が今年4月1日(木)より**24時間365日**になります。

専門医・看護師・コメディカルスタッフが万全の受入れ体制を敷き、軽症の方から重症の方まで全ての患者さまへ対応いたします。

また、消防救急隊からのダイレクトコール(当治療部への直通電話)を開設致しましたので、1分1秒を争う重篤な患者さまへの迅速な対応が今以上に可能になりました。

当センターでは適切な救急医療を提供できるよう、日々質の向上に取り組んでいます。

心臓血管センター実績【H22. 2月現在】

昨年のオープン以来たくさんの患者さまとご縁ができました。

外来患者数	2,211名	入院患者数	266名
-------	--------	-------	------

狭心症とは？ 心筋梗塞とは？

心臓の筋肉に血液を送り込み、酸素と栄養を届ける大切な働きをしているのが心臓を取り巻く冠動脈です。動脈硬化が進み、冠動脈の血液の流れが悪くなった状態を**狭心症**と言い、胸痛や胸の圧迫感が起こります。さらに悪化して完全に詰まった状態を**心筋梗塞**と言います。狭心症は一時的な発作ですむ場合が多いですが、心筋梗塞は激しい痛みで襲われ、最悪の場合心臓停止による突然死を招きます。

心臓病の疑いのある疾患や症状

このような疾患や症状のある方は、早めに診察や検査を受けましょう。

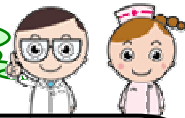
【別紙パンフレットが必要な方は受付までお申し出ください】

- 動悸、息切れ、不整脈のある方
- 高血圧の方
- 肥満(特に腹囲が大きい)の方
- 喫煙される方
- 手足がしびれる方
- 胸の圧迫感、胸痛のある方
- 糖尿病の方
- 高コレステロールの方
- 多忙でストレスの多い方
- 手足がむくみやすい方

心臓リハビリテーション

当院では、心臓血管治療部の開設にともない「心臓リハビリテーション」を始めました。狭心症や心筋梗塞等の循環器・心臓疾患にたいして、医師の指示のもと担当理学療法士が、心電図モニターで脈拍・不整脈等の管理を行いながら患者さまの病態に合わせて「運動量」を考慮し、リハビリテーションを実施しております。詳しくはホームページをご覧ください。

花粉症の季節です



今年は例年に比べ花粉飛散量は少ないと予想されています。ここでは、自分でできる花粉症対策をご紹介します。

- ①目の症状への対策は、眼鏡やゴーグル等で花粉が目に入らないようにし、コンタクトはできれば避けましょう。また、目やその周辺をしっかりと洗いましょう。
- ②鼻の症状への対策は、使い捨てタイプのマスクを使用し、鼻やその周辺をこまめに洗いましょう。
- ③食事での症状への対策は、カテキン・ビタミンC・ポリフェノール等を含む飲食物の摂取を心がけましょう。また、乳酸菌入りの飲食物はアレルギーをおさえる効果があります。

くまもと医療最前線



RKK熊本放送のテレビとラジオで杉村病院心臓血管治療部の紹介が各々3週にわたり放送されます。情報いっぱいの番組をお見逃しなく・・・。

テレビ	第1回	3月12日(金)	15:55 ~ 16:00
	第2回	3月19日(金)	15:55 ~ 16:00
	第3回	3月26日(金)	15:55 ~ 16:00
ラジオ	第1回	3月11日(木)	13:55 ~ 14:00
	第2回	3月18日(木)	13:55 ~ 14:00
	第3回	3月25日(木)	13:55 ~ 14:00

怖い“糖尿病”にならないために！

糖尿病になりにくい食生活をちょっとご紹介！

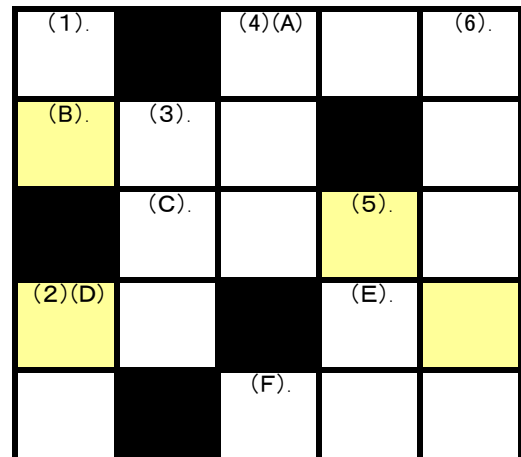
1. 野菜を1日350g以上摂るようにしましょう。
2. 甘い物や脂っぽい物は食べ過ぎないように。
3. 料理の味付けは薄味を心がけましょう。
4. 調味料(しょうゆ、マヨネーズ等)は控えめに。
5. 食事は毎日決まった時間に、時間をかけて食べるようにしましょう。
6. 食品のエネルギー量を知っておきましょう。

当院は、糖尿病の治療を熊大代謝内科専門医が行なっております。

クロスワードパズル

ちょっと頭の運動。

■の4文字で言葉を作ろう！



たて

- (1)「〇〇つきは泥棒のはじまり」
- (2)「〇〇をつかむような話し」
- (3)泳げない人が使うもの。
- (4)食用となる実のなる木を総称して。
- (5)「敵に〇〇を見せる」
- (6)ロート製薬の胃腸薬。商品名は？

よこ

- (A)頭に皿があり、キュウリが好きと言われる妖怪。
- (B)卒業式で在校生が卒業生を送る言葉。
- (C)「〇〇〇〇に一生を得る」
- (D)田畑を耕す道具。
- (E)〇〇熊。〇〇蛇。〇〇組。共通する言葉。
- (F)英国では約4.546^{リットル}、米国では約3.785^{リットル}。量をあらわす単位。

解答は受付に準備してあります。