

touch

総合病院 土浦協同病院
広報誌 touch (タッチ)

No.31

TAKE FREE



ふれあい fu-re-a-i



上高津貝塚ふるさと歴史の広場
土浦市上高津 1843
.....



地域とふれあい、地域を知ろう

上高津貝塚ふるさと歴史の広場

27

霞ヶ浦沿岸には多くの貝塚が存在します。上高津貝塚は規模の大きさと保存状態の良さから昭和52年に国の史跡指定を受けました。その後、貝塚の調査・復元整備と考古資料館の建設を経て平成7年に「上高津貝塚ふるさと歴史の広場」として開館しました。

上高津貝塚は約3〜4千年前の縄文時代後・晩期の遺跡で、貝殻や魚の骨が出土しています。当時の霞ヶ浦が太平洋につながる内海であり、周辺に住む人々が魚介類や動植物を採取して生活していたことがわかります。隣接の考古資料館では、常設展示でさらに詳しく縄文人の生活を学べます。また、ホームページで定期更新されている「よみもの」も面白く、必見です。

特集

心不全パンデミック

循環器内科 角田 恒和



心不全患者数は年々増加傾向にあります。パンデミックという主感染症に対して使いますが、心不全は感染症ではないにもかかわらず、増加傾向が明らかなことから心不全パンデミックと表現されます。特に高齢化により伴う高血圧や弁膜症など、これらの疾患が心不全増加の大きな因子であり、高齢化とともに心不全による死は、がんによる死亡率を上回り、死因の第一位に浮上します。

以前は、心不全と言えば収縮能が低下して生じるHFrEF（heart failure with reduced ejection fraction）がメインの病態として、診断、治療のターゲットになっていましたが、近年、収縮は保たれている心不全HFpEF（heart failure with preserved ejection fraction）が増加しています。HFpEFの特徴は比較的女性、高齢者に多く認められ、効果的な薬もほとんどありません。心不全薬としては、fantastic fourと呼ばれる効果が実証されている治療薬が複数明らかになっていますが、主にHFrEFに対する治療薬です。近年やっとHFpEF治療薬が認可されましたが、HFpEFに特化した処方薬はありません。糖尿

病治療薬であるSGLT2-IはHFpEFにも有効性が認められ、現在では糖尿病がなくても心不全に投与可能です。今後、さらにHFpEFに特化した新薬開発が望まれています。

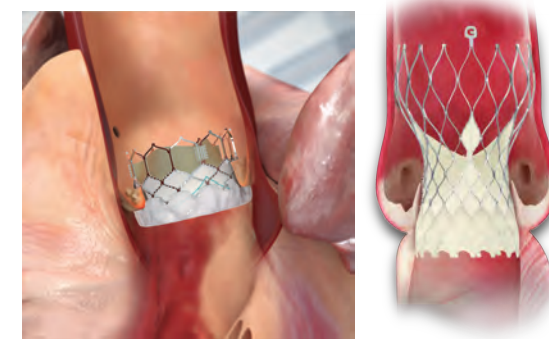
<心不全の原因>

心不全の原因として心筋梗塞後等の虚血性心疾患、弁膜症、心筋症、不整脈、先天性心疾患等が挙げられますが、ストレスも一因とされ、高齢者にストレスとともに発症するといわれるたこつぼ心筋症も心不全の原因の一つです。高齢者において時に問題となる不安、鬱も心不全の誘因となる可能性があります。高血圧が最も重要な心不全のリスク因子ですが、心不全の予防には運動、食事を含めた生活習慣の管理が非常に重要です。

<治療>

冠動脈バイパス手術、PCI、カテーテルによる大動脈弁置換術（TAVR）、MitraClip、外科的弁置換術、等を含む積極的治療法により、病態の明らかな改善が得られるケースも少なくありません。外科的手術適応が困難な高齢者であっても、大動脈弁狭窄症や僧帽弁閉鎖不全症のように心不全の有意な改善が低侵襲で期待できる病態関与がありえます。

まずはお近くのかかりつけ医に相談してみてください。心不全を疑う患者さんがいらっしゃいましたら、その原因検索をさせていただければと思います。



医療法人社団 三輪会
山手医院



ご挨拶

当院は 2001 年に開設以降、内科、心療内科、緩和ケア内科を中心に外来診療を行っています。最新の人工知能（AI）導入により、早期発見や正確な診断に力を入れ、多職種連携を活発にする、ICT 対応カンファレンスルームも整備しました。最先端の緩和療法による「苦しまない看取り」寝たきりにならないための「リハビリ栄養」認知症の進行を遅らせるための「生活リハビリ」などの実践を通じて、地域にとって信頼され愛される医療・介護複合施設になれるよう頑張ります。



理事長 三輪谷 博史

住 所 茨城県土浦市国分町 7-6
電 話 029-835-3388
診 療 科 内科・心療内科・緩和ケア
休 診 日 水曜午後、土曜午後、日曜
U R L <http://yamanote-clinic.com/>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 (09:00 ~ 12:00)	○	○	○	○	○	○	休
午後 (15:30 ~ 17:30)	○	○	休	○	○	休	休



地域医療のパートナーをご紹介します

額賀医院



ご挨拶

当院は約 50 年前に父弘、母美よしが開業、現在父の跡を継ぎ内科整形循環器内科で診療しています。協同病院の先生方には専門性の高い医療で多々お世話になっております。私は 8 匹の保護猫の世話と趣味のフィギュアスケートとコロナ診療で騒がしく毎日が過ぎていきます。今年 2023 年は日本でフィギュアスケートの世界選手権があります。ぜひ皆様も応援してくださいね！

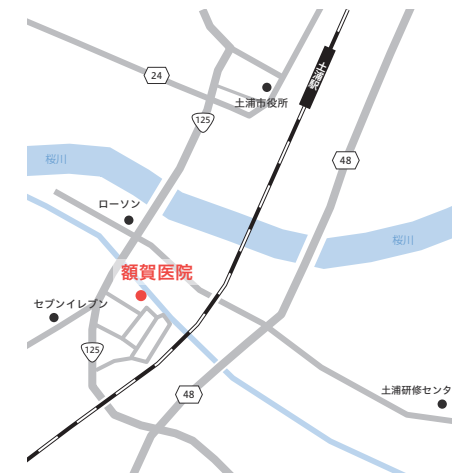


院長 額賀 早智子

住 所 茨城県土浦市富士崎 1-7-25
電 話 029-821-5748
診 療 科 内科・整形外科・循環器内科
休 診 日 休日のない週の水、日曜、祝日
U R L <https://www.tsuchiura-ishikai.org/4907.html>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 (09:00 ~ 12:00)	○	○	※	○	○	※	休
午後 (14:00 ~ 18:00)	○	○	※	○	○	休	休

※祝日のある週の水曜は診療があります。
※土曜は午前中のみになります。



地域医療のパートナーをご紹介します



皆コロナ思わず家族の絆知る
あまびえ (医局)

声かけは効率アップミス減少
ゆきちゃん (医局)

大連休わたしたちはNO連休
きゅーこ (看護部)

エタプラス多忙になるほど使用減
えたのーる (看護部)

感謝する全ての出会いに意味はある
まころん (事務)

おはようでかける心のエンジンを
ガチャピン☆ (事務)

大事だよお金も休みもやりがいも
やぶ (コメディカル)

【接遇委員会】 第二回土協川柳優秀作品結果発表

第二回土協川柳への多数のご応募ありがとうございました。おかげさまで合計46句の応募を頂きました。その中から、接遇委員会のメンバーで投票し優秀作品を選びましたので発表いたします。本活動が少しでも皆様の仕事や生活を潤し、背中を押してくれることを願っています。ご協力ありがとうございました。

web開催 土浦協同病院市民公開講座

人生100年時代 健康寿命を延ばすために 必要なこと



視聴方法
左のQRコードから動画視聴ページが開きます。視聴後のアンケートにご協力ください。

■contents

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| 01 院長挨拶 | 病院長 河内 敏行 |
| 02 健康寿命を延ばすために必要なこと | リハビリテーション科部長 岡田 恒夫 |
| 03 ロコモ予防～衰えない身体づくりをしましょう～ | 理学療法士 遠藤 拓見 |
| 04 認知症予防～楽しく脳を活性化させよう～ | 作業療法士 木鉛 聡恵 |
| 05 嚥下機能を維持するために | 言語聴覚士 新山 亜依 |
| 06 健康寿命を延ばすための食事 | 管理栄養士 舘 穂奈美 |
| 07 我がまま教室の紹介 | 保健師 齊藤 友美 |

【ウェブ開催】土浦協同病院市民公開講座
当院ホームページにて
視聴できます
当院ホームページにて土浦協同病院市民公開講座のスライド動画を無料公開しています。公開期間中はいつでも何度でも視聴可能となっています。どなた様もぜひお気軽にご覧ください。



No.42 | かけはし
地域医療のパートナー

石井内科クリニック



ご挨拶

土浦市右碓に開業している一般内科クリニックです。診療科目は、内科、循環器内科、小児科です。主に、高血圧症や心臓病の患者さんを多く診療しています。土浦協同病院には、緊急性がある方や重症が疑われる方、また、精密検査が必要と思われる患者さんをご紹介させていただいており、大変感謝いたしております。私達は、地域のホームドクターとして、お気軽に来院いただけるクリニックを目指し、日々診療に取り組んでいます。ぜひお気軽にご相談ください。



院長 石井 正徳

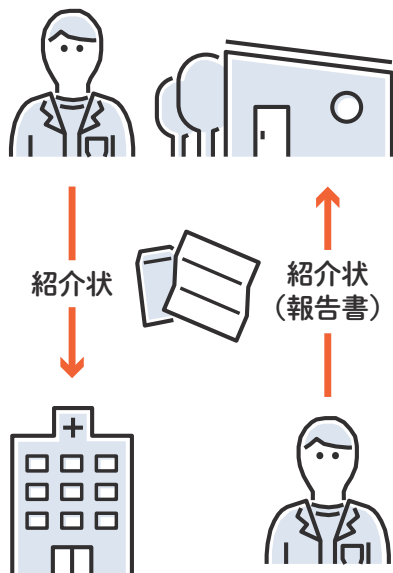
住 所 茨城県土浦市右碓 2626-66
電 話 029-841-6125
診 療 科 内科・循環器内科・小児科
休 診 日 水曜午後、土曜午後、日曜、祝日
U R L <https://www.tsuchiura-ishikai.org/4704.html>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 (09:00 ~ 12:00)	○	○	○	○	○	○	休
午後 (15:00 ~ 18:00)	○	○	休	○	○	休	休



ふたりの主治医を持ちましょう

ご近所のかかりつけ医と、当院の医師（専門医）のふたりが患者さんの主治医となります。それぞれの持つ機能に合わせた役割分担と、紹介状を通じた連携を強化することで適切な医療の提供を目指します。



かかりつけ医

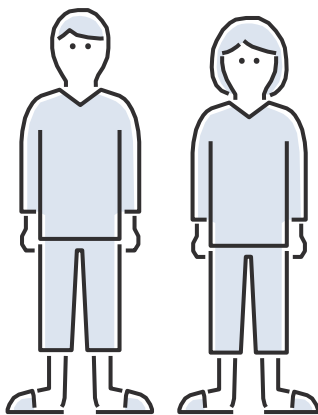
ご近所のクリニックや診療所が日常的な診療、健康管理を担当します。専門的な医療が必要になれば病院へ紹介。

専門医（病院）

専門的な検査や手術、入院が必要となるような医療を担当します。症状が安定したらかかりつけ医へ紹介。

人間ドックのご案内

半日で効率よく生活習慣病やがんの検査が行える日帰りドックをはじめ、多様なドックコースが選択可能です。また、脳や肺、心臓などの単独ドック、全身のがんを調べるPET-CT検査もご用意しております。



お問い合わせ（予防医療センター直通）

TEL：029-846-3731

FAX：029-846-3732

受付時間：9:00～17:00（平日）



土浦協同病院附属真鍋診療所

地域のかかりつけ医として主に内科、小児科一般を対象に診療を行っています。専門的な治療を必要とされる方には紹介状を作成し、本院（土浦協同病院）にて速やかに診察を受けることができるよう連携をとっています。



touch

No.31

令和5年6月30日発行



touch（タッチ）は土浦協同病院の広報誌です。地域とふれあい、私たちの理念を地域の皆様にお届けしたい、という願いを込めています。次号のtouchは9月29日発行予定です。バックナンバーは当院ホームページから閲覧できます。

発行所／総合病院 土浦協同病院

編集／病院機関誌委員会
地域医療連携室

発行人／河内敏行

MAIL／general@tkgh.jp



総合病院 土浦協同病院

〒300-0028

茨城県土浦市おおつ野四丁目1-1

TEL：029-830-3711

<https://www.tkgh.jp>