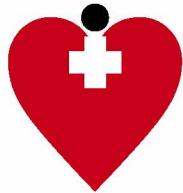


ご自由にお持ちください

Mitoyo
General
Hospital

発行／三豊総合病院
発行人／山田大介

三豊総合病院だより



こころ
Kokoro

vol.114
2023.11



ウェルネスサポートプラザ
特集：放射線部

- ・ 新しい歯科・歯科口腔外科、歯科保健センターのご紹介
- ・ みとよサプリ

[季節の旬レシピ]

肉団子とキノコのピリ辛ミルク煮

今号の表紙

放射線部スタッフ
特集：ウェルネスサポートプラザ
放射線部 (2~3P)

特集：ウェルネスサポートプラザ



1階 放射線部

西棟と、管理棟の間に建てられた新棟「ウェルネスサポートプラザ」を各フロア毎に紹介します。今号は1階 放射線部をご紹介します。放射線部の既存棟側設備と隣接し、利便性を損なわない動線設計となっています。新たに放射線治療センターを設け Varian 社製放射線治療システム TrueBeam を導入しました。

令和5年4月より放射線部撮影室の一部が病院通り北側のウェルネスサポートプラザ（通称：ウェルサポ）1階に移転しました。放射線受付が「17」になり、こちらで全ての放射線検査の受付を行います。ウェルサポ1階ではX線撮影、パノラマ撮影、乳房撮影、MRI撮影を行います。7月から放射線治療センターがオープンし、プライバシーに配慮した治療患者専用の待合、更衣室、診察室が設けられました。最新の放射線治療装置が稼働し、放射線治療専門のスタッフにより安全で高精度な放射線治療を実施しています。



放射線治療装置を新しくしました

当院ではウェルネスサポートプラザの開院に合わせて、放射線治療センターを設け、新しく装置 Varian 社製「TrueBeam」を導入いたしました。

●強度変調放射線治療

(IMRT(アイエムアールティ)/VMAT(ヴィマット))

照射する方向によって、放射線の量や強さを変化させ照射する方法 (IMRT 法)

IMRT 法の応用型で、装置を回転させながら行うことで、時間の短縮と線量の集中をより高めた方法 (VMAT 法)



●定位放射線治療

縦横方向からだけでなく斜め方向からも、細い放射線を照射し腫瘍に集中させる方法

いずれの方法も、周囲の正常な部分にあたる放射線の量を抑えながら、腫瘍そのものに多くの放射線をあてる目的としています。腫瘍の種類や大きさ、場所、周囲の正常部分の条件によって、最適な方法を選択することになります。

●以前の装置に比べた新装置の特長

- 特長①**：高線量率モードを含め5種類のエネルギーのX線と5種類の電子線を照射できることにより、腫瘍の種類や場所に応じた様々な腫瘍に対応できます。
- 特長②**：高線量率モードにより治療時間を短縮できるため、肺や上腹部のように呼吸による移動がある部位に対して、息止めによる照射や呼吸に合わせた照射が可能です。
- 特長③**：治療装置付属のエックス線撮影機能によりCT画像が取得できます。それにより3次元的に照射の位置を合わせることができ、治療の精度を高く保つことが可能です。
- 特長④**：中心部では5mm幅の薄いコリメーター（従来装置は10mm幅）を搭載し、さまざまな大きさや形状の腫瘍に合わせた照射が可能になりました。
- 特長⑤**：治療装置を回転させながら強度変調放射線治療（IMRT）をおこなう、強度変調回転放射線治療（VMAT）により、さらに腫瘍への線量集中性を高め、短時間での治療が可能になりました。
- 特長⑥**：治療計画専用のCT装置も合わせて導入し、高い精度で治療計画に用いるCT画像の取得ができるようになりました。また、治療期間中の体型の変化や腫瘍の大きさ変化に素早く対応でき、照射位置を最適に保つことができます。

その他にも、衝突防止のセンサーなど様々な安全機構により、安全な放射線治療が実施できます。また、スタッフは日々、装置の精度管理を行い、治療装置の性能を最大限発揮できるように努めています。



専用待合



専用入口



治療室入口部分には父母ヶ浜の風景



青空を模した照明

高齢者に多い心臓の病気～心不全・意識消失(不整脈)

心不全は、心臓の機能が低下して全身に水がたまる病気です。

体重の増加やむくみ、動悸、息切れ、手足の冷感、疲れやすさが起こります。

心不全に気を付けるには？

普段から体重測定をしておきましょう。年配の方の体重増加は体調不良のサインです！息切れや足のむくみ、1週間で2kg以上の体重増加は心不全を疑います。心不全かな？という症状を感じたらかかりつけ医へのご相談をお勧めいたします。

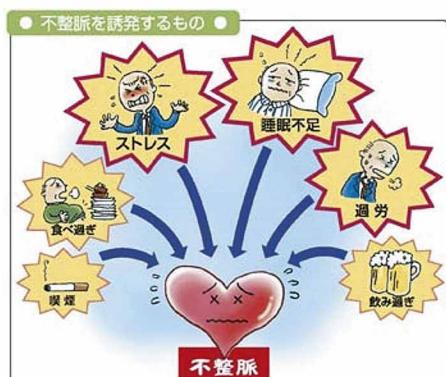


心不全の原因となる不整脈とは？

不整脈は心臓の電気刺激が正常に行われてない状態です。正常な脈拍数は1分間に50～100回とされており、50回以下や、100回以上になったり、脈が飛ぶことを不整脈と呼んでいます。運動や精神的興奮以外で脈が乱れる場合は不整脈が疑われます。

不整脈の原因とは？

心臓そのものの問題だけでなく、加齢、自律神経の乱れ、ストレスの蓄積が考えられます。心臓や肺、甲状腺の病気を抱えている方や高血圧などの生活習慣病の方は特に不整脈が生じやすくなります。



不整脈を防ぐには？

まず、ストレスをためないよう心がけ、規則正しい生活を送ることが大切です。

カフェインやアルコールの摂取、喫煙は不整脈を誘発することがあります。

心臓の病気、高血圧などの病気を持つ方は、その治療を行うことも不整脈の予防になります。

不整脈には治療の必要がないものから、命に関わるものまでさまざまなタイプがあります。ただし、意識を失うことがあるほか、脈が遅くなったり息切れがする、突然動悸がする場合には、治療の必要な不整脈が生じている可能性も考えられます。

心臓や肺、甲状腺の病気を抱えている方や、高血圧などの生活習慣病の方は、症状を感じたり体重の変化があれば、早めに医師に相談して下さい。

みとよサプリ とは？

当院では毎月第4火曜日12時30分から13時まで南棟ホールにて「みとよサプリ」を開催しています。

薬じゃないけどちょっと体にいい話として、住民の皆さんにとって役立つことを病院の職員がお話ししています。



新しい歯科・歯科口腔外科、歯科保健センターのご紹介

令和5年8月より、歯科保健センター、口腔ケア室が歯科外来とともに移動し、共同の場所（16番）で診療業務を行っています。

歯科口腔外科

口腔や顎の病気、外傷、有病者の歯科治療、院内の周術期口腔機能管理など幅広く対応を致します。お口の中と顎の周囲の健康をお守りいたします。

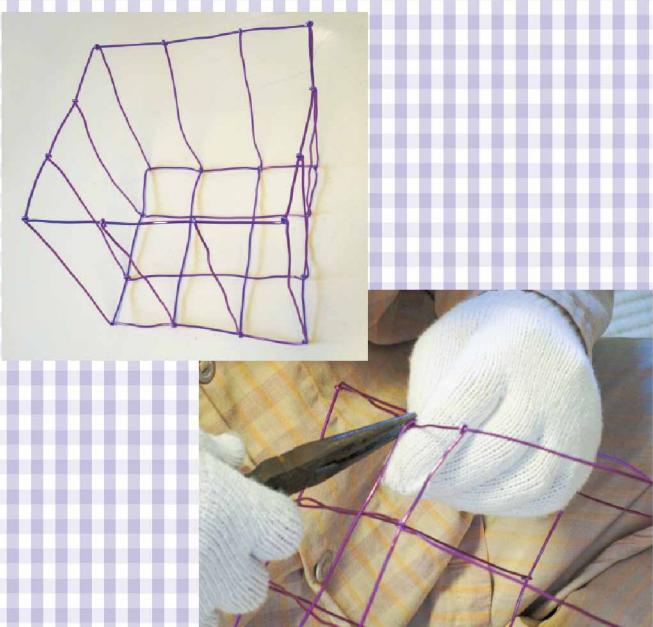


歯科保健センター

幾つになってもおいしく食事ができ、家族や友人と楽しくおしゃべりができるように…歯科保健センターでは、乳幼児から高齢者まで、健康な人から有病者まで、全てのライフステージを通じてお口の健康づくりのサポートをいたします。

スタッフ一同、地域の皆様のお口の健康に役に立つことを心掛け、対応させていただきます。

リハビリテーション部 今月の作品



ワイヤークラフト (小物入れ用のカゴ)

男性患者さんが、指先の細かな動作とつまむ力の練習のために、針金で小物入れを作成されました。始めは針金を折り曲げる際に苦戦していましたが、徐々にコツをつかみ、取り組まれていました。完成後は他の患者さんにも好評で、自室の小物入れとして活用されているとのことです。

三豊総合病院 講座・イベント予定表



11月

28日(火) 12時30分～13時 みとよサプリ
「野菜をしっかりと摂りましょう」

※ 都合により予定が変更される場合があります。
※ 参加ご希望の方は、お気軽に病院までお問い合わせください。

12月

6日(水) 10時～11時 男性の栄養教室
8日(金) 10時～11時 食べて治して、ハッピーライフ
15日(金) 15時～16時 糖尿病教室
21日(木) 15時30分～16時30分 腎臓病教室
26日(火) 12時30分～13時 みとよサプリ
「冬に流行する感染症」

手軽においしく栄養管理部がお届け! 季節の旬レシピ

材料(2人分)

鶏ひき肉	60g	サラダ油	小さじ4
片栗粉	小さじ3	豆板醤	0.5g(1人分)
料理酒	小さじ4	ショウガ	小さじ4
まいたけ	50g	鶏がらスープの素	小さじ4
エリンギ	50g	水	100ml
玉ねぎ	60g	濃口醤油	小さじ1
ブロッコリー	60g	酒	小さじ1
塩	少々	牛乳	100ml

A

つくり方

- 1 エリンギは食べやすい大きさに切る。まいたけは軸を取って手で割く。玉ねぎは薄くスライスする。ブロッコリーは一口大に切って、さっとゆでておく。
- 2 鶏ひき肉に片栗粉、料理酒を入れてよくこね一口大の団子を数個作る。
- 3 鍋にサラダ油を熱し豆板醤とショウガを入れる。香りが出たら玉ねぎ、エリンギ、まいたけを入れて炒める。※数人分作るときは、人数分の豆板醤を入れると辛くなりすぎるので少し控えめに。
- 4 ③にAを入れ、沸騰してから肉団子を入れて煮る。
- 5 肉団子に火が通ったら牛乳を入れる。※吹きこぼれないように注意
- 6 牛乳が煮立ってきたら⑤にブロッコリーを入れて塩で味を調えたら火をとめる。

調理時間 約20分 エネルギー 約145 kcal 塩分 約0.8 g カルシウム 約82 g

*エネルギー、塩分は1人分です



牛乳のスープにすることでカルシウムが摂れます。キノコ類でビタミンD、ブロッコリーでビタミンCも摂ることができます。



バックナンバーのご紹介

ウェブで「こころ」のバックナンバーをご覧いただけます。スマートフォン等で右のQRコードを読み取ってご覧ください。



こころ紹介サイト
QRコード