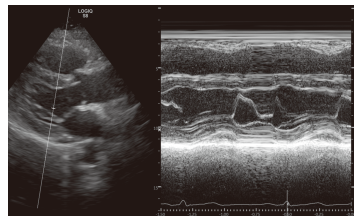


第2回 超音波検査について【心臓編】～検査科～
超音波検査（エコー）は、耳に聞こえない高周波音の反射を利用して体内を画像化し診断する検査です。今回は心臓の検査についてご紹介します。

Q1 心臓超音波検査でわかることは？

- A.** 心臓超音波検査では、主に以下の3つの側面から心臓の状態を評価できます。
- **心臓の構造評価**：心臓の大きさや壁の厚さ、弁の状態、腫瘍や血栓の有無などを確認できます。例えば、心臓の部屋が拡大していたり、壁の厚みに異常がある場合は、心不全や心筋症の可能性が考えられます。
 - **心機能の評価**：心臓が血液を送り出す力（収縮能）や血液を受け入れる力（拡張能）を調べ、心臓が正常に機能しているか評価します。もし拍出力が低下していると、心不全の重要な指標となります。
 - **血流の評価**：心臓内や主要な血管の血流の方向や速度を測定します。異常な血流は、弁膜症や先天性心疾患の診断につながる場合があります。



健康な人の心臓の動き

Q2 心臓超音波検査で発見される可能性のある疾患は？

- A.** 以下のような心臓疾患が診断される可能性があります。
- **弁膜症**：心臓の弁に異常があり、血液の逆流や狭窄が起こる病気です。
 - **心不全**：心臓の機能が低下し、全身に十分な血液を送り出せなくなる状態です。
 - **心筋梗塞・狭心症などの虚血性心疾患**：心臓の筋肉に血液が十分に供給されなくなる病気です。
 - **心筋症**：心臓の筋肉に病変がある状態です。
 - **先天性心疾患**：生まれつき心臓に構造的な異常がある病気です。
 - **心膜疾患**：心臓を覆う膜（心膜）に炎症や液体の貯留が見られる病気です。

心臓超音波検査は、放射線を使わず、痛みもほぼない安全な検査で、短時間で心臓の状態をリアルタイムに確認できるという利点があります。動悸や胸の痛みなど、気になる症状の原因を特定できることもあります。そのために私たち検査技師はグループ内研修や、症例検討会又、超音波認定資格の取得などさらなるスキルアップを目指しています。

臨床検査技師 技師長 堀川 友里江



TOPICS

その“なんとなくだるい”は要注意!?
—小さなサインを見逃さないで—

発健体操／医療技術のモノ・ヒト・コト
HOT LINE

Interview

内科医長

能重 美穂

地域に寄り添い
人を診る医療をこれからも



館山病院の
理念

「生命だけは平等だ。
「生命を安心して預けられる病院」
「健康と生活を守る病院」

基本方針

- ①24時間診療体制の維持向上に努めます
- ②適切な情報の提供、十分な説明と同意を心がけ、患者さまの意志と人権を尊重します
- ③患者さまの安全と安心を第一に考え、満足と信頼をいただけるような医療サービスをご提供します
- ④近隣の医療機関や施設と連携し、地域に密着した医療を行います
- ⑤医療知識、技術、接遇の向上に絶えず努力します



病院機能評価（3rdG：Ver.3.0）、主たる機能「一般病院 1」、追加の副機能として「リハビリテーション病院」認定証の交付を受けました。



交通案内 富津館山道「富浦IC」より車で約8分
JR館山駅よりバス・タクシーで約10分

HOT LINE

Instagram
Best 4

投稿から選りすぐりの4つをご紹介します！

フォローしてね！



TATEYAMA_HP

館山病院公式
Instagram



TATEYAMA_NURSE

館山病院看護部
公式Instagram

6月5日

看護部



6月に入って雨降りの日が多くなってきました。回復期リハビリテーション病棟の飾りつけも雨とアジサイになりました。こんな雨なら歓迎ですね。（制作担当の看護補助者さんです♡）

6月30日

看護部



3年生の実習3クール目（最終）が始まりました。この日はオリエンテーションと情報収集がメイン。患者さんの所にどんどん行って沢山学ばせてもらいましょう。3つの病棟で実習しますが、どのグループもチームワークが良いです。

7月31日

看護部



5月に続き7月も病院の屋上からダイヤモンド富士が見られました。西側の病室からは見えるはずですが患者さんは見えなかな～

9月4日

病院



8月18～22日に通所リハビリテーションのイベントウィークとして「健活ダンシング」が行われました。「盆踊り」と「マツケンサンバ」を踊り賑やかなイベントとなりました。

編集後記

朝晩の空気が冷え、体調管理が大切な季節です。当院では10月からインフルエンザ予防接種を開始しました。私自身、昨年は人生初の感染で辛い思いをしたため、今年は早めに接種を済ませました。重症化の恐れもあるため、高齢者の方や基礎疾患のある方は早期接種をおすすめします。健やかな秋をお過ごしください。



地域に寄り添い 人を診る医療をこれからも

Interview

内科医長
能重 美穂
Miho Noju

地域に根差した診療と 安心できる入院体制

内科医として、外来から病棟、人間ドック・健診、胃内視鏡検査、施設への往診まで幅広く担当しています。外来には若い方から高齢の方まで来られますが、入院が必要になるのはやはり高齢の方が中心です。今年の夏は特に暑さによる食欲不振で体調を崩す方も多く、肺炎や感染症での入院も目立ちました。

離れて暮らすご家族が「なんだか元気がない」「食べる量が減ってきた」と気づかれて受診することもありますし、介護施設から入院される方もいらっしゃいます。高齢の患者さんの場合、ご自宅で薬を飲み続けられるか、ご飯をきちんと食べられるかは、ご家族の支えにかかっています。一人暮らしの方であれば、病院で診て差し上げるほうが安心なこともあります。その点で、すぐに入院できる体制を整えていることは、当院の大きな役割だと思っています。入院後も私が引き続き担当しますので、ご本人もご家族も少しでも安心して過ごしていただけたらうれしいです。

医師を志したきっかけと 地域医療の歩み

医師を志したのは高校3年の秋です。本来は法学部志望でしたが、医療訴訟を題材にした小論文を通じて「かかりつけ医の存在の大切さ」に気づいたのが転機でした。幼少期から通っていた先生のように、家族ぐるみで信頼される医師になりたいと考え、その先生の勧めもあって自治医科大学に進学しました。

卒業後は、富山国保病院や鋸南病院で地域医療に従事し、往診や在宅医療も経験しました。患者さんの最期をご自宅で看取ったことや、大動脈解離で救急

PROFILE

2000年自治医科大学医学部卒業。富山国保病院、鋸南病院を経て2015年当院に入職。人間ドック健診専門医。休日は三男の野球チームを応援する「野球ママ」としても奮闘中。



搬送された方が元気に戻ってきて外来で診続けられたことなど、忘れられない経験もあります。

2015年に当院へ入職して10年が経ちました。その間、病院は新しく大きくなりましたが、これまで培ってきた地域医療を大切に診療を続けています。以前に診ていた患者さんのご家族や、かつて一緒に働いていたスタッフの方が患者として来院されることもあり、地域ならではのつながりを感じています。

多職種との連携し 地域をまるごと診る

私が心掛けているのは「病気ではなく人を診る」ということです。病気そのものだけでなく、それによって仕事や家庭に生じる悩みまで含めて支えることが大切だと思っています。自治医大でも「患者さんだけでなく、ご家族や地域全体を診る医師であれ」と教えられ、その思いを胸に診療を続けています。

医局長としては、診療体制の課題を小さなことでも医局会で共有し、意見を出しやすい雰囲気づくりを心掛けています。研修指導医としては、地域医療研修を担当し、退院前カンファレンスを通じて多職種がどのように患者さんを支えるかを学んでもらっています。医師は指揮を執る立場であると同時に、多職種の力を尊重して自分にはできないことをお願いできる存在であることが大切だと思います。研修医にはその点をしっかり学んで、それぞれの病院に持ち帰ってほしいと思います。

現在は南房総市に住み、同じ地域で暮らす方々を日々診ています。体のこと、暮らしのこと、どんな小さなことでも気軽に相談していただける存在でありたいと願っています。

その“なんとなくだるい”は要注意!?

—小さなサインを見逃さないで—

【監修】
館山病院 内科医長 能重美穂

秋から冬にかけては、気温の変化や行事の忙しさなどで疲れが出やすくなります。特に高齢の方では、「なんとなくだるい」「疲れが取れない」といった小さな不調が病気のサインであることも。季節や年齢のせいと思わず、体や心のサインに気づくことが健康を守る第一歩です。

よくある症状の裏に隠れる病気

強い喉の渇き・体重減少	糖尿病
疲れやすい・だるい	貧血、肝機能障害
朝の頭痛・肩こり・めまい	高血圧症
倦怠感・食欲不振・ぼんやりする	肺炎
物忘れ・怒りっぽい・不眠	認知症
食欲不振・体重減少	胃かきよう、胃がん
頻繁な息切れ	心臓や肺の病気

こんな症状が続いたら、すぐに受診を!

- ✓ だるさが2週間以上続く
- ✓ 急な体重減少・増加
- ✓ 顔色が悪く、動くと息切れする
- ✓ 睡眠や食欲の変化が続く



ご家族の気づきが病気の早期発見につながる

高齢の方は「大げさにしたくない」と受診をためらうこともあります。ご自身はもちろん、周りの家族も変化に気づいたら声をかけ、相談しやすい環境を整えることが重要です。



発健 療法士直伝の トレーニング 体操 【第7回】

今回のテーマ

ロコトレでロコモを予防しよう

ロコモ(ロコモティブシンドローム)とは移動するための能力が不足したり、衰えたりした状態を指します。いつまでも元気な足腰でいるために、「ロコトレ(ロコモーショントレーニング)」を続けることが肝心です。

ロコトレ
1

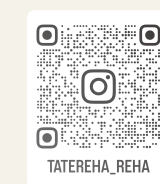
片足立ち

【目的】
バランス能力をつける
【回数】
左右とも1分間で
1セット、1日3セット



POINT
姿勢はまっすぐに!

▶転倒しないように必ずつかまる物がある場所で行いましょう。



療法科
Instagramも
ぜひご覧ください

ロコトレ
2

スクワット

【目的】
下肢筋力をつける
【回数】
5〜6回で1セット、
1日3セット



足も肩幅に
開いて立ち
ます。

◀お尻を後ろに引くように、ゆっくりと膝を曲げ、ゆっくり元に戻ります。

POINT
●動作中は息を止めない。
●膝は90度以上曲げず、つま先より前に出ないように。
支えが必要な人は注意して、机に手をついて行いましょう。

参考:ロコモチャレンジ!推進協議会