

新札幌循環器病院広報誌

サンプラザ

vol. **91**
2023.Winter

<https://sshoc.jp>

- 楽観という希望を~2023に向けて~
- 病院長就任のご挨拶
- 高血圧症と食事
- 医療機器導入について



楽観という希望を

～2023に向けて～

理事長 馬場 雅人

その年の世相を表す“今年の漢字”、昨年は残念なことに「戦」でした。3年目に入った新型コロナウイルス感染症との戦い、ロシアによるウクライナ侵攻など、心沈み穏やかではない日々を象徴したのでしょうか。今年はどうな年になるのでしょうか。個人的には“希”の年になると思いたいものです。手持ちの駒（感染症の統計データや日々のニュース）にさして良きものが無くとも見通しは明るく、と考えるのはお気楽な現実逃避と言われるでしょうか。

フランスの哲学者アランは著書「幸福論」の中で、“悲観主義は感情によるものであり、楽観主義は意志によるものである”と言っています。どんな人でも自分の思ってもみなかった状況におかれたり、その巡り合わせを嘆きたくなくなったりすることがあります。しかし嘆くだけではズルズルと気分の闇に飲み込まれてしまいかねません。意志の力で希望を持ち、状況を見極めながらも、ここにあっても出来ることは何だろう、心愉しめるものは何だろうと頭を上げていくことが幸福への道として必要だ、という意味であると考えます。

病院という場所は、病を得たという巡りあわせに不本意な思いを抱いて患者さんが訪れるところです。一方で、病を得ても自分や家族の人生をそれに絡め取られはしまい、との意志を持って、いわば幸福につながる楽観主義をもって、来てくださるところであるとも思います。私たち医療者は本年も当院に起こし下さる患者さんたちに心を合わせ、常に希望を分かち合いながら注意深い楽観主義を持って伴走させていただきたいと考えております。

当院では、昨年末新たに山田陽一院長が就任いたしました。依然として新型コロナウイルス感染症と闘いながら、ポストコロナの時代をも見据えて新体制となった今後の当院を引き続きよろしく願い申し上げます。



病院長就任のご挨拶

病院長 山田 陽一

このたび2022年12月1日付けで医療法人サンプラザ新札幌循環器病院の院長に就任致しました。

当院は心筋梗塞、狭心症、閉塞性動脈硬化症、動脈瘤などのカテーテル治療や外科治療、高血圧、脂質異常症、心不全などの循環器疾患の管理や、透析を含む腎疾患の治療を主体とした施設です。

しかし、コロナ感染症が蔓延したことにより、当初はかかりつけの患者さんのみが対象であったコロナワクチン接種をかかりつけ以外の方へも拡大して行う方針へ変更し、2022年6月よりコロナ感染症病床にすることで、現況に対応してきました。

一方、近年、高齢化が急速な勢いで進行してきており、循環器領域でも、高齢になると合併頻度が高くなる心房細動などの不整脈や心不全は大きな問題となっています。しかし、高齢者は循環器疾患のみではなく、認知症を含んだ他の多くの疾患を抱えていることが多く、高齢な患者さんの受け入れは今後の大きな課題です。

今後当院では、急性期の循環器疾患や腎疾患の専門的治療を継続しつつ、コロナ感染症に対する対応のように、心房細動に対するカテーテルアブレーション治療の開始や、高齢な患者さんの受け入れなど、急激に変化するニーズに柔軟に対応することで、更に地域へ貢献していきたいと考えています。より一層のご指導ご支援を賜りますようお願い申し上げます。



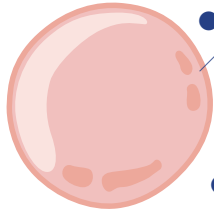
高血圧症と食事



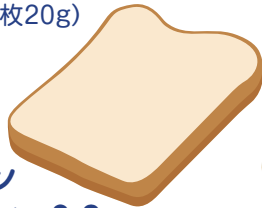
高血圧の治療は、服薬・運動の他、食生活の見直しをすることでより効果が得られます。

減塩

1日の塩分6g以下を目標に！濃い味、漬物、梅干し等ご飯のお供だけが塩分過剰の原因ではありません。塩辛いと感じていなくても塩分の多い食品に好物がないか確認してみましょう。



●ハム(1枚20g)
/0.6g



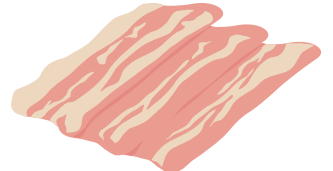
●食パン
(1枚60g)/0.8g



●竹輪(1本30g)
/0.6g



●いわし缶詰
(1缶70g)/1.0g



●ベーコン(1枚17g)
/0.3g

- チーズ(1個18g)/0.5g
- しらす干し(10g)/0.4g
- さつま揚げ(1枚30g)/0.6g
- ウインナー(1本20g)/0.4g
- ベーコン(1枚17g)/0.3g
- 塩辛(20g)/1.4g
- たらこ(30g)/1.7g
- インスタント麺(1個)/3.5g~5.5g
- 珍味(10g)/0.4g~
- カップスープ(1杯)/1.4g
- インスタント味噌汁(1杯)/杯1.8g
- カレー(1杯)/3.0g~

塩分の排泄

塩分をとるだけでなく、排泄を促す作用のある食品を食べることも大切です。食品に含まれる「カリウムや食物繊維」をとることで塩分が排泄されやすくなります。とくに野菜は毎食を目標にしましょう。

<カリウムの多い食品>



野菜

カロリーは低くカリウムも豊富。生野菜でなくても問題ありません。食物繊維は生で食べられない野菜の方が多く含まれています。漬物は料理ですぐに食べる場合よりもカリウムが塩分によって失われています。

大豆製品

毎日1食は豆腐、揚げ類、納豆などいずれかひとつ食べましょう。



果物

カリウムが一番多い食品です。適量を1日1回とりましょう。果糖を含むため遅い時間より日中に食べるのがおススメ。

海藻・茸 蒟蒻

カロリーが低く、カリウム・食物繊維ともに豊富です。



いも類

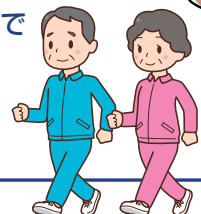
カリウム・食物繊維ともに豊富ですが、糖質が多く高カロリー。中性脂肪、血糖値が気になる方はひかえめに、または主食で調整しましょう。

体重管理

肥満は高血圧症の原因のひとつです。塩分制限とあわせて、食べすぎに注意しましょう。

- 味の濃いおかずは食べすぎの元！
- 塩辛いお菓子だけではなく甘いお菓子も食べすぎは肥満→高血圧に！
- アルコールは適量が大切！
飲酒はストレス解消にもありますが、食欲増進効果がありますので、一緒に食べるものの種類や量と飲み過ぎに注意しましょう！

- 夕飯後の飲食は消費できない＝肥満の原因
- ストレスとのバランスが大切！
美味しく食べたらしばらくは気をつけるなど、メリハリをつけて長く体重管理をしましょう
- 食べ物だけでなく、適度な運動で消費することも大切です



医療機器の導入について

新たに80列マルチスライスCT・レントゲン撮影装置が導入されました。

CT装置はX線を使用して人体の断面を撮像する装置です。頭部、胸部、腹部、四肢など全身領域の検査に有用で特に大動脈や気管支や肺などの胸部、肝臓や腎臓などの腹部の病変の描出に優れています。当院では全身の検査を行っています。様々な画像処理を施すことによって任意方向からの断面や3D画像を構成することが可能であるため、病変の診断はもちろん手術計画などにも役立っています。また、従来より撮影時間も短く開口部も広がっているため、高齢や病態によって動きが制限される患者さんにも安心して検査を受けていただけます。さらに新しい機能として、Deep Learning を用いて設計された最新の画像再構成技術「Advanced Intelligent Clear-IQ Engine;AiCE」が搭載されています。これにより、大幅なノイズ低減効果と空間分解能の向上が実現可能となり、従来の撮影線量よりも低い線量で高画質な画像を提供することができるようになりました。

レントゲン撮影装置では FPD (Flat Panel Detector:フラットパネルディテクタ) が導入されました。従来に比べ X 線の感度が高いため、照射線量を減らしても十分な画像が得られます。また、撮影方向を変える度にカセットと呼ばれる板を入れ変えなければならなかったのですが、FPDでは板を入れ変える必要性がなくなり、従来のレントゲン撮影装置と比べ撮影してから画像が見られるまでの時間も短くなったため、1人あたりにかかる撮影時間が短縮されました。

今回導入された CT レントゲン撮影装置ともに従来の装置に比べ患者様の被ばく線量がかなり低減されていますので、より安心安全な検査が受けられるようになりました。



80列マルチスライスCT



レントゲン撮影装置



病院のご案内

■診療科目

心臓血管外科・循環器内科・腎臓内科・
人工透析内科・胸部外科・リハビリテーション科

■専門外来

静脈瘤外来・禁煙外来・睡眠時無呼吸症候群

■病床数

一般病床/99床(急性期一般1/99床 透析/22床)

■指定機関

けが(災害)救急告示病院・第二次救急指定病院・
札幌市ACSネットワーク参加病院・各種健康保険・生活保護法・
結核予防法・労働災害保険法・身体障害者福祉法・更生医療・
育成医療・原子爆弾被害者に対する援護に関する法・
特定疾患委託機関

■施設認定

- 循環器専門医研修施設
- 日本外科学会外科専門医制度関連施設
- 胸部ステントグラフト実施施設
- 腹部ステントグラフト実施施設
- 下肢静脈瘤に対する血管内治療実施基準による実施施設
- 一般社団法人National Clinical Database(NCD)参加施設
- 日本成人心臓血管外科手術データベース(JACVSD)参加施設
- 日本心臓血管インターベンション治療学会研修施設
- 外科専門研修プログラム連携施設(札幌医科大学・防衛医科大学)

<外来担当医診療予定表>(令和4年11月1日より)

	月	火	水	木	金	土
午前	循環器科 予約制 縄手 循環器科 予約制 山田 循環器科 予約制 原田	循環器科 予約制 縄手 循環器科 予約制 馬場 循環器科 予約制 佐々木	循環器科 予約制 神吉 循環器科 予約制 大坪 循環器科 予約制 渡邊 (北大 出張医)	循環器科 予約制 大坪 総合内科 予約制 清水 循環器科 予約制 高橋 (北大 出張医)	循環器科 予約制 縄手 循環器科 予約制 神吉 循環器科 予約制 山田 循環器科 予約制 中島 (北大 出張医)	循環器科 交代制 循環器担当医
午後	循環器科 予約制 神吉 循環器科 予約制 藤井 総合内科 予約制 清水 腎臓内科	循環器科 予約制 大坪 循環器科 予約制 馬場 総合内科 予約制 清水 腎臓内科 15:00迄	循環器科 予約制 佐々木 循環器科 予約制 馬場 循環器科 予約制 渡邊 (北大 出張医)	循環器科 予約制 佐々木 循環器科 予約制 山田 循環器科 予約制 高橋 (北大 出張医)	循環器科 予約制 藤井 循環器科 予約制 佐々木 循環器科 予約制 原田 ベイスターカー 外来 14:00~ 循環器科 予約制 馬場	

■診療受付時間

●平日 8:45~11:30/13:30~16:30 ●土曜日 8:45~11:30 ●休診日 日曜・祝日・年末年始(12月30日~1月3日)

●新患受付時間 平日 8:45~11:00/13:30~15:30

(新患の方は上記新患受付時間内に受診ください。※当日の予約で診ている外来担当医が診察します。)

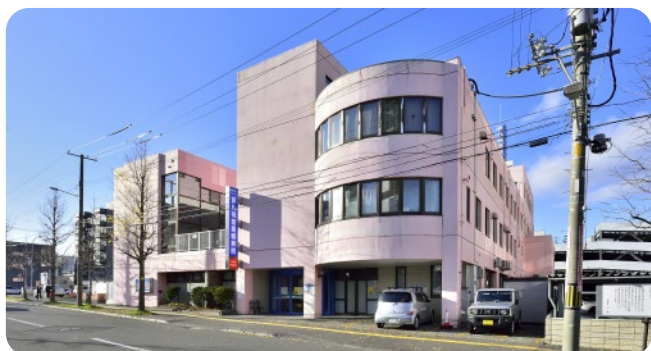
※予約制は再診の方が対象です。 ※禁煙・静脈瘤専門外来は新患、再診を問わず予約制です。(禁煙外来は神吉医師の外来日、月13:30枠、水・金9:00枠のみの診療となります。)

※土曜日は午前のみ診療です。 ※午前・午後の受付時間は、入院患者処置、救急患者対応等の為に遅れる場合もございます。

※火曜日午後の馬場医師は入院患者対応のため15:00までの診療となります。 ※偶数月第3水曜日の渡邊出張医師は休診となります。代わりに当院循環器医師が診察いたします。

※土曜日の循環器診療は各医師が交代で行いますので、診療日をご確認の上で受診ください。

◎診察のご予約・変更は892-4895(平日12時30分~16時30分)へお電話ください。



医療法人 サンプラザ 新札幌循環器病院

〒004-0052

札幌市厚別区厚別中央2条4丁目9-25

TEL 011-892-1556 FAX 011-894-5220

予約専用 TEL 011-892-4895

ホームページ <https://www.sshoc.jp>