

医療法人社団伍仁会 〒650-0021
 岡本クリニック 神戸市中央区三宮町1丁目10番1号 神戸交通センタービル6F
 電話 (078)-322-2488 FAX (078)322-2489 <http://kobe-okamoto-cl.jp>

ハイブリットカーと人間ドッグ

自動車はガソリンを燃料として走り、人間は食物や水（人によってはアルコール）からエネルギーを作って生活しています。日本人は長い間、米を主食としていたので少いインスリンで効率よくエネルギーを利用できる体質、すなわち燃費効率の良い人種だったので。

しかし、高脂質な欧米風の食事や運動不足によってインスリンの分泌が多いにもかかわらず血糖が下がらなくなってきています。石油が無尽蔵でないように、インスリンの分泌も無尽蔵ではありませんので最後には低インスリン反応となってインスリンの注射が必要な糖尿病となります。

最近、燃費の良い小型車やプリウスのようなハイブリッドカーの人気が高かったり、急発進・急加速をしないエコロジカルな運転を心がけているドライバーも多いと思います。ガソリンをまき散らすような大型車は買いたくないように、自分の体も食べ過ぎない、飲み過ぎない省エネな生活を心がけてみてはいかがでしょうか。「もったいない」といって残り物を食べると体が「もう！もたない」と悲鳴をあげますよ。

平成19年度、多くの企業様や健康保険組合様より、約6,500名の定期健診や人間ドッグの受診があり、早期胃癌と早期乳癌が発見されました。このように、人間ドッグで発見される症状のない病気の病期は「早期」となります。マイカーに定期点検や車検があるように、定期健診や人間ドッグを受けたり、「予防は治療に勝る」と言われるような省エネなライフスタイルの改善が健康で長生きする秘訣だと考えます。

また、本年4月からは政府管掌健康保険組合の生活習慣病予防健診・特定健診の指定医療機関に登録されましたので、岡本クリニックの受付または健診センターにお問い合わせ下さい。

医療法人社団伍仁会 理事長 岡本 交二



健診センターからの お知らせとご案内



健診センター長
塚本 宮子

政府管掌健康保険組合の生活習慣病予防健診・特定健診の
指定医療機関に登録されました！

酷寒の冬の後の春は、その明るさ、暖かさもひとしおです。日ごろは健診業務にご理解、ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

日本人の死因2、3位を占める脳・心血管疾患は、メタボリックシンドローム(MetS)がそのリスクを増大させる病態として近年注目されています。MetSとは、内臓脂肪の蓄積に高血圧、脂質異常、高血糖が重積している状態で、これらの病気を併せて持っている人は心筋梗塞や脳卒中を起こしやすいことが分かってきています。

本年4月から始まる特定健診は、まさにこのMetSを標的にした健診です。MetSを予防し、脳・心疾患死亡率を減らすという壮大な目的をもった健診なのです。

会社の従業員である人は、経営者に実施が義務付けられている一般定期健康診断を受けることになります。この健診は従業員が元気に働くことができるよう健康管理に生かすことが本来の目的ですが、その内容には特定健診の項目が含まれています。従業員の扶養者や国民保険に加入している人は、それぞれ加入している医療保険者が特定健診を実施することになります。

岡本クリニック健診センターでは、医療保険者からの委託を受けより多くの方に健診を受けていただけるよう、検査室の拡充や胃内視鏡の増設を行いました。また、政府管掌健康保険生活習慣病予防健診の実施機関として登録されましたので、当該健康保険に加入されている事業所の方々にも広くご利用いただけるような体制を作りました。さらに女性の方々には、曜日は限定されてはおりますが、乳がん・子宮頸がん検診を同時に受けていただけるようにしております。

みなさまの充実した人生に欠かせない健康管理、その維持・増進のため当健診センターを是非お役立てください。

平成20年5月からスタートします！！

特定健康診査と特定保健指導の流れ



目的

生活習慣病を未然に防ぐためにメタボリックシンドロームの該当者・予備軍の人を見つけ個々の状況に合わせた保健指導が行われます。

※参考：厚生労働省 標準的な健診・保健指導プログラムより

乳腺科・婦人科からの お知らせとご案内



アーバンクリニック
院長 小西 豊

世界初の脂肪球充填法による乳房温存術 アーバンクリニック開院2年目に向けて

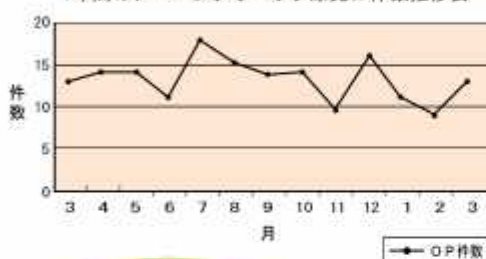
昨年3月に、乳腺疾患の診療を専門としたアーバンクリニックが産声をあげて1年が経ちました。今までは総合病院という後立てがあって診療してきましたが、アーバンクリニックは小さな診療所で存立できるのかなという心配がありました。

しかし、皆様に岡本クリニック、アーバンクリニックの存在を認めていただき、当クリニックでの診療を求めて予想以上の多くの方々が受診されました。その結果、今年の2月までの1年間に260例の手術を施行しました。内訳は乳癌159例、

乳癌再発等での手術21例そして良性疾患80例です。乳癌159例の内134例(86%)に乳房温存手術を施行しました。乳癌手術例は神戸市内では第一位で、県下でも4番目です。乳房温存手術では、乳房の丸みと形態を保つため病巣切除部に腋窩から採取した脂肪球を充填する世界初の方法を考案し実施し、良い成績が得られています。

今後も切磋琢磨しスタッフ一丸となってより気持ちの籠った、質の高い医療を提供したく思っております。

1年間のアーバンクリニック原発OP件数推移表



メディアで
紹介されました!



手術数だけでなく、実績・信頼性の高い第一線の乳腺専門医として小西院長が掲載されました。

全国版・関西地区の医療評価ガイド「進化したときの医者選び 関西」(2008年4月15日発売)角川553コミュニケーションズ出版



手術・検査件数等のデータにおいて定評があるクリニックとして、当院が掲載されました。

全国の病院・クリニック情報誌

『2008年度 女性にいい病院』(2007年11月13日発売)主婦と生活社出版

神戸市乳がん・子宮がん検診のご案内

子宮がん健診が
新しく追加されました

	乳がん検診	子宮がん検診
検診内容	問診、視触診、自己触診方法の説明、マンモグラフィ	内診、細胞診
対象	当年度40歳以上の偶数歳の女性(神戸市在住)	当年度20歳以上の偶数歳の女性(神戸市在住)
料金	40歳代 2,000円 50歳以上 1,500円 (ただし、40歳総合健診の対象者、70歳以上の方及び生活保護世帯の方等は無料です)	1,700円 (ただし、40歳総合健診の対象者、70歳以上の方及び生活保護世帯の方等は無料です)



介護主任就任のごあいさつ

介護主任 穂 英美

はじめまして、昨年末より介護主任に就任しました ^{ちよこ よしみ} 穂 英美 と申します。
 介護の仕事始めて約10年になります。その間、何度か転職も考えました。人間関係が悩んだり、「もういやだ!」と感情的になることもあります。

しかし、それを乗り越えられてきたのは、あるご婦人から学んだ貴重な体験にあります。

その方はリウマチを患い、褥瘡に苦しむ程たきりのご婦人でした。ご夫婦で長年暮らされており、在宅からの入所でしたが、「せめて一人でトイレに行けるようにならないと家には帰れない」ということでした。それを聞いたとき、「無理だろう、もう帰れないだろう」と誰もが思いました。

入所してからそのご婦人は、なかなか心を開いてくれず、みんなで様々な事にチャレンジしましたが、笑顔には繋がりませんでした。

「婦人にとって笑顔になれることは一体何か?」スタッフみんなで集まり考えました。「数十年間夫婦で仲良く過ごされた自宅に帰ることではないのか?」という答えにたどり着き、一度はみんな諦めましたが、「婦人の笑顔を見たい!」という思いが、心をひとつにしました。

それから施設一丸となり、栄養課・看護師と連携を図り褥瘡を完治させました。またリハビリ課の指導のもと、フロアリハビリも取り入れ、排泄の自立に取り組みました。その間何度もご本人も諦めかけましたが、みんなで励まし、オムツからトイレでの排泄へと移行することができました。一年数ヶ月後、なんとか杖歩行で歩けるようになり、ご自分でトイレも行けるようになりました。ご主人も大変驚かれ、婦人はとても得意気にその姿を披露されていました。

まちに待った退所の日、婦人は笑顔で「本当にどうもありがとう」と大手を振って杖で歩いて帰られました。その時の私達の喜びは大きく、今までの苦労はいっぺんに吹き飛び、逆に「やみ付き」になったくらいです。

この時の喜びが忘れられず、私は今もこの世界に身をおいています。長い長い登り坂ですが、利用者様そしてご家族様が大手を振って笑顔で退所される日を夢見て、スタッフと手と手を取り合いながら一生懸命頑張っていきたいと思えます。

山の頂上の景色に、やみ付きになるスタッフが増えることを願って。



わくわくプラザのお花見会



暖かい日差しに春の訪れを実感するようになって参りました。

去る4月2日、4Fフロアの利用者様と恒例のお花見に行っていました。

ドライバーさんが桜の並木道をゆっくり走って下さり、連なる満開の桜や、河にまで垂れ下がって咲く桜を見る事ができました。宇治川の河川敷に着き、記念撮影。

スタッフがカメラを向けると皆さんとてもいいお顔で笑って下さいました。

満開の桜に川の水音、笑い声……。皆さんとてもいいリフレッシュになられたように思います。これからも外出の企画を立て、どんどん利用者様とお出掛けして、楽しい時を一緒に過ごして行きたいと思えました。

わくわくプラザ 渡邊



□編集後記□ 紙面づくりをしながら、今の医療の動向が勉強できたように思います♪ごとうあい

岡本クリニック

〒650-0021 神戸市中央区三宮町1丁目10-1 神戸交通センタービル6階
 Tel:078-322-2489(代表) Fax:078-322-2489 http://kobe-okamoto-cl.jp

岡本クリニック健診センター

予約専用電話
 Tel:078-322-2508 Fax:078-322-2490

アーバンクリニック

〒651-0096 神戸市中央区夙川通4丁目1番6号
 Tel:078-252-0101 Fax:078-252-1144

介護老人保健施設 いつでも夢を♪

〒650-0011 神戸市中央区下山手通7丁目17番1号
 Tel:078-351-2355 Fax:078-351-2356 http://itsuyume.jp