

あおぞら

石心会グループ神奈川地区広報誌



こんなときは
早めに病院に行きましょう(6)

大動脈疾患(第1回) 大動脈瘤

川崎幸病院／さいわい鶴見病院／川崎幸クリニック／第二川崎幸クリニック／川崎クリニック／さいわい鹿島田クリニック／新緑脳神経外科／アルファメディック・クリニック／川崎健診クリニック／石心会グループ在宅事業部
発行責任者：石井映祐 編集長：倉重成忠 〒212-0014 川崎市幸区大宮町23-5 コーラルビル 電話：044-511-2266(代) <http://www.sekishinkai.or.jp>

バスをご利用の方は、必ずマスクをつけてください。

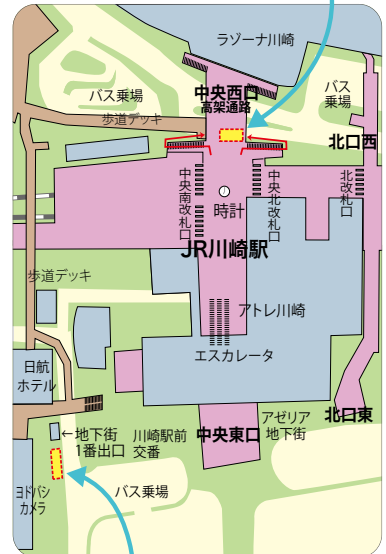
巡回バス(現在、運行停止中)

川崎クリニックシャトルバス

JR川崎駅西口⇒川崎幸病院⇒川崎幸クリニックの巡回コースでの使用バスは、乗客定員の多い中型バスです。多くの方が乗り合わせるために、新型コロナウイルスの感染の恐れがあります。感染を予防するために現在運行を停止しています。



1F・西口
シャトルバス乗場
(一般車乗降場)



東口
シャトルバス乗場
(一般車乗降場)

運行は月～土曜日(祝日含む)、
日曜日は運行していません。

川崎クリニック⇄西口

時	川崎クリニック発 川崎駅西口行	川崎駅西口発 川崎クリニック行
8		15 45
9	00 30	15 45
10	00 30	15 45
11	00 (30)*	15
12	(00)* (30)*	
13	00 30	15 45
14	00 30	15 45
15	00 30	15

土曜・祝日は運行していません。
※利用者がいない場合は運休となります。

川崎クリニック⇄東口

時	川崎クリニック発 川崎駅東口行	川崎駅東口発 川崎クリニック行
8	50	00 20 40
9	10 30	00 20 40
10～12	この時間は運行していません	
13	00 20 40	10 30 50
14	00 20 40	10 30 50
15	00 20	10 30

土曜・祝日は運行していません。
※川崎クリニック直通です。
川崎幸病院・川崎幸クリニックには行きませんのでご注意ください。
※定員9名のワンボックスカーです。

外来循環ミニバス



土曜午後・日曜・祝日は運行していません。

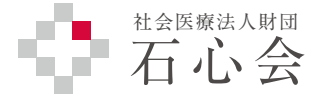
月曜日～金曜日	土曜日
始発 8時15分(川崎駅西口発)	始発 8時15分(川崎駅西口発)
毎時 15分と50分に川崎駅西口を出発	
最終 16時15分(川崎駅西口発)	最終 12時15分(川崎駅西口発)

1 周約 25 分～ 30 分間の循環運行
※ご利用される方々の状況により、所要時間が遅れる場合があります。

石心会グループ神奈川地区

救急・急性期医療・放射線治療	川崎幸病院	神奈川県川崎市幸区大宮町31-27 TEL:044-544-4611(代)
入院・一般外来 (電話予約が必要です)	さいわい鶴見病院	神奈川県横浜市鶴見区豊岡町21-1 外来予約電話番号:045-581-1417
一般外来(内科系・小児科) (電話予約が必要です)	川崎幸クリニック	神奈川県川崎市幸区南幸町1-27-1 外来予約電話番号:044-511-2112
一般外来(外科系・消化器系) (電話予約が必要です)	第二川崎幸クリニック	神奈川県川崎市幸区都町39-1 外来予約電話番号:044-511-2112
一般外来・人工透析 (電話予約が必要です)	川崎クリニック	神奈川県川崎市川崎区日進町7-1 川崎日進町ビルディング6・7・8F 外来予約:044-222-9259 透析センター:044-211-6500
一般外来・人工透析 (電話予約が必要です)	さいわい鹿島田クリニック	神奈川県川崎市幸区新塚越201 ルリエ新川崎3・4F 外来予約電話番号:044-556-2722
人間ドック・生活習慣病健診 (電話予約が必要です)	アルファメディック・クリニック	神奈川県川崎市幸区堀川町580-16 川崎テックセンター8F 予約電話番号:044-511-6116
企業健診・一般健診 (電話予約が必要です)	川崎健診クリニック	神奈川県川崎市川崎区駅前本町10-5 クリエ川崎8F 予約電話番号:044-511-6116
定位放射線治療 脳ドック	新緑脳神経外科 (横浜サイバーナイフセンター)	神奈川県横浜市旭区市沢町574-1 TEL:045-355-3600
在宅事業部 在宅医療・在宅看護・在宅介護	さいわい訪問看護ステーション 新川崎居宅介護支援事業所	TEL:044-556-4213 TEL:044-522-6307
	福祉用具レンタルさいわい かしまだ地域包括支援センター	TEL:044-522-6312 TEL:044-540-3222

いま求められる医療をもっと高めたい



石心会グループ法人事務局 TEL:044-511-2266(代)
〒212-0014 神奈川県川崎市幸区大宮町23-5 コーラルビル



今年の表紙テーマは
「海」と「山」です
来年のテーマは
「花」と「風景」です
表紙：尾瀬ヶ原の老木
中小原 司良
(川崎美術協会会員)

こんなときは 早めに病院に行きましょう(6)

大動脈疾患(第1回) 大動脈瘤

大動脈疾患の主なものに大動脈瘤と大動脈解離があります。数年から数十年かけてゆっくり「コブ」が大きくなるのが大動脈瘤、突然血管が裂けるのが大動脈解離です。今回は大動脈瘤を取り上げました。大島晋・川崎大動脈センター長 兼 大動脈外科部長に解説していただき、それをまとめました。

大動脈瘤にはほとんど症状がありません

大動脈瘤は大抵の場合無症状で、破裂してはじめて激痛を感じます。放置すると破裂し、胸や背中での激しい痛み、腹痛が起こりショック状態になり、心停止、呼吸停止に至り、生命の危機につながります。

どのように見つかるのか

胸部大動脈に瘤があっても、たいていは症状がありません。健康診断や偶然撮られた心臓エコー(超音波)で発見されることがほとんどです。しかしそれでは大きさまで正確に計測することはできません。治療が必要かどうかに関わるサイズや形態を正確に知るにはCT検査が最適です。

腹部大動脈瘤は、消化器疾患の診断のため腹部を触診した時にしこりが見つかったり、腹部エコー検査で偶然に発見されることが大半です。これも正確な形態を知るにはやはりCT検査が必要です。

動脈瘤が見つかることが最も多いのは60～70歳代の方ですが、高血圧を放置していたり、長年に喫煙されている方では40歳代でも動脈硬化性の動脈瘤が発見されることがあります。またマルファン症候群に代表されるような結合組織疾患を指摘されている方では30歳代の発症も珍しくありません。

確実に大動脈瘤を見つけるには

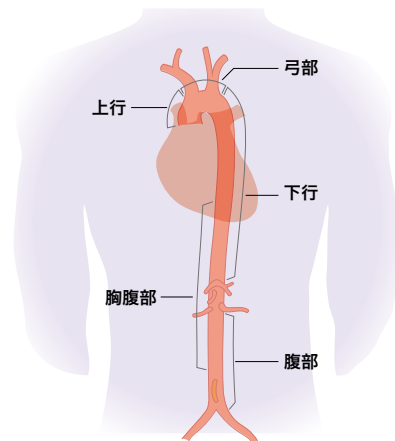
60歳を過ぎると大動脈瘤が発生している可能性が高くなります。特に、高血圧や喫煙歴のある方は

要注意です。

胸部レントゲンや超音波検査でも大動脈瘤が見つからないことがあります。60歳以上の方は、自費になりますが一度CT検査を受けることをお勧めします。検査で動脈瘤の指摘がなければ、数年間は動脈瘤ができることはほとんどありません。一度どこかの節目で検査されてみてはいかがでしょうか。

大動脈はどこにある

大動脈は心臓(左心室)の大動脈弁から始まる、直径が2~3cmの最も太い血管で、心臓から上向きに出た後、頭や腕などに血液を送る3本の血管を枝分かれさせながら弓状に左後方へ大きく曲がり、ほぼ背骨の前面に沿って腹部方向に下っています。



大動脈瘤の原因

多くの場合、喫煙習慣や高血圧や糖尿病などの生活習慣病が動脈硬化を引き起こし、数年単位で血管壁を変化させるのが原因です。動脈硬化により血管壁に炎症が引き起こされ、治癒するという過程を繰り返すうちに血管壁が脆くなり拡大していきます。また動脈硬化を背景にした病態ということもあり、術前検査で冠動脈狭窄症や腎不全が見つかることもあります。

大動脈瘤の治療

一般的に大動脈瘤の直径が5cm未満は、治療の必要はありません。直径が5cmを超えると治療が必要になります。

治療法は病態・部位・大きさ・合併症・年齢・全身状態などにより、患者さんごとに手術治療(人

術式別手術における死亡率(2018年)

日本心臓血管外科手術データベース

	非破裂性		破裂性	
	川崎大動脈センター	全国平均	川崎大動脈センター	全国平均
大動脈基部再建手術	0%	4.1%	6.5%	27.6%
大動脈部分弓部置換手術	0%	3.0%	4.9%	21.7%
大動脈弓部置換手術	0%	6.2%	10%	24.4%
下行大動脈置換手術	1.2%	5.5%	4.3%	32.7%
胸腹部大動脈置換手術	0%	9.6%	25%	31.4%
腹部大動脈置換手術	0%	*	3.6%	*

やって来る患者さんは断りません

川崎大動脈センターでは、たくさんの大動脈疾患の患者さんを受け入れています。患者さんはより良い治療を求めて全国から来られます。

ご自分で当センターをネットなどで調べてやって来る方、受診している病院の医師に「もう治療はできない」と告げられ諦めている患者さんのご家族が相談に来られることもあります。「大動脈疾患は川崎幸病院に任せよう」とされている心臓外科医からの紹介もあります。

その中で、高齢だったり、糖尿病や高血圧などのため、治療は危険で難しいと言われている患者さんも大勢いらっしゃいます。最近では、人工血管にスプリングを組み合わせたものをカテーテルで動脈瘤の内側に留置するステントグラフト治療を繰り返してきたのですが、ついに「治療はこれ以上できない」と言われたという患者さんも徐々に増えてきています。

治療には、とても高度な手術が多くなります。日本で最も多くの治療経験がある私たちでも、治療法に悩む場合もあります。それでも患者さんやご家族に治りたいという意思がある限り、私たちは治療を絶対に断りません。



大島晋

川崎大動脈センター長 兼
大動脈外科部長

最善の治療法を考え出し、決めていきます。

それは緊急患者さんでも同じです。要請があれば、私たちはどんなときでも緊急手術の準備を整え、患者さんを断らないようにしています。

知らないうちに大きくなる大動脈瘤

大動脈瘤は、血管の老化現象である動脈硬化が原因となり発症するといわれています。年齢を重ねれば誰でも発症する可能性があります。

60～70歳代が発症のピーク年齢ですが、50代から徐々に増え始めます。

大動脈瘤は、突然に解離・破裂する危険性があります。破裂すると、数時間で命を落としてしまいます。また大動脈解離を合併するときは、心筋梗塞、脳梗塞、腎不全、腸管壊死など致死的な合併症を引き起こし、命を落とす危険性が極めて高くなります。いずれの場合も緊急手術以外の治療手段はありません。

中年期に差ししかかった方は、一度、専門的なCT検査を受けることをおすすめします。

病院がつくった健康情報サイト みんなの健康塾ちゃんねる

8周年の「みんなの健康塾」

川崎幸病院とみんなの健康が主催する「みんなの健康塾」は、10月1日に8周年を迎えました。

2012年10月から始まった「みんなの健康塾」は、新型コロナウイルスの拡大により、20年2月にやむなく中止になっています。その間のイベント数は2,559回で、のべ14万1,923人の方にご参加いただきました。

そんな中、健康・医療情報が欲しいという声をたくさんいただき、WEBサイトで「みんなの健康塾ちゃんねる」を6月に開設し、地域の皆さんへの健康・医療情報を発信することになりました。

WEBサイトで医療・健康情報を随時更新中

「みんなの健康塾ちゃんねる」は開設以降、新しい情報が随時更新されており、川崎幸病院をはじめとした石心会グループの職員や、地域の開業医も講師として登場する開かれた場になっています。

『動画』のコーナーでは、8月から9月にかけ

て、コロナ対策や『「コロナうつ」のサインと対処法』（稲富正治・川崎幸クリニック 臨床心理士）、『早期発見のための大腸がん検診』（大前芳男・川崎幸病院 がん治療センター副センター長／内視鏡センター長）、『脳梗塞と川崎幸病院・脳血管センターの取り組み』（壺井祥史・川崎幸病院 脳血管センター長）が公開されました。

電子書籍として『ブック』コーナーでは、健診で知ることができるもの、検査の内容を解説した『健診のキホン』が公開されました。

連載として、杉山孝博・川崎幸クリニック院長のコラム『診察室における言葉の玉手箱』・『診察室における言葉の玉手箱～認知症編～』が好評です。

公式LINEやInstagramも随時更新していますので、「お友達」登録やフォローをしてください。

みんなの健康塾ちゃんねる

URL: <https://saiwaihp.jp/kenkoujyukuch/>

WEB
QRコード



公式 LINE
QRコード



Instagram
QRコード



医療情報コーナー 第二川崎幸クリニック

『減量外科』、『逆流性食道炎外科』オンライン診療を開始

来院をためらう患者さんのために、オンライン診療が開始されました。診療は、電話またはLINEでのビデオ通話のみで行うため、特別な機器のご準備は不要です。

『減量外科』は、さまざまな病気の原因となる肥満症の患者さんを対象としています。

『逆流性食道炎外科』は、胃液が食道に逆流して、胸焼け、のどの違和感などの症状を起こす逆流性食道炎の患者さんのうち、これまで内服薬で改善が見られなかった患者さんを対象としています。

- 担当医 網木学
- 診察日：土曜日 9:00～9:30
- 対象：減量外科・逆流性食道炎外科の外来を初めて受診される方



【ご用意いただくもの】

- スマートフォン（iPhone、Android 共に可）
- 電波の良い環境
※電波の悪い環境の場合、ビデオ通話が繋がらないことがあります。
- 健康保険証、医療券等（お申し込み時に必要です）



ホームページでは、説明動画も公開しています。検索いただくかQRコードでアクセスください。

第二川崎幸クリニック 減量外科 検索

減量外科はこちら→



第二川崎幸クリニック 逆流性食道炎外科 検索

逆流性食道炎外科はこちら→



秋を楽しむ

栄養やカロリーなど気にせず、秋の味覚の一品をしみじみ味わうのも一興です

【栗ごはん】

●材料（米2合分）

米 2合、栗（殻付き）400～500g、塩 小さじ1、酒 大さじ0.5（好みで）

<作り方>

栗の皮のむき方

洗って40度くらいのお湯に15分ほど浸ける。栗のおしり近くを切り落とし、鬼皮を手でむいてから、包丁で渋皮をむく。大粒のまま炊き込みます。

栗ご飯の炊き方

- ①米を研ぐ。

- ②炊飯器の2合の目盛まで水を入れる。
 - ③30～40分ほど浸して、塩を加えてよく溶かす。
 - ④栗を上広げて炊飯する。
 - ⑤炊き上がりに酒を全体にひと振りして蒸らす。
 - ⑥全体を底からさっくり混ぜ合わせて完成。
- ※秋冬の塩系炊き込みごはんとしてサツマイモを具にしてもいいですね。



【キノコのホイル焼き】

●材料（2人分）

キノコ（シメジ 100g、シイタケ 3枚、エノキダケ 小 1/2束（50g）、マイタケ 50g、エリンギ 小

1本）、バター 1人当たり5～10g、レモンまたはスダチ 適量、醤油 適量

下準備と作り方

- シイタケは石づきを落とし、縦に2～4等分に割る。
- シメジとエノキダケは石づきを落とし、粗くほぐす。
- マイタケはひと口大に手で割く。
- エリンギは半分に縦に2～4等分に切る。
- アルミホイル 40cmほど、にキノコを並べる。
- 塩少々（材料外）をふりかけ、バターを上のにのせる。
- アルミホイルでキノコを包む。
- ①フライパンにホイル包を並べ、蓋をして中火にかける。
- ②3分後、弱火に落としてさらに5分、計8分が目安。
- ③蓋をはずし、アルミホイルの口を一つ開いて火通りを確認し、OKならホイル焼きを取り出します。



- ④レモンやスダチのくし切りを添え、醤油をかける。

【サトイモの煮物】

●材料（2～3人分）

サトイモ 600g、だし汁 300ml、醤油 大さじ2、みりん 大さじ1.5、酒 大さじ1.5、砂糖 大さじ1.5



イラストレーション 植田理香

<作り方>

- ①サトイモの皮をむく。
 - ②鍋にだし汁 300ml と醤油・みりん・酒・砂糖を合わせ、サトイモを入れ、中火で煮る。
 - ③煮汁が沸いたら、落とし蓋をし、煮立つ程度に火加減を少し落とし、10分煮る。
 - ④落とし蓋をはずし、ふつふつ沸く状態に火加減し、煮汁が少なくなるまで13～15分煮詰める。
- ※筒切りにしたイカと一緒に煮ても美味しいですよ。

箸休め ⑮

温かいお茶がほしくなる

麦茶や番茶を冷やして飲んだ暑かった夏がようやく過ぎました。朝晩の涼しいとき、一杯の温かいお茶がゆったりとした気分させてくれます。外出が多かった頃は

ペットボトルに入った緑茶飲料が便利でしたが、外出自粛の昨今では、お湯を沸かして急須でお茶を淹れることが暮らしの中の一つのシーンとして戻ってきた感じです。



文豪のお茶

「普通の人々は茶を飲むものと心得ているが、あれは間違だ。舌頭へばかりと載せて、清いものが四方へ散れば咽喉へ下るべき液はほとんどない」と、書いたのはお茶が大好きだった夏目漱石です。『草枕』の中の一文です。弟子の芥川龍之介もお茶好きで、煎茶を、火鉢にかけた鉄瓶を一日に三回も空にしたそうです。

部屋にこもって、うんうん唸りながら文章を

ものにしている仕事の作家先生にはお茶はもってこいの刺激物でしょう。なにせ煎茶には、ホントかうソカ知りませんが頭脳を明晰にする効能があると言いますから。

中国から世界中に広がった

この見出しは、最近の世界の出来事を思い出させますが、これはお茶の話です。紀元前59年に書かれた中国の文献に「茶」という言葉が出ていますが、いずれにせよ中国から陸路でアジア、東欧諸国に伝わりました。「ティー」という発音は、中国の福建省の人たちの発音に由来するそうです。海路で伝わっていったのは西欧、北欧、南アジアです。

日本にお茶が伝来したのは平安時代の初期で、とても貴重なもので、良薬と考えられていました。庶民がお茶を楽しむようになったのは江戸時代後期になってからです。

仕事を終えた夕暮れ、「一杯やるか」とは酒飲みの飲みどきですが、お茶にはどんな飲みどきがあるのでしょうか。中国の詩にはそれが書かれているそうですよ。

俳句・ちょっといい話 (第6回)

谷村鯛夢

愛されキャラの`漂泊の俳人、山頭火

明治以降で大俳人と言えば正岡子規か高浜虚子か。でも、最も愛されている俳人となると、種田山頭火かな。何しろ全国に五百余も句碑が建ち、「山頭火」という清酒まであるし。

分け入っても分け入っても青い山
うしろすがたのしぐれてゆくか

などが、よく知られた彼の句。ただ、五七五の定型にこだわらず自分の感じたりズムで詠む「自由律」という俳句。初心者がこれをやると、ほぼメチャクチャになりますので要注意。

山頭火も初心は定型です。でも、結局、自由律の方にいくよなあ、と思えるほどの波瀾万丈の人生。山口県防府の大地主の長男ですが両親が不和で、幼時に母が自殺。早稲田に進むも中退。酒造業を起業して失敗。一家離散。弟も自殺。熊本に逃げて、泥酔で電車を止め、これを契機に出家し「堂守」に。そして各地で庵を結び、旅に明け暮れるという漂泊の生涯。



あるけばかっこういそげばかっこう
どうしようもない私が歩いている
酔うてこほろぎと寝ていたよ

人生の友は酒。あの深編笠に丸眼鏡、あご髭、無一文の雲水姿は、全国各地で迷惑がられつつ愛されて、松山の「一草庵」で没。仲間が句会をやっている横で寝て、起きず。脳溢血。享年59。80年前、昭和15年10月のこと。

晩年の日記に「無駄に無駄を重ねたような一生だった。それに絶えず酒を注いで、そこから句が生まれたような一生だった」と。旅と句と酒の生涯で残した七つの句集は、すべて支援者が出してくれたもの。最期の一句は

「もりもり盛りあがる雲へあゆむ」。

(谷村鯛夢・俳人、俳人協会会員、現代俳句協会会員、俳句結社「炎環」同人会会長)



頭の体操 漢字穴埋めクイズ問題

上下左右それぞれに二字熟語ができます。
真ん中の□に入る漢字は何でしょう？ (答えは7ページ)

① 千 一 □ 周 満	② 修 改 □ 常 直	③ 芸 職 □ 間 口	④ 和 台 □ 力 速	⑤ 観 旅 □ 車 席
⑥ 形 洋 □ 典 場	⑦ 会 解 □ 明 然	⑧ 猛 熱 □ 火 風	⑨ 奇 配 □ 然 数	⑩ 創 原 □ 物 風



頭の体操 漢字クイズ 答え

① 千 一 円 周 満	② 修 改 正 常 直	③ 芸 職 人 間 口	④ 和 台 風 力 速	⑤ 観 旅 客 車 席	⑥ 形 洋 式 典 場	⑦ 会 解 釈 明 然	⑧ 猛 熱 烈 火 風	⑨ 奇 配 偶 然 数	⑩ 創 原 作 物 風
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------