

Vol.210



かけはし

理念
すべては患者様と
地域社会のために



病院ホームページは

<http://www.mhi.co.jp/kobe/hospital/>

発行責任者 病院長 松本 健

新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。昨年は世界を席卷した新型コロナウイルスにより日常生活を変えざるを得ない状況となりました。病院も今まで以上の感染対策が求められ、面会制限など患者様とその御家族にも大変な負担を強いることとなりました。職員もかつて経験したことのないストレスにさらされ気の抜けない厳しい環境で業務に携わってきました。令和3年は十二支の丑(うし)で、先を急がず目の前を確実に進めることが成功につながる年と言われています。コロナによって否応なく変えられた新しい環境で何が出来るかをしっかりと考え、至誠一貫、職員一同皆様に選んでもらえる病院を目指し、より一層努力いたす所存でございます。皆様にとりまして今年が有意義な年となりますように心より願っております。



病院長 松本 健

年男年女の病院職員の方々から抱負をいただきました！

新年明けましておめでとうございます。今年で3年目になるうとしていますが、未熟な部分もたくさんあります。初心を忘れず、患者様から信頼頂ける看護師になれるよう、努力していきたいと思っております。



看護科
2A病棟 看護師
田中 彩琴



看護科
4D病棟 看護師
竹下 史華

新年明けましておめでとうございます。仕事面では多重課題が起きても落ち着いて周りを見て行動できるようになりたいです！私生活では楽しめる趣味を見つけて、人生の幅を広げ、仕事の活力にしていきたいです。

新年明けましておめでとうございます。今年で看護師2年目になります。患者様との関わりの中で日々学ばせて頂いております。これからも患者様により良い看護をご提供できるように努力していきたいです。



看護科
2A病棟 看護師
近藤 七海

丑年の年男年女

ME機器管理室
臨床工学技士
岡田 健太郎



ハッピーニューイヤー！
明けましておめでとうございます。今年で3回目の年男になります。このような状況下ではありますが、丑年ということで食牛之気・呑牛之気で頑張っていきます。どうぞ今年モ〜よろウシく願います。

新年明けましておめでとうございます。周りの人も自分も、笑顔で1年を過ごせるように、日々努力を重ねていきたいと思っております。



リハビリテーション科
理学療法士
為則 真幸

初春のお慶びを申し上げます。三菱神戸病院で節目の年をむかえることが出来た事は、先輩方、ともに働いた皆様方そして家族のおかげだと感謝しています。これからも、より成長して皆様のお役に立てるよう頑張りますので、よろしくお願いたします。



中央検査科 部長
臨床検査技師
梅澤 美子



事務部長から新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。
 皆様におかれましては、健やかに新年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。
 日頃より当院へのご理解・ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。
 新しい生活様式が求められ、今しばらくはwithコロナの状況が続くものと思われま
 すが、「すべては患者様と地域社会のために」という病院理念の下、本年も職員一
 同、精進して参りますので、変わらぬご愛顧を賜りますよう、お願い申し上げますと
 ともに、一日も早くこの事態が収束することを祈念して、新年のご挨拶に代えさせ
 ていただきます。



事務部長 城 光一郎

お知らせ

「みんなのバス」(兵庫区南北バス)の実証実験運行がスタート! 当院最寄りにも、バスが停車します!



本誌(2020年11月号で)お伝えしました「みんなのバス」(兵庫区南北バス)の実証実験運行が、去る12月17日に開始されました。当院も、最寄りの「バス停留所」設置を含め、様々な検討にご協力させていただいております。
 本取組みを通して、近隣地域にお住いの皆様が兵庫区内を南北移動される際の利便性が向上し、地域活性化へ繋がっていきますことを、当院としても応援・期待しております。

今回は、最寄りのバス停・時刻表も含め、バス運行の詳細について、あらためてお知らせいたします。



このマークが
バス停留所の目印です!!



～運行詳細～

バス運行本数:

1本/30分兵庫駅を起点に区内南北を
日中巡回(日・祝・年末年始は運休)

バスの乗客定員: 12名乗り

バス運賃: 大人210円、こども110円
(敬老パスをお持ちの方は110円)

回数券: 当院地下売店で11枚つづりを販売
(2021年1月中で調整中)

バス停留所予定地(最寄り):
当院南西側駐車場エリア

「バス停留所」のご案内



「時刻表」のご案内

時刻表	
時	分
8	42
9	
～	12 42
16	
17	12



高血圧症について

内科 (循環器内科)
 医長 吉野 直樹

高血圧症とは、何回か血圧を測定しても正常より高い状態をいいます。血圧が高くても、通常は特徴のある症状が現れません。症状が現れないにもかかわらず、からだの中では高血圧の影響が徐々に広がっていきます。

高血圧治療ガイドライン (日本高血圧学会)

血圧が高いと血管の壁に強い圧力がかかっているため、時間が経過すると血管がダメージを受け動脈硬化が進行していきます。とりわけ、脳や腎臓、目の網膜などの血管は高血圧の影響を受けやすいとされ、血液を送り出す際に負担がかかる心臓も、高血圧の合併症が現れやすい臓器です。それぞれ、脳梗塞、腎不全、眼底出血、心不全などの病気を引き起こします。そうならないように血圧を管理し、動脈硬化を予防していく必要があります。

塩分を過剰に摂取すると血液の塩分濃度を高めますが、ヒトのからだは塩分濃度を正常に維持するために、細胞の中の水分を血管内に移行させて、血液の塩分濃度が上がらないようにします。すると、血液の量が増えます。血液の量が多ければ多いほど、血管の壁には強い力がかかってしまい、血圧が高くなってしまいます。そのため高血圧の予防・治療には、減塩が必要です。また、肥満の場合は減量が必要です。内臓脂肪型肥満では脂肪組織から血圧を上げる成分が分泌されてきます。ですから体重を適正にすると、血圧も正常に近付いてきます。加えて、糖尿病や脂質異常症などの改善効果も得られます。これらの病気はすべて血管の障害を促す原因ですから、肥満の改善は血圧低下だけでなく、多くの生活習慣病の予防・改善に有効的に働きます。

減塩や減量と同時に、運動習慣を身に付けることも推奨されます。からだを動かすことは、体重管理のためにも必要ですが、それとともに血行を良くして血圧を下げる効果があります。ただ、血圧がかなり高い場合は、運動中に血圧が高くなり過ぎる可能性もあるので、無理は禁物です。



生活習慣の改善で血圧がコントロールできない場合は降圧剤による薬物療法を行い、血圧をコントロールしていく必要があります。医師と相談しながら降圧剤を調整し、継続した治療を行ってください。

1. 高血圧の分類

A. 成人における血圧値の分類

分類	診察室血圧 (mmHg)		家庭血圧 (mmHg)	
	収縮期血圧	拡張期血圧	収縮期血圧	拡張期血圧
正常血圧	< 120	かつ < 80	< 115	かつ < 75
正常高値血圧	120-129	かつ < 80	115-124	かつ < 75
高値血圧	130-139	かつ/または 80-89	125-134	かつ/または 75-84
I 度高血圧	140-159	かつ/または 90-99	135-144	かつ/または 85-89
II 度高血圧	160-179	かつ/または 100-109	145-159	かつ/または 90-99
III 度高血圧	≥ 180	かつ/または ≥ 110	≥ 160	かつ/または ≥ 100
(孤立性) 収縮期高血圧	≥ 140	かつ < 90	≥ 135	かつ < 85

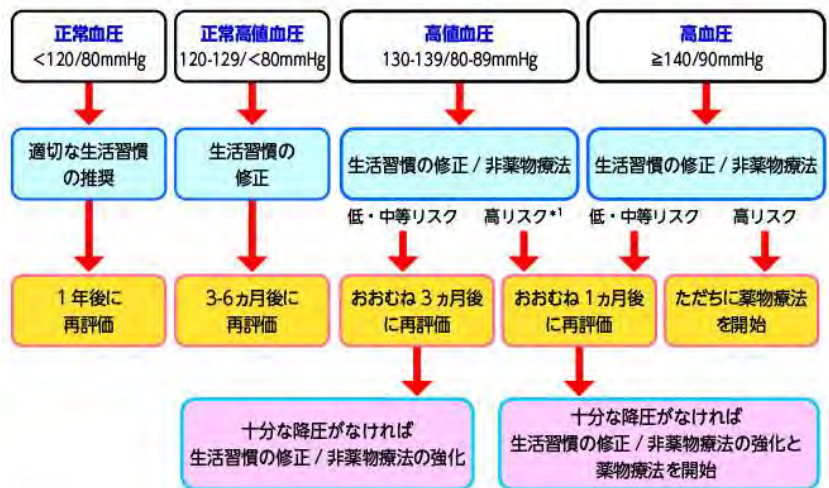
診察室血圧に基づいた脳心血管病リスクの層別化

血圧分類	高値血圧 130-139/ 80-89mmHg	I 度高血圧 140-159/ 90-99mmHg	II 度高血圧 160-179/ 100-109mmHg	III 度高血圧 ≥ 180/ ≥ 110mmHg
リスク層				
リスク第一層 予後影響因子がない	低リスク	低リスク	中等リスク	高リスク
リスク第二層 年齢 (65 歳以上)、男性、脂質異常症、喫煙のいずれかがある	中等リスク	中等リスク	高リスク	高リスク
リスク第三層 脳心血管病既往、非弁膜症性心房細動、糖尿病、蛋白尿のある CKD のいずれか、または、リスク第二層の危険因子が 3 つ以上ある	高リスク	高リスク	高リスク	高リスク

JALS スコアと JCS スコアより得られる絶対リスクを参考に、予後影響因子の組み合わせによる脳心血管病リスク層別化を行った。層別化で用いられている予後影響因子は、血圧、年齢 (65 歳以上)、男性、脂質異常症、喫煙、脳心血管病 (脳出血、脳梗塞、心筋梗塞) の既往、非弁膜症性心房細動、糖尿病、蛋白尿のある CKD である。

治療計画

初診時の血圧レベル別の高血圧管理計画



*1: 高値血圧レベルでは、後期高齢者 (75 歳以上)、両側頸動脈狭窄や脳主幹動脈閉塞がある、または未評価の脳血管障害、蛋白尿のない CKD、非弁膜症性心房細動の場合は、高リスクであっても中等リスクと同様に対応する。その後の経過で症例ごとに薬物療法の必要性を検討する。

お問い合わせ先 内科受付 078-672-2619 (外線)
 8-63-22619 (内線)