

# 月刊 まつなみ

発行2008年12月1日



笠松リバーサイドカーニバル2008 ファイナルステージへ



**交通のご案内**

新幹線羽島駅 — 西笠松 — 松波総合病院  
名鉄バス路線15分 徒歩15分  
 タクシー20分

名鉄岐阜駅 — 西笠松 — 松波総合病院  
名鉄バス10分 徒歩10分  
 タクシー20分

名鉄名古屋駅 — 笠松 — 松波総合病院  
名鉄バス約15分 徒歩15分



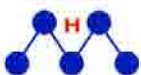
**2008**

No.110

**12**

December

●発行●

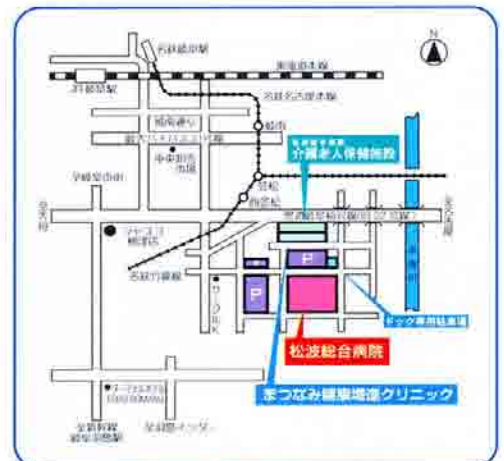


**松波総合病院**

羽島郡笠松町田代185の1  
 TEL.058-388-0111(代)

## 目次

- 医療最前線  
元気で長生きが最高の財産
- アナウンサー宮川泰夫氏の話を押聴して  
新任ドクターを紹介します  
編集後記  
12月のお知らせ
- 外来基本診療体制





(1)硬膜外出血  
(2)硬膜下出血  
(3)クモ膜下出血について



回復期リハビリテーション病棟部長  
川口 雅裕

頭蓋骨の内側で脳を蓋っている膜は、外側から順に硬膜・くも膜・軟膜と3層あります。頭蓋骨の内側で出血が生じた場合、次の3種類の出血のパターンがあります。緊急手術が必要な場合が多く注意を要します。

(1)硬膜外出血

頭部に強い外傷を受け、頭蓋骨骨折とともに硬膜（頭蓋骨のすぐ内側）上に血管が裂けたときなどに、頭蓋骨と硬膜の間に出血が溜まって生じます。外傷直後は意識がしっかりしていることがあり（意識清明期といいます）、時間がたってから意識障害などの症状が出現、場合によっては呼吸停止に陥ることがあります。

(2)硬膜下出血

硬膜外出血同様に頭部に強い外傷を受けたときなど、硬膜内の血管が破綻して硬膜とクモ膜のあいだに出血が溜まって生じます。脳の表面に傷を伴うことが多く、症状が重症になることがあります。硬膜外出血同様に意識清明期を伴うことがあり、注意を要します。また、軽微な外傷であっても、1～3ヶ月の経過で少しずつ硬膜下腔に出血が溜まり、脳を圧迫して頭痛、麻痺や認知症症状を呈することがあります。これを慢性硬膜下出血といい、高齢の方や、アルコールをよく飲む人に多いといわれています。

(3)クモ膜下出血

クモ膜と軟膜のあいだを走る血管から出血が生じたものがくも膜下出血です。原因としては、脳動脈瘤破裂がもっとも多く、その他には外傷や脳動脈奇形などによるものがあります。

主症状は、急激に生じた頭痛（後頭部を急に殴られたような頭痛、これまで経験したことのないような頭痛、と表現されることが多いようです）、嘔吐、意識障害などです。再出血によって症状悪化や、不幸な転帰をとられることがあるため、再出血予防のために手術（開頭手術・血管内手術）が必要となることが多いです。

元気で長生きが最高の財産！！

元気で長生きするため、骨や関節を鍛えよう・・・

整形外科の医師らの間で『ロコモティブシンドローム（運動機能低下症候群＝ロコモ）』という言葉が広がりだしている。骨や関節などの障害で、寝たきりなど介護が必要になる危険性の高い状態を総合した呼び方。長年の運動不足が原因だが、簡単な体操である程度予防が可能だ。

関節障害などを防ぐ「ロコモン体操」の6つの運動

①スクワット

足を横にしっかりと広げる



②体幹を動かす

脇腹をねじる



③股関節を動かす

軸足に体重をかけ、もう片方を円を描いて回す



④全身の直線運動

戸を押す感して



⑤骨を鍛える

片足立ちで骨に負担をかける



⑥全身の曲線運動

ひざを曲げ全身で円を描く



～さびつく前に リラックスして、曲げ伸ばし～



話はNHK『のど自慢』の司会を12年に渉り務めた男（宮川氏）のドラマである。

のど自慢は終戦間もない昭和21年1月に誕生し、年末年始を除く毎週日曜日、年50回開催されている長寿番組である。

12年で600回（市町村）×250組＝15万人との出会いの中から・・・（3200の市町村、今は市町村合併で1830に減少している。）

『のど自慢』の目的は

- 1、マイクを民衆に開放する
- 2、マイクの前での平等

（お金持ちであろうが、貧乏人であろうが、地位が高かろうが低かろうがすべてが平等である）

63年に及ぶ『のど自慢』で有名なアナウンサーといえば、昭和24年から17年間勤めた宮田輝氏・昭和45年から16年の金子達夫氏、平成5年から平成17年の宮川泰夫氏（昭和20年4月生）がいる。

のど自慢応募者は毎回1000人～2500人あり、その中の250組が前日の土曜日の予選に出場する。そこで250組の方の歌への思いや、人生観を聞きだし、20組が選ばれ翌日（日曜日）の

『のど自慢』へ出場出来る資格を勝ち取る番組である。

平成5年当時ニュースキャスターとして世界の情勢を伝え活躍していた宮川氏は突然上司に呼び出され、のど自慢の司会を命令された。世界から世間（世間は地域）！！格下げ？と思ひ愕然とした。と振り返った・・・

しかしそこには幾多の人生のドラマが待っていた。人はそれぞれオンリーワン！である。人の幸せを喜ぶ幸せ！！地域こそ血肉、地域が人を育てる事に気づき、心の栄養を得た。

イトーヨーカドー（セブンイレブン）の鈴木会長は、困ったとき、弱ったとき、迷ったときは、客に聞け！答えは客にあるという。商いは、飽きない事。客に飽きない事である！（皆がオンリーワンである）

私たち人間は不確実性や、不安や恐れに見舞われると目先のことばかり考え、都合の良い情報ばかり集めて行動しがちであるが、その場の変化に一喜一憂することなく進むことが大切である。



**編集後記**

**注意しましょう！  
風邪とインフルエンザ**

毎年12月下旬から3月上旬にかけてインフルエンザが流行します。インフルエンザは風邪と違い38度以上の高熱、頭痛、関節痛など、普通の風邪（感冒）にはみられない全身症状が強く現れます。受診は早めに・予防に帰宅時の手洗い、うがい、有効です。また流行前のワクチン接種は、かかってしまったときの症状を軽くすることが出来ます。

## 平成20年11月1日着任した 新任ドクターを紹介します。

**氏名：杉山正洋**  
**部署：内科医員**

経歴：2004年 山形大学医学部卒業  
2004年5月～長野中央病院で2年間初期研修。その後、諏訪、松本の関連病院に勤務

趣味：剣道、メール、温泉めぐり  
一人暮らしなので、ドライブがてら美味しいお店を発掘中です。

抱負：愛知県出身で、長野県松本市の一般病院から参りました。体力ぐらいいが取り柄はありませんが、限界をつくらず精進します。皆さん、ご指導のほど宜しくお願いします。

## 12月 お知らせ

■糖尿病教室 ※糖尿病が気になる方はどなたでも気軽にご参加ください。

◎毎週水、金曜日、5階病棟デイルームにて 午後1時～2時

尚、都合により日時等変更する場合がございますのでご了承ください。

社会医療法人 松波厚生会

### 理 念

私たちは、地域中核の社会医療法人として地域住民の寄与に、安全で質の高い医療・福祉を効率的かつ継続的に提供する。

### 基本方針

私たちは、医療における安全を重視し、患者様中心の根拠に基づいた医療・福祉サービスを提供します。

私たちは、患者様や利用者様のプライバシーを守り、権利を尊重します。

私たちは、経営の安定と組織の活性化を図り、職員の仕事がいと生活が安定し向上するよう努力します。