

NEWS TOPICS 1

2つのデジタルシステムが利用可能になりました!



**万が一の緊急時にも
備えて安心。**

同意をいただくと、お薬やアレルギー情報などを、連携先の医療・介護施設で共有でき、災害や緊急時に役立ちます。

さくらネット

詳細はこちら 



**受診にまつわる
困りごとをサポート!**

ホスパはご登録いただくと「診察前の通知」「受診予定や履歴の確認」などの機能が利用でき、患者さまの通院をより快適にサポートします。

HOSPA

詳細はこちら 

NEWS TOPICS 2

症状別外来が開始いたしました!

多くの方がお悩みの症状について症状別の外来を開院いたしました。

外来名・受付場所	月	火	水	木	金	土
咳外来 11		引野 13:30~15:30		野間 13:30~15:30	渡井 13:30~15:30	
ワクチン・ 渡航外来 24		佐藤(守) 13:30~15:30	佐藤(守) 13:30~15:30			
生活習慣病 外来 24	守矢(高血圧) 13:30~15:30		鈴木(糖尿病) 13:30~15:30		内科・ 総合診療科 13:30~15:30	
健診異常 外来 14				佐野/前田 13:30~15:30		瀬戸 9:00~11:00 初診のみ30分1枠
頭痛・めまい 外来 22	堀田(頭痛) 13:30~15:30	山本(佐伯) 16:00~16:30	山本(佐伯) 16:00~16:30			



医療法人徳洲会
湘南鎌倉総合病院

〒247-8533
神奈川県鎌倉市岡本1370番1
TEL: 0467-46-1717 FAX: 0467-45-0190



編集・発行 湘南鎌倉総合病院 広報室

TAKE FREE

SHONAN
湘南鎌倉総合病院広報誌

Mail

Number 207
2024 November

特集

婦人科・周産期医療センター・乳腺外科

保健だより No.18
病院祭のお知らせ



お腹に傷をつけない手術

daVinci

ロボット手術は、3D カメラを使用して腹腔内を観察し、関節のあるロボットアームを操作することで行われます。手振れ防止機能も備わっているため、より精密な操作が可能です。また、ロボット手術の特徴として、傷が小さく術後の痛みが少ないため、入院期間が短くなるといったメリットがあります。当院の婦人科では、子宮筋腫や子宮腺筋症などの良性疾患や子宮体がんに対して、ロボット手術を導入しています。

vNOTES

vNOTES（経膈的自然開口内視鏡手術）は、従来のお腹を切開する手術とは異なり、膈からアプローチして行う新しい腹腔鏡下手術です。この方法の大きな特徴は、お腹に傷をつけないことです。これまでの腹腔鏡下手術やロボット支援下手術では、非常に小さな切開ではあるものの、お腹にいくつかの切開が必要でした。しかし、vNOTES ではそのような切開が不要で、見た目にも傷が残りません。この手術法のメリットは、お腹を切開しないため、術後の痛みが少ないことが期待できる点です。従来手術と比べて体への負担が軽減されるため、早期退院が可能になるケースも多く、患者さんにとっては早く日常生活に戻れることが利点です。

vNOTES は、主に子宮や卵巣の腫瘍を取り除く際に用いられています。ただし、すべての患者さんに適用できるわけではなく、個々の症状や健康状態によっては vNOTES での手術が難しい場合もあります。そのため、手術を希望される方やご興味がある方は、担当医師にご相談いただくことが重要です。医師が適切な診断を行い、最適な治療方法をご提案いたします。この新しい手術法により、患者さんの負担を軽減し、より快適な治療体験を提供できるよう努めています。手術を検討されている方はぜひお気軽にご相談ください。



がんリスクを見極める最新の検査方法 遺伝性腫瘍・多遺伝子パネル検査

「生まれつきがんになりやすい体質」を持つ場合、それは「遺伝性腫瘍」と呼ばれます。この遺伝性腫瘍は、全体のがんの約10%を占めていると言われています。中でも代表的な疾患が「遺伝性乳がん卵巣がん症候群」で、この症候群では、乳がんや卵巣がんだけでなく、前立腺がんや膵臓がんなど、他のがんのリスクも高くなることがわかっています。

遺伝性乳がん卵巣がん症候群は、BRCA1やBRCA2という特定のがん抑制遺伝子の一部に異常があることが原因で発症します。この遺伝子の異常は、血液検査で確認することができ、リスクを知るための重要な検査のひとつです。

また、遺伝性腫瘍には他にもいくつかの種類があり、個別のケースに合わせて調査が必要です。より広範に調べるためには「多遺伝子パネル検査」という方法があり、この検査では、複数の遺伝子を一度に調べることが可能です。なお、この多遺伝子パネル検査は自費診療となりますが、当院でも対応しておりますので、詳細は担当医師にご相談ください。



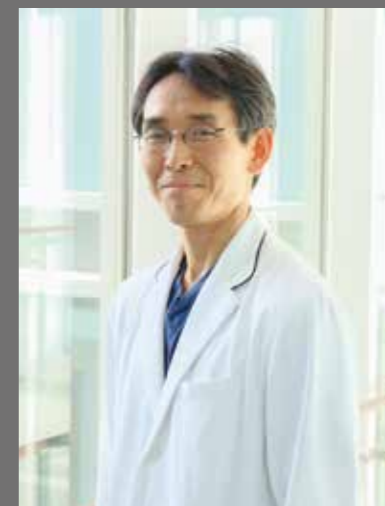
遺伝子の検査を通じて、体質を知ることがご自身の治療やご家族の予防、早期発見に役立つ反面伝え方を悩む方もおられます。その場合には、遺伝カウンセリングを受けたいと主治医にお伝えください。

助産師・遺伝看護専門看護師
三ツ屋 妙

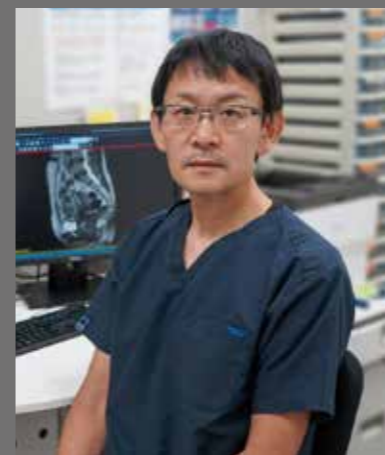
婦人科 医師のご紹介



主任部長
井上 裕美



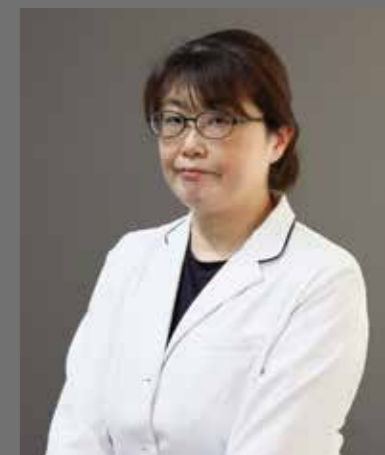
部長
部長
遺伝診療科
福田 貴則



部長
大沼 一也



部長
周産期医療センター センター長
高橋 慎治



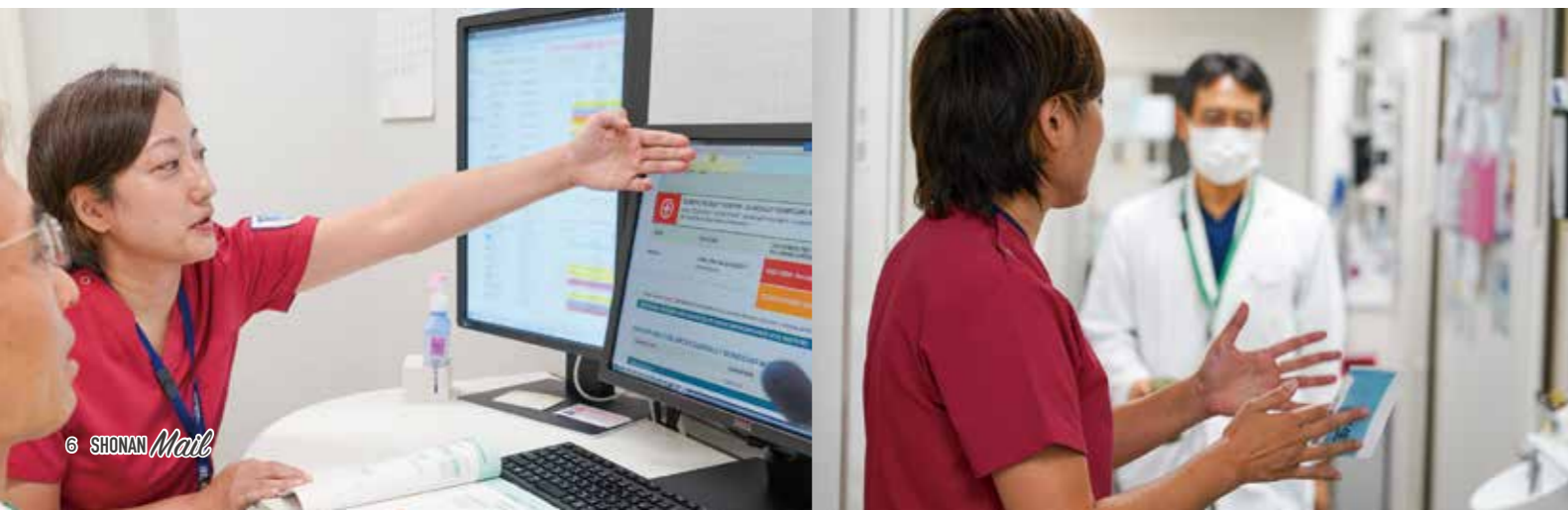
部長
水野 泉

医長
鵜澤 芳枝

医長
青柳 遼

松本 愛世

西木 正明



婦人科 ホームページ

ぜひ
ご覧ください!



多様な分娩方法で 安心と信頼の医療を提供

周産期医療センターは、地域に根ざし、安心と信頼の医療を提供することを使命としております。当センターでは、妊婦の皆様が安全で快適な出産を迎えられるよう、常に最新の医療技術を取り入れ、患者様一人ひとりに寄り添ったケアを行っています。このたび、新たに「無痛分娩（麻酔分娩）」を導入し、より多様な出産方法の選択肢を提供できるようになりました。

無痛分娩だけでなく、自然分娩や帝王切開など、さまざまな出産スタイルに対応しており、あらゆる状況において安全で質の高い医療を提供しています。

分娩方法として自然分娩のほか、逆子（骨盤位）や双胎妊娠、TOLAC（帝王切開後の経膈分娩）など、特殊なケースにも対応しています。

入院時から分娩終了まで 助産師がサポートする“助産師のお産”

外来から分娩まで助産師を中心とした温かみのある管理を行っています。
ご希望の方には出生前診断を行ったり、胎児超音波スクリーニングを行っています。

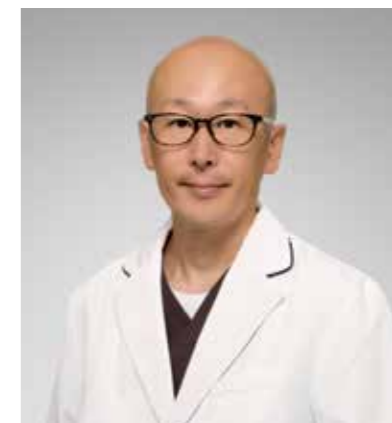
当センターでは、母子の健康と安全を最優先に考え、妊娠から出産、産後ケアまでトータルサポートを行っています。最新の医療設備と専門医による高度な医療に加え、温かみのあるケアを大切に、患者様がリラックスして過ごせる環境を整えています。これからも、地域の皆様に愛される病院として、安心・安全な分娩を提供してまいります。



周産期医療センター 医師のご紹介



周産期医療センター長
産婦人科部長
高橋 慎治



新生児科部長
三上 了右

無痛分娩がついに導入開始

無痛分娩（麻酔分娩）は、麻酔によって陣痛の痛みを緩和し、分娩時の身体的負担を軽減する方法です。これにより痛みを強く感じることなく（個人差があります）リラックスした状態で出産を進めることができ、母体の疲労を抑えると同時に、安全な出産が期待できます。

当院では、無痛分娩に際して経験豊富な産科医と麻酔科医が連携し、硬膜外麻酔による無痛分娩をおこなっています。妊婦様の健康状態やご希望に合わせた柔軟な対応を行い、個別のケアプランをご

提案しています。無痛分娩を検討されている方には、事前に詳しい説明やカウンセリングをおこない、疑問や不安を丁寧に解消いたします。出産は一生に一度の大切な瞬間です。当院では、妊婦様とご家族が納得して選択し、安心して出産に臨めるようサポートいたします。また、無痛分娩だけでなく、自然分娩や帝王切開など、さまざまな出産スタイルに対応しており、あらゆる状況において安全で質の高い医療を提供しています。

周産期医療センター 特設サイト

2024.4月に
リニューアル
しました!



公式 Instagram





小さな切開を1か所だけ 単孔式内視鏡手術

単孔式内視鏡手術は、乳がん治療の新しい方法であり、乳房の整容性（見た目の美しさ）を保ちながらがんを除去する手術です。従来の乳がん手術では、乳房を大きく切開してがんを取り除くため、どうしても目立つ傷が残り、術後の回復にも時間がかかることがありました。一方、単孔式内視鏡手術では、小さな切開を一か所だけ行い、そこから内視鏡と手術器具を挿入して、がんを除去します。

切らない乳がん治療

早期乳がんの治療法として、従来は「乳房切除術」と「乳房部分切除」が標準とされてきました。乳房切除では乳房を全て取り除き、部分切除ではできる限り乳房を残しながら腫瘍を除去しますが、元の形を保つのは難しく、左右差が生じることもあります。そんな中、新しい治療法「RFA（ラジオ波焼灼療法）」が登場しました。RFAは「切らない乳がん治療」として注目され、専用のニードルで腫瘍を熱で凝固させます。乳房の見た目を保ちながら、根治が可能です。RFAは2004年に肝がんで保険適用され、2022年には肺がんや腎がんにも適用が拡大。2023年7月には早期乳がんにも承認され、12月から保険適用となります。RFAには適格基準があり、妊娠中やペースメーカー使用者、重篤な心疾患がある方は適応外になる場合があるため、医師に相談が必要です。



電流を流す針を乳房に挿入して5～10分程度で焼灼し（左図）、がんを死滅させます（右図）



乳腺外科 医師のご紹介



部長
神保 健二郎



辻 喬繁



佐藤 洋子

乳腺外科 特設サイトはこちら ……………▶





No.18 ウォーキングのススメ

「涼くなったし身体を動かしたいけど、何がいいかな。」
そんなあなたにおススメなのが**ウォーキング**！
お金もかからず、自分の時間に合わせて取り組みます。
身体や心や脳にいい効果が盛りだくさん。
今回は、ウォーキングの効果とポイントをお伝えします。

「身体」にいい効果！

- ① 脂肪を燃焼するため、**肥満解消に効果**があります。
- ② 肥満解消が睡眠時無呼吸障害を改善するため、**睡眠の質**が上がります。
- ③ 運動で体温が上がると免疫細胞が活性化するため、**感染症予防に効果**があります。
- ④ 血管をしなやかに保ち、動脈硬化を防ぐため、**脳卒中、心臓病予防に効果**があります。
- ⑤ インスリン感受性が高まるため、**糖尿病の改善に効果**があります。
- ⑥ 4～5kgの減量で降圧効果があるため、**高血圧の改善に効果**があります。

ウォーキングの効果



「心」にいい効果!!

- ① 毎日20分のウォーキングは、**ホルモンバランスを整え、ストレスを軽減**します。ウォーキング後は、リラックスモードの副交感神経が優位になり、**自律神経が整うため、不安や抑うつ改善に効果**があります。
- ② 幸せホルモン(セロトニン)、やる気ホルモン(テストステロン)が増加し、**ストレスホルモン(コルチゾール)が減少**するため、**更年期の不調に効果**があります。

参考資料：大谷 義夫著「1日1万歩を続けなさい 医者が教える医学的に正しいウォーキング」

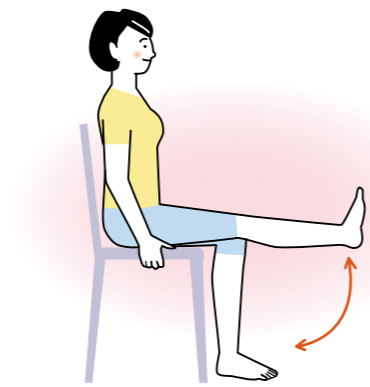
「脳」にいい効果!!!

- ① 座っているより、歩いている方が、**発想力、創造性はアップ**します。リモートワークの合間にも、歩くことはおすすめです。
- ② 週2回以上運動する人は認知症発症リスクが半減し、有酸素運動(ウォーキング等)した人は認知機能の一部が改善するため、**認知症予防、改善に効果**があります。

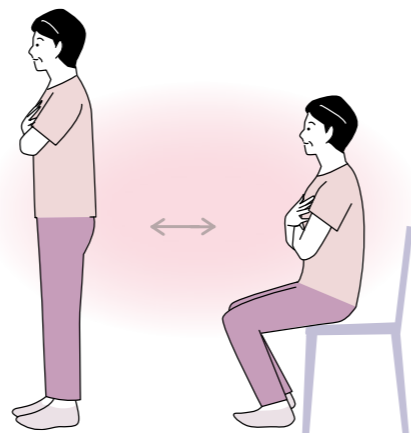


ウォーキングのポイント

- 周りの景色も楽しみましょう!
- 水分補給をしっかりと!
- 顎を引いて視線は遠くに!
- 背筋を伸ばす!
- 肩の力は抜いて胸を張る!
- 腕は前後に大きく振る!
- 歩幅はできるだけ広くとる!
- 足に合った歩きやすい靴で!
- まとまった時間がとれなくてもOK! こまめに歩くのも効果的!



足が痛かったり、歩けない方も大丈夫!
座ったままで行う体操、筋トレ、ストレッチなど
ご自分に合うものを取り入れましょう。



入場無料

湘南鎌倉総合病院

病院祭

ME-BYO

未病改善宣言。

人生100年時代に人生をデザインする

2024年11月24日 日

10:00~15:00 (受付終了)

会場：湘南鎌倉総合病院

来場記念エコバッグプレゼント!



※公式LINEをご登録した方に差し上げます。

楽しい催し
盛りだくさん!

キッズコーナーや、キッチンカーの出店、楽しい出し物を予定しています。
地域の皆さまのお越しを心よりお待ちしております。

国際未病医療センター
除幕式
開催決定!

特別講演会開催!

11:20~ 神奈川県知事

黒岩 祐治 氏

お申込みは
当院公式
LINEから!



病院祭の最新情報



公式LINE



特別講演のお申込、
来場者プレゼントは
病院LINEのご登録が
必要です。

病院祭
前日開催!

新湘南
ウェルビーイングフェスタ
2024年11月23日(土・祝) 9:00~
開催場所：湘南アイパーク
ぜひこちらもお越しください!

主催：病院祭実行委員会
0467-46-1717 (代表)
協力：徳友会・育友会