医療法人 杉村会 杉村病院 地域広報誌

発行: 医療法人 杉村会 杉村病院 広報委員会



日本医療機能評価機構認定病院

こ挨拶申し上げます。

|療法人杉村会杉村病院では今年の目標とし

# in杉村病院

今年も医療法人杉村会杉村病院および

法

心

臓

3

0 テスラ

R Ι

を

稼働させる予定で、

血管セン

ター

0 M

開設

来目標としてきま

げ

ま

しておめでとうございま

ープをどうぞよろしくお願い申

し上げます。

· 年の

幕開けにあたり、

皆様に

## 新年のご挨拶

生のご着任です。 その中核となるの 脳神経外科医丸林徹先

取り組んで参ります。

「医局

の充実」と「全身血管病診療の充実」

肢まで全身の血管病をトータルに対応できる 「全身血管病の診療」を掲げ取り組んで参りま 設以来、 |院では20 将来的な目標として、 0 9年に心臓 血管センター 頭部から下

昨年、 診療実績も着実に増え、 けるようになったのではな 心 臓 の皆様に当院の 血管センターも開設丸3年を迎え 取 徐 いかと思って り組みをご理解頂 々にではあります おり

て

おります。

科の専門医、 踏み出すことができるのではないかと思って した「全身血管病診 おります。 また、丸林先生を皮切りに今年は、 療 0 第 歩を大きく 整 形

ほぼ内定。 心臓血管外科の専門医の着任

外科領域の診断に大きく寄与するM 力ではありますが、 れるものと確信 ました熊本大学整形外科教室と常勤医、 事項で、 入により、 = 1 医 |療法人杉村会杉村病院では、 -ズに即 整形外科の常勤医は当院の これまで多大なご支援を賜って参 整形外科診療のさらなる充実を しながら、 いたしております。 貢献していきたいと考え 地 域医 療の 長年 地 発 域 R 展  $\mathcal{O}$ 0 整形 0

今年もご指導の 上げます。 程 何卒よろしくお 願 申



康管理センター

- 所長の

丸林徹先生にご着任

たことで、

脳

神

経

血管

領

域

の診

療を本格

に開始

医で元熊本赤十字病院副院長、

元

日赤熊本健

1

こうした歩みの中で、

1月

4

日

脳

神経外科

さらに、

4月には最先端超

電

導磁

気共

八鳴診

事 療法 長 村会 邦 明

地域の人々の健康を守り 地域の人々から愛され 社会に貢献できる病院を目指します

心のこもった適正な医療サービスを提供します 基本方針

- 充分な説明をし 同意を得るための努力を惜しみません
- 患者さまのプライバシーを守り 個人の尊厳が保たれるように努力します 3.
- 患者さまを看させて戴く事に感謝の心を忘れません
- 高齢者の様々なニーズに細やかに対応します

## 脳神経・血管領域の診療本格スタート

# topic,

#### 「脳神経外科部長に丸林徹 医師が就任」

1月4日付けで、杉村病院 脳神経外科部長に、丸林徹(まるばやしとおる) 元日赤熊本健康管理センター所長が就任いたしました。

所属学会

#### 専門 脳神経外科

#### 学歴および職歴

昭和 40 年 熊本大学医学部卒業

昭和 41 年 熊本大学医学部 第一外科入局

昭和 44 年 熊本大学 脳神経外科助手

昭和 50 年 熊本大学 脳神経外科講師

昭和50年 医学博士号取得

昭和53年4月~6月

ニューヨーク・モンテフィオーレ・メディカルセンター研修

昭和54年 日本赤十字社熊本赤十字病院 脳神経外科部長

平成 12 年 日本赤十字社熊本赤十字病院 副院長

平成 15 年 日本赤十字社熊本健康管理センター 所長

平成 22 年 医療法人 至誠会 保利病院脳神経外科

平成 25 年 医療法人杉村会 杉村病院 脳神経外科部長



「脳は私たちの生活の質を保つため大切な働きをしています。脳の病気の早期発見・治療 そして発病予防のために地域の皆様方と共に努力していきたいと思っています。」

日本脳神経外科学会 専門医

日本脳神経外科コングレス

日本神経外傷学会

日本脳ドック学会

人間ドック学会人間ドック専門医

丸林 徹

## 「頭痛専門外来(脳神経外科外来)のお知らせ」

1月7日より、頭痛専門外来(脳神経外科外来)を本格スタートいたしました。

「頭痛」は大きく二つに分類されます。

●痛持ちの頭痛(慢性頭痛=-次性頭痛)

・・・何となく原因がはっきりせず、繰り返す頭痛~生命の危険は少ない

●危険な頭痛(病気の症状として発生する二次性頭痛)

・・・迅速に原因の疾患を診断し、治療を開始しなければならない

#### 頭痛に悩んでいませんか?気になる症状などございましたら、お気軽にご相談ください。

突然の頭痛 徐々に頭痛が強くなる 市販の薬が手放せない 頭を打った 頭が重い感じがする めまい 物忘れ 首、肩、腰の痛み 耳鳴り ふらつき まっすぐ歩けない ろれつがまわらない 手足のしびれ、震え など

		月	火	水	木	金
午	前	丸材	丸林	研究日	丸林	丸林
午	後	丸 林	丸林	研究日	丸 林	村上・丸林



### 「3.0 テスラ MRI 4 月より本格稼働」

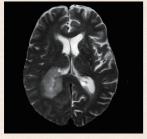
当院ではオランダフィリップス社製の超電導磁気共鳴画像診断装置 3.0 テスラ MRI を導入いたします。

この超電導 MRI 装置 (3.0 テスラ) は、最先端の画像診断装置として 重要な役割を果たします。

- 特長 ・従来型よりも高画質な画像を得ることができます。
  - ・放射線被ばくなしで全身あらゆる方向の断面画像を 得ることができます。
  - 造影剤を使用せずに血管を抽出することができます。



オランダ フィリップス社製 Achieva 3.0T TX



頭部画像



頭部血管画像



胆肝膵画像





最新技術を搭載したこの Achieva 3.0 T TX は、様々な領域において 高度な検査ができるようになりました。

## サービス付き高齢者向け住宅 ヒルサイドガーデン 🥒



## ~全ての安心と快適さがここに。~ 入居者募集中

昨年 11 月に熊本市南区城南町にオープンした医療法人杉村会グループのサービス付き高齢者向け住宅 ヒルサイドガーデン大樹。サービス付き高齢者向け住宅に、内科外科クリニック、歯科クリニック、 居宅介護支援事業所、ヘルパーステーション、デイサービスを併設。24 時間、365 日看護師又はヘル パーが常駐し、医療・介護・福祉がひとつになった大きな安心をお届けします。



#### ■ 暮らしやすさへの工夫 ■

医療介護福祉が充実 一流料理人によるお食事 広い居室(約25~約65㎡)安全安心ナースコール完備 ペットと暮らせます 天然温泉

見学会も随時行っております。お気軽にお問合せください。

#### 費用(月額)

家賃・・・・49,000円~17万円 共益費・・・・・・ 21,000円 状況把握·生活相談·2万円(基本) 食事・・・ 45,000円 (30日換算) (朝食 400円 昼食 500円 夕食600円)

熊本市南区城南町今吉野 989 Tel 0964-28-0018

## 毎日簡単!健康体操

## ながら体操 ~テレビを見ながら体操~

「ながら体操」とは、テレビを見ながらや料理を作りながらなど、「○○しながらする体操」のことです。 今回はテレビを見ながら簡単にできる体操をご紹介します。

#### その1 二の腕や胸まわりが気になる方

① ボールをひじに挟み 両手を握ります。



が多い。

富で、野菜の中でもカルシウム

43に小松菜を加えてさっと煮、

お好みで薬

ゆずこしょうを添える。 うで味を調えて器に盛り、 れて柔らかくなるまで煮る。

③鍋にAを沸かし、①、②の小松菜以外を入

小松菜はざく切りにする。

- ② ひじが肩と同じ高さ (腕を水平の高さ) まで上げます。
- ③ そのままひじでボー ルをつぶします。
  - \*つぶす時間は5秒から始め、 楽にできるようなら 10 秒にのばしていきます。
  - \*つぶす時は息をはきながら。
  - \*回数は10回を目安に! (10回×2~3セット)

#### その2 太ももやお腹周りが気になる方

① ボールをひざの間に 挟み、椅子の縁を軽 く握ります。



② ボールをひざでつぶし ながら両足を浮かせて いきます。



- \*浮かせる高さは10~15センチ程度。
- \*浮かせる時間は5秒から始め、楽にできるようなら 10 秒にのばしていきます。
- \*回数は10回を目安に! (10回×2~3セット)

◎無理しない程度から始め、調子が悪い時は休憩を取り入れながら行いましょう!

## **冬野菜で体を温めよう!~冬野菜の和風ポトフ~**

秘に効果的です 食材です。 『見通しがきく』と縁起の良い 、等の食物繊維を豊富に含み、 風邪予防、 ビタミンCやペクチ 血行促進

で捨てずにいただきましょう。 ジアスターゼという成分が消化 大根葉は緑黄色野菜なの 胸やけ胃もたれを防ぎ

ビタミン類、 食物繊維が豊

がります。 解消に有効で、 まれているものが多く、 下につながります /野菜は食物繊維がたくさん含 血行促進につな 便秘の

少なくなりがちで、 なり、胃腸も疲れ、 増えるものの体を動かすことは 年末年始は飲む・食べる機会が 免疫力の低 血行も悪く

野菜を使った熱々の汁たっぷり 料理がおすすめです。 /本番の体が冷えやす 体を温める作用がある冬

☆香味野菜のねぎ・し ②大根・蓮根・人参は皮をむいて乱切りに ①牛肉は熱湯をかけて臭みをとる にく等を 血液の循環がよくなります。 一緒にとると、 ょうが・にら・にん さらに美味しく

(1人分)



Iネルキ - 340kcal たんぱく質 14g 塩分 1.7g (1人分)

蓮根 小松菜・・ 牛肩ロース・ 人参 クローリエ・塩こしょう しょうゆ・ だし汁・・ しょうが汁 3 0 0 2 3 6 0 0 4 1/2枚 大さじ1~ 大さじ1~ 2 2