

◆ けんこうリンク ◆

私たちがけんこうリンクは、総合的な健康管理を通じて、県民の皆様に健康で明るい生活を送っていただくことを願っています。あなたの街の健康支援機関として常に明るく、誠実に、思いやりのある優しい心を持って、信頼される健診検査をご提供いたします。

金子 道夫 会長

◆ 県南病院 ◆

最近の研究では心血管疾患と骨粗鬆症の関連性を指摘する方向が相次ぎ実証されようとしています。県南病院では最新鋭の骨密度測定装置を導入し、約5分で検査が終了します。骨粗鬆症予防のためにも検査をお勧めいたします。

塚田 篤郎 院長

◆ 高野医院 ◆

身近な「かかりつけ医」として、生活習慣病としての心血管疾患の予防と早期発見に努めています。地域の病院とも密に連携しておりますので、突然の体の不調や病気についての相談、健康チェックなどお気軽にご相談ください。

高野 淑美 院長

◆ つちうら東口クリニック ◆

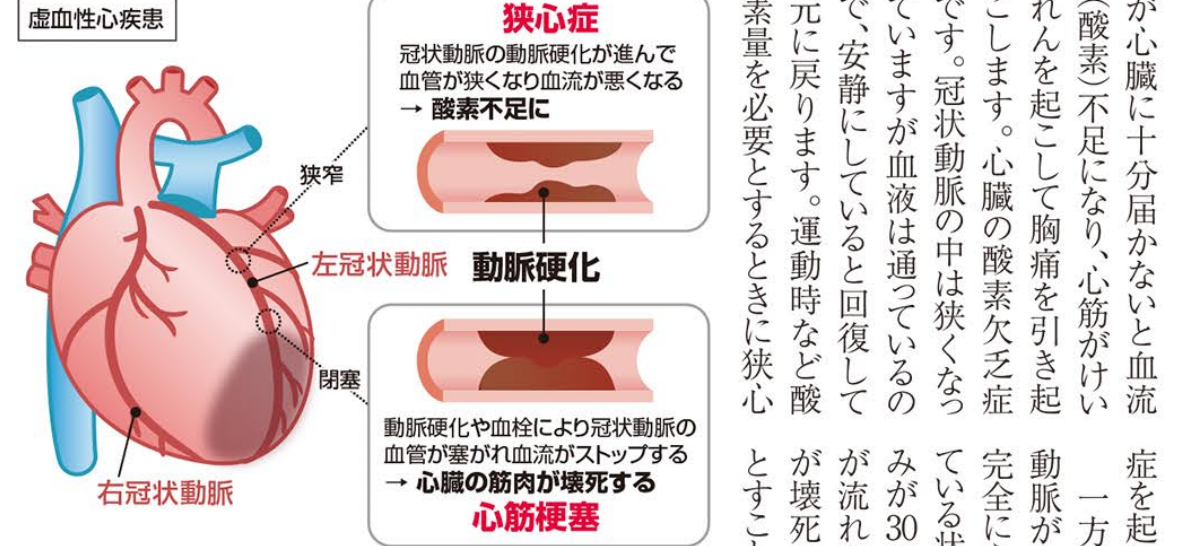
冠動脈の動脈硬化やゴースト血管化による心筋ダメージは漢方と食事である程度予防可能です。NHKでゴースト血管予防に桂皮がよいとありました。血管の老化予防に駆瘀血剤という漢方薬があり、心不全に附子剤という心筋の筋力アップが可能な漢方薬があります。

川嶋 健吾 院長

◆ 小川南病院 ◆

循環器科とは心臓や血管の病気、高血圧症を対象とする科です。当院では循環器科など10の診療科を持ち、それぞれの専門分野の医師たちが対応しています。医療と介護の連携で地域のみならず健康を守り続けております。

諸岡 信裕 院長



が心臓に十分届かないと血流(酸素不足)になり、心筋がけいれんを起こして胸痛を引き起こします。心臓の酸素欠乏症です。冠動脈の中は狭くなっていますが血液は通っているのですが、安静にしてると回復して元に戻ります。運動時など酸素量を必要とするときに狭心症を起こすこともあります。

一方、「心筋梗塞」とは冠動脈が動脈硬化や血栓などで完全にふさがり、血液が途絶えている状態です。胸に激しい痛みが30分以上続きます。血液が流れなくなると心臓の筋肉が壊死し、最悪の場合、命を落とすことがあります。突然死の最大の原因とも考えられています。

発作時(左の胸や肩のあたりの痛み)に、ニトログリセリンなどの薬をなめると狭心症の場合は数分後に痛みは治まりますが、治まらない場合は心筋梗塞の可能性があります。痛みが続くときはすぐに救急車を呼び、病院で血栓を溶かすなどの治療を施さなければならぬ場合があります。

早期発見、そして治療へ

たとえ胸に痛みを生じても「安静にしていれば治るから大丈夫」と判断するのは禁物です。胸に違和感や痛みを覚えていたら何らかの病気を疑い、検査をすることが早期発見につながります。早期に適切な治療を受けることができれば、心筋梗塞を避けることができるかもしれません。

また、自覚症状がない人は職場や自治体の健康診断や人間ドックを定期的に受けることが大切です。一般検診の項目の中で循環器疾患を発見する検査には、血圧測定(高血圧)、尿糖・血糖検査(糖尿病)、血中コレステロール(高脂血症)などがあるほか、不整脈や心臓病を発見する心電図検査や胸部レントゲン検査があります。

自覚症状がなくても検査で異常が疑われるときは、かかりつけ医に相談をして、生活習慣を見直し、必要な場合は治療をしましょう。心臓は24時間、70年、80年、90年と休みなく毎日働いています。ぜひ、大事にしてください。

生活習慣によって心臓の病気のリスクが高まります。皆様の健康についてお気軽にご相談ください。

国民健康保険・後期高齢者医療保険ご加入の方へ

特定健診(メタボ健診)やがん検診は市の集団健診で受診できます。

市からの補助により、**低料金**で受診できます。

料金や申込み方法などの詳細は、市の広報紙・ホームページなどでご確認ください。

年に1度は健康診断を受けましょう!

けんこうリンク
公益財団法人 茨城県総合健診協会
〒310-8501 水戸市笠原町489-5

漢方と西洋医学
漢方内科 神経内科 小児科
動脈硬化・高血圧・肝臓 糖尿・冷え・胃腸虚弱など
ご相談ください
休診日/水曜・日曜・祝日
つちうら東口クリニック
土浦市有明町2-31 関鉄土浦ビル4階
☎029(825)7880 駅東市営駐車場のチケットお渡しします

医療法人社団 希望会
烏山診療所
いきいきと暮らす 地域医療をめざして
訪問介護ステーション マナ 訪問看護ステーションのぞみ 烏山診療所 在宅介護支援事業所 訪問リハビリテーション烏山
併設
土浦市烏山2-530-386 ☎029-843-0331

医療法人社団 桜水会
地域医療の充実を目指して
内科、消化器内科、整形外科、糖尿病内科、各種健康診断
通所リハビリテーション(デイケア)
柏田診療所
牛久市上柏田2-39-1 ☎029-830-7000
四季折々の自然が美しい 緑豊かな環境
入居、通所リハビリテーション(デイケア) ショートステイ
介護老人保健施設 **豊浦**
つくば市神郡2013-1 ☎029-850-7111

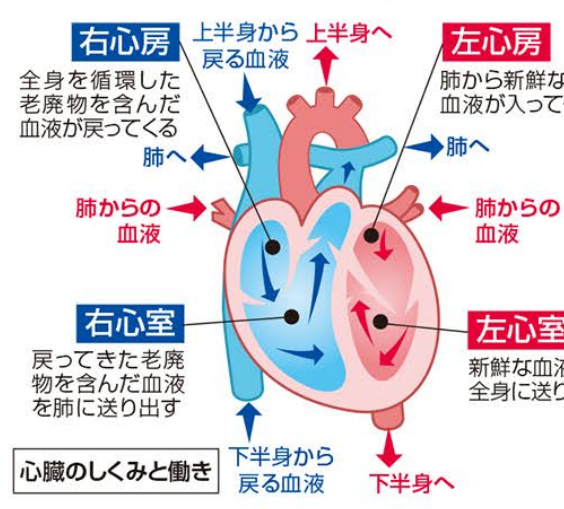
内科、外科、整形外科、眼科、リハビリテーション科、小児科、皮膚科、泌尿器科、消化器科、呼吸器科、放射線科、麻酔科
◆人間ドック、生活習慣病健診、出張健診◆
筑波病院 つくば市大角5761 ☎029-855-0777

心疾患編

健康医療ナビ

なるほど! 知っ得

心臓からの SOS



国民病とも呼ばれている三大疾病の中で、がんに次いで死亡率の高い「心臓病」。それらの中でも特に多い「狭心症」と「心筋梗塞」を中心に、病気のメカニズムや予防法などについて県医師会長の諸岡信裕先生に話を聞きました。

酸素を含む赤い動脈血と老廃物を含む紫の静脈血

心臓は心筋という筋肉からできていて、規則的に収縮することで全身に血液を送り出すポンプの働きをしています。心臓の中には左右に血液を受け取る「心房」と、血液を送り出す「心室」の4つの部屋があります。肺から送られてくる新鮮な血液を「左心房」で受け取り、「左心室」から全身へと送り出します。全身を巡った血液は「右心房」で回収され、そこから肺へ血液を送り出すのが「右心室」です。

私たちの体は細胞によって構成されています。血液には、全身の細胞に酸素や栄養を届け、不要となった二酸化炭素や老廃物を吸収するという役割があります。肺では血液中の二酸化炭素を体外へ排出し、酸素を取り込んでガス交換を行います。こうして酸素濃度の高いきれいな血液をつくり、再び心臓へと戻すのです。

心臓から送り出された「動脈血(赤色)」は酸素濃度が高く、栄養分が豊富です。一方、血液が心臓に戻ってくる「静脈血(紫色)」は、各器官から出された二酸化炭素を吸収しているため酸素濃度が低く、老廃物

鮮な血液を「左心房」で受け取り、「左心室」から全身へと送り出します。全身を巡った血液は「右心房」で回収され、そこから肺へ血液を送り出すのが「右心室」です。

私たちの体は細胞によって構成されています。血液には、全身の細胞に酸素や栄養を届け、不要となった二酸化炭素や老廃物を吸収するという役割があります。肺では血液中の二酸化炭素を体外へ排出し、酸素を取り込んでガス交換を行います。こうして酸素濃度の高いきれいな血液をつくり、再び心臓へと戻すのです。

心臓から送り出された「動脈血(赤色)」は酸素濃度が高く、栄養分が豊富です。一方、血液が心臓に戻ってくる「静脈血(紫色)」は、各器官から出された二酸化炭素を吸収しているため酸素濃度が低く、老廃物

循環器疾患には心臓、血管、脈の病気などさまざまなものがあります。心拍のリズムが不規則な状態になる「不整脈」、ポンプ機能が落ちて全身に血液を送ることができなくなる「心不全」なども心臓の病気が、大部分を占めているのが「虚血性心疾患」です。

虚血性心疾患とは、心臓に十分な血液が行き渡っていない状態のことで、「狭心症」や「心筋梗塞」のことを指します。心筋全体に酸素や栄養を送る冠動脈の血流が低下し、心筋が酸素不足に陥ってしまう疾患です。

冠動脈が狭くなり完全にふさがる前の状態になることを「狭心症」といいます。血液

◆ 筑波学園病院 ◆

当院は、「患者さんの満足・安心・信頼を追求します」「地域における医療と福祉の連携を推進します」「皆様の病気をから守り、健康を増進します」という方針を掲げ、地域に根差した信頼される病院を目指します。

原田 繁 院長

◆ 烏山診療所 ◆

健康に関するあらゆることを総合的に診断し、一人ひとりにあった医療を提供します。訪問診療、訪問看護、訪問介護、訪問リハビリ、居宅介護支援事業所の各部門が他の事業所と連携し、地域の皆様にとって必要な医療と介護を両面から支えます。

今高 國夫 院長

◆ サンシャイン・クリニック ◆

「いつもと違う」と感じたらご相談ください。当院では、家庭血圧や24時間血圧測定や24時間心電図などから日常生活での血圧や脈を把握し、病状に合わせて食事や運動など生活習慣の見直しのお手伝いをいたします。

金丸 修三 院長

◆ 山手医院 ◆

平成30年5月から短期入所生活介護ユニット型を開所いたします。「介護予防から看取りまで」をモットーに、高齢者が住み慣れた地域で最後まで安心して過ごせるように、精一杯務めて参ります。

三輪 博史 院長

生活習慣によって心臓の病気のリスクが高まります。皆様の健康についてお気軽にご相談ください。

医療法人社団 道直会
高野医院
内 科
循環器疾患 呼吸器疾患 消化器疾患 生活習慣病
小 児 科
消化器内科
各種検査実施しております
土浦市荒川沖西2-12-2
☎029-841-0154 (代)
看護師募集(常勤・パート)

医療法人社団 三輪会
山手医院
【診療時間】9:00~12:00/15:30~17:30
【休診日】水曜午後・土曜午後・日曜・祝日午後
【診療科】内科・心療内科・緩和ケア内科
短期入所、デイケア、訪問リハ、居宅介護支援事業所等、充実した設備。在宅医療にも力を入れております。一人で悩まず、お気軽にご相談ください。
介護&看護職員募集中
土浦市国分町7-6 TEL:029-835-3388

地域の方々に喜ばれる 質の高い医療と介護を提供します
医療法人 白帆会
小川南病院
療養病床90床完備
診療科目 内科、循環器科、呼吸器科、消化器科 整形外科、形成外科、小児科、皮膚科 放射線科、リハビリテーション科
診療時間 平日9:00~12:00/13:00~18:00 土曜9:00~12:00
小美玉市小川733 ☎0299-58-1131 (代表)

24時間対応の 二次救急指定病院
一般財団法人 筑波福仁会
筑波学園病院
予約センター ☎029-836-6688
TXつくば駅より つくバス15分 → 谷田部車庫下車

脳卒中をはじめとする脳の疾患は、初期の自覚症状がほとんどないものもあります。脳ドックを受け、そうした病気を未然に予防しましょう。

高血圧 高脂血症 高血糖 喫煙や飲酒の習慣がある方 物忘れが気になる方

基本脳ドックコース 検査時間/約40分 25,000円(税別)
MRI装置で脳、脳血管の状態を診断します。
※脳ドックは365日(予約制)実施しています。

つらい肩こり・腰痛にお悩みの方 手足や首にしびれや痛みがある方

基本脊髄ドックコース 検査時間/約40分 25,000円(税別)

■オプション検査(脳ドックに追加)
認知症検査、頸椎検査、腰痛検査、胸椎検査、内科基本

地域の「かかりつけ医」として、予防・診断または治療後のリハビリ(入院/外来)を行っております。
脳神経外科、整形外科、内科/胃腸科/リハビリテーション科
医療法人財団 **県南病院** 茨城県土浦市1087 TEL:029(841)1148

病気の早期発見と早期治療のため健康診断を受けましょう

診療時間/曜日	月	火	水	木	金	土	日	祝
8時30分~12時	●	●	●	●	●	●	●	●
13時~15時	●	●	●	●	●	●	●	●
15時~17時	●	●	●	●	●	●	●	●

内 科 循環器内科 整形外科
院内にCT設置
一般健診 7,000円
循環器健診 33,000円
24時間心電図・24時間血圧測定・胸部CT(肺野、腎臓を含む)など
肺がん健診 22,000円
胸部CT・喀痰検査・呼吸機能検査など
そのほか各種オプションあります
(※各料金は税別での表示となっております)

CTを院内に設置することで、検査時間を大幅に短縮。
立体画像(3D)による全身の診断が可能です。

※1) 毎週火曜日の午後は、18時30分までの診療。
※2) 毎週木曜日の午前は、整形外科のみ診療。

訪問診療・往診・健康診断 お気軽にご相談ください
医療法人社団 白帆会
サンシャイン・クリニック ☎029-839-3333 つくば市谷田部6107-14