

東京医療

東京医療生活協同組合の理念 「誠実」

東京医療生協職員の倫理綱領

1. 私たちは医療の質の向上に努め、人格教養を高めることによって、全人的医療を目指します。
2. 私たちは医療記録を適正に管理し、また知り得た内容を他にもりません。
3. 私たちは病める人々の権利の擁護とプライバシーの保護に努めます。
4. 私たちは病院医療にかかわるあらゆる安全管理に最大の努力を払います。
5. 私たちは地域の人々により良い医療を提供するために、他の機関との積極的な連携を推進します。

発行人 理事長 池澤 康郎 発行責任者 事務局長 森久保 豊

東京都中野区中央四丁目 59 番 16 号 TEL 03-3382-1231(代) 欄附 03-3382-9991

中野総合病院ホームページ <http://www.nakanosogo.or.jp> E-mail: soumu@nakanosogo.or.jp

◆高血圧について

中野クリニック所長 中野総合病院腎臓内科 千田 佳子



高血圧は、2010年度統計で日本人の約4300万人にみられ、年間約10万人の方が高血圧に起因する疾患で亡くなっています。統計では60歳代で62～65%、70歳代で71～80%の方に発症していますが、実際に降圧薬投与を受け目標値に管理されている方は30～40%程度にとどまっており不十分な状態です。血圧の正常値は様々な疫学的検証から導き出されており、2014年には日本高血圧学会から最新の値が提示されました（表1参照）。

「高血圧はなぜ怖い」

高血圧が続いた結果としての脳卒中、心臓病、腎臓病などの臓器障害が出現するまでの間は症状が出にくい為、高血圧は「サイレントキラー」と呼ばれています。サイレントキラーの足音に耳を澄ませて臓器障害を起こさないように血圧を調節する事が大事です。

「家庭血圧測定が大事」

診察室で測る血圧は、条件の違いから実際の安静時血圧を反映しない場合が多く（白衣高血圧、仮面高血圧）、家庭で同じ条件で血圧測定を続ける事が大事です。また一日を通しての血圧変動（サーカディアンリズム）を知る為にも家庭での血測定が必要です。とくに朝の血圧上昇の程度は、脳梗塞、脳出血、虚血性心疾患などの発症と大きな関連があるとされており重要です。

家庭での血圧測定は、①朝、起床後1時間以内、排尿後、朝食前、数分の安静の後に座位で、2回測定し、平均値を採る。

②寝る前、同様の条件で測定、の1日2回測定が推称されます。

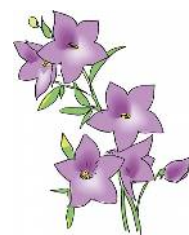
「高血圧の原因」

高血圧には何らかのホルモン異常などの原因があって起こる二次性高血圧（アルドステロン症、褐色細胞腫、腎血管性高血圧など）と、それらを除外した一次高血圧（本態性高血圧）があり、多くの高血圧は一次性です。一次性高血圧の原因は遺伝的要因、環境要因、生活習慣などの複合要因です。



「高血圧の治療」

生活習慣の改善と降圧薬が治療の二本柱です。生活習慣改善項目は、減塩（6g/日未満）、体重管理、禁煙、適度な運動、節酒などです。降圧薬をどの段階で使うかは血圧の程度、その方のリスクファクターによって異なります。また年齢、血圧の程度、合併症の有無などによって作用機序の異なる降圧薬を使用し、血圧の変動などを見ながら投与量の調節を行います。常用している薬との飲み合わせの問題もありますので、主治医の先生ともよくご相談ください。



血圧について、もっと知りたい事、ご相談したい事、気軽にお尋ねください。

	診察室血圧	家庭血圧
若年, 中年, 前期高齢者患者	140/90mmHg未満	135/85mmHg未満
後期高齢者患者	150/90mmHg未満 (忍容性があれば140/90mmHg未満)	145/85mmHg未満(目安) (忍容性があれば135/85mmHg未満)
糖尿病患者	130/80mmHg未満	125/75mmHg未満
CKD患者(蛋白尿陽性)	130/80mmHg未満	125/75mmHg未満(目安)
脳血管障害患者 冠動脈疾患患者	140/90mmHg未満	135/85mmHg未満(目安)

注 目安で示す診察室血圧と家庭血圧の目標値の差は、診察室血圧140/90mmHg、家庭血圧135/85mmHgが、高血圧の診断基準であることから、この二者の差をあてはめたものである (JSH2014より引用)

◆第2回健康講座を開催します

中野総合病院では、今年度より区民を対象としたわかりやすい健康講座を開催しています。

第2回目は「頻尿のはなし」です。皆様のご参加をお待ちしております。

第2回 東京医療生活協同組合 中野総合病院区民健康講座

「頻尿のお悩みについて」

講師；中野総合病院 泌尿器科臨床部長 後藤 智隆

日時；9月27日(土) 午後2時～3時

場所；くみあい保険薬局会館 3階会議室
(中野総合病院のすぐ前です)

参加申し込み先；中野総合病院 地域医療連携室まで
事前に電話にてお申込みください。

電話；03-3382-1231(代) 内線211



9月の小児救急体制



中野総合病院では、中野区並びに中野区医師会のご協力を得て、小児の初期（1次）救急として「**準夜間小児初期救急医療**」を救急外来で実施しています。

一般診療所の診察時間が終わった後、お子さんが急病の際には、下記の**夜間受付電話**にご連絡のうえご来院ください。15歳以下のお子さんを対象に、小児科医が診療を行います。**※血液検査、点滴等の処置、入院等**を必要とする場合は他病院を紹介します。

9月1日から30日までの、準夜間小児初期救急医療体制は下記の通りです。なお、都合により医師の変更もあり得ますので、ご了承ください。ご不明な点は、下記夜間受付にお問い合わせ願います。

9月準夜間小児初期救急担当医

受付時間：毎日午後**6時30分**～午後**9時45分**

診療時間：毎日午後**7時**～午後**10時**

夜間受付：**03-3382-9991**

日	月	火	水	木	金	土
	1 小須賀基通	2 山田 正興	3 小池林太郎	4 長尾 竜兵	5 清水 泰岳	6 保崎 明
7 右田 王介	8 小須賀基通	9 高梨 栄	10 多田 光	11 佐藤 美紀	12 福原 康之	13 清水 泰岳
14 清水 泰岳	15 小須賀基通	16 齋藤 哲也	17 佐和田哲也	18 長尾 竜兵	19 清水 泰岳	20 福原 康之
21 右田 王介	22 小須賀基通	23 右田 王介	24 久利 由美	25 佐藤 美紀	26 小須賀基通	27 清水 泰岳
28 清水 泰岳	29 小須賀基通	30 細谷 直人				

中野総合病院業務概況（平成26年7月）

	延患者数		手術件数		入院主要手術
	入院	外来	入院	外来	
内科	1,773	3,850	23	7	内シャント設置術, 経皮経食道胃管挿入術(P T E G), 経皮経肝胆管ステント挿入術
精神神経科	0	909	0	0	
神経内科	1,062	998	6	0	経皮経食道胃管挿入術(P T E G), 中心静脈注射用植込型カテーテル設置, 胃瘻造設術
小児科	0	353	0	0	
外科	1,206	1,153	90	33	腹腔鏡下直腸切除・切断術(低位前方切除術), 肝切除術(2区域切除), 腹腔鏡下胃切除術(悪性腫瘍手術)
整形外科	1,290	3,061	41	21	観血的関節授動術(膝), 人工関節置換術(股), 人工関節置換術(膝)
形成外科	16	306	7	40	動脈(皮)弁術, 皮膚悪性腫瘍切除術(単純切除), 皮膚・皮下腫瘍摘出術
脳神経外科	179	387	3	9	頭蓋内腫瘍摘出術, 慢性硬膜下血腫穿孔洗浄術
皮膚科	183	1,525	2	8	皮膚・皮下腫瘍摘出術, 皮膚切開術
泌尿器科	109	747	9	1	経尿道の前立腺手術, 経尿道の尿路結石除去術, 膀胱腫瘍摘出術
婦人科	53	494	13	2	子宮全摘術, 子宮附属器腫瘍摘出術(両側; 腹腔鏡), 子宮筋腫摘出術(核出; 腹式)
眼科	121	914	33	8	緑内障手術, 眼瞼下垂症手術(筋膜移植法), 水晶体再建術(眼内レンズを挿入する場合)
耳鼻咽喉科	64	868	1	10	鼻副鼻腔腫瘍摘出術
放射線科	0	26	0	0	
療養病棟	941	0	0	0	
合計	6,997	15,591	228	139	