



社会医療法人 医翔会

札幌白石記念病院 Heart Net

は〜とねっと

Vol.32

冬
2019

札幌白石記念病院と患者さん＆地域の方々とのコミュニケーション誌

ご自由にお持ちください

特集

MRI 検査を安全に 受けて頂くために



栄養士さんの「旬」レシピ
抗酸化力アップレシピ！



ワンポイント リハビリ 雪道のお話

MRI 検査を安全に 受けて頂くために



検査室に持ち込みが出来ないものの例

●金属類

腕時計、眼鏡、ライター、鍵、ネックレス、ピアス、ヘアピン、アクセサリー類など

●磁気 / ICカード

キャッシュカード、バスカード、診察券など

●その他

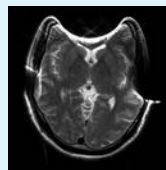
携帯電話、スマートフォン、補聴器、入れ歯、万歩計、カイロなど



次の項目に該当する方は、

検査を受けることが出来ない場合があります

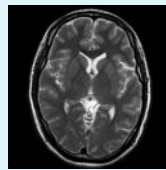
- 手術などにより金属物を体内に入れている方(昭和53年以前の脳動脈瘤クリップ、金属製の心臓人工弁など)
- 妊娠14週未満の方
- 閉所恐怖症の方



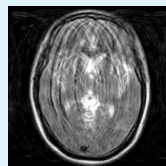
金属の影響で
正常に写らない

検査中のお願い

- 検査時間は、検査部位や内容により異なりますが約15分から60分程度です。
- 検査中は、非常に大きな音がしますので専用の耳栓を入れて頂きます。
- 検査中は、頭や手足など身体を動かさないようにしてください。
画像がぼやけて正確な診断ができなくなる可能性があります。(右の画像)



正常な画像



次の項目に該当する方は、 検査を受けることが出来ません

- 人工内耳を埋め込まれている方
- 可動型義眼を装着している方
- MRI非対応の心臓ペースメーカーを埋め込まれている方
(近年、条件付きMRI対応ペースメーカーが一般化してきています。こちらの場合は、ペースメーカーの設定変更など、検査を行うためには条件があり事前に準備が必要です。)

MRIでは、非常に強い磁力と電波を利用して人体の様々な断面や血管を撮影することができます。

当院にはMRIが3台あり、毎日多くの患者さんに検査を受けて頂いています。今回は、このMRIについての注意事項などをご紹介します！

MRIは機器そのものが非常に強力な磁石となっています。検査室内は、常に強い磁場の中という特殊な環境下にありますので、注意事項を十分に確認したうえで検査を受けて頂く必要があります。

磁石に引き付けられるアクセサリやスマートフォンなどの機械類は持ち込みができません。

担当技師から問診がありますので、鍵付きロッカールームに預けてください。

当院の頭頸部MRI検査では、基本的に着替えの必要はありません。心臓や下肢血管の検査では、状況に応じて着替えをお願いすることがあります。

身体に刺青を入れている方、カラーコンタクトレンズを装着している方、湿布など貼り薬をご使用中の方は、検査中に当該部位の発熱による火傷が機器メーカーより注意喚起されています。必ずスタッフまで申し出てください。

当院では、みなさんのご協力により安全にMRIを運用しております。

当院にはMRI専門技術者資格をもった診療放射線技師が常勤で検査にあたっていますので、今回ご紹介した内容以外にも疑問や質問がありましたら、お気軽にお声かけください！

蒸茄子のトマト中華だれ

143cal 塩分0.7g (1人分) ビタミンC 35mg



なすは9割以上が水分。含有量は多くありませんがカリウム等のミネラルやビタミンも含まれます。皮の紫色は水溶性のナスニンというポリフェノールの一種で抗酸化作用があります。

【材料】2人分

茄子(へたを切り除く) 2本(180g)
 酒 小さじ2
 ミニトマト 10個(100g)
 ねぎ(みじん切り) 10cm
 生姜(みじん切り) 1/2かけ
 ① 黒酢(又は酢) 大さじ1
 醤油 小さじ2
 ごま油 小さじ1/2
 いりごま 少量

【作り方】

- ① なすはピーラーで皮をむき、縦に4等分に切る。水にさっとさらして耐熱皿に並べ酒を振ってラップをかけ、レンジ(600w)で約2分30秒加熱する。
- ② トマトはへたを除き、縦に4等分に切る。ボールに入れ①を加えて混ぜ合わせる。
- ③ ①の汁けを切って器に盛り、②をかけ白ごまをふる。

☆茄子はへたのとげが鋭く尖っているほど新鮮です。
 全体に艶のあるものを選びましょう。保存方法はポリ袋に入れて保存。気温が低い今時期は常温で2〜3日は保存可能です。

年 が明けて寒さの厳しい日も多くなり、これからが冬本番です。

雪が降ると、子ども達は大喜びですが、ご高齢の方々にとっては「寒い」「滑って転ぶと危ない」などの理由から外出の機会が減り、体力が著しく落ちてしまうことが懸念されます。

そのため、健康に過ごすためには、冬にいかに体力を落とさないようにするかが重要となります。本稿では、冬の屋外での転倒予防のポイントを紹介します。



1. 滑りにくい靴を選ぼう。

冬用の靴は滑りにくい素材でできています。買う前には実際に履いて足にフィットするものを選びましょう。



2. 午前9時~10時、午後5時以降は要注意！

これらの時間帯は特に気温が冷え込むため、路面がつるつるになっていることが多いので、いつも以上に細心の注意が必要です。



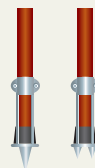
3. 滑りにくい歩き方に身に付けよう。

滑りやすい路面を歩く時は、「足裏全体で接地」し「小さな歩幅」で歩くと効果的です。しかし、その分歩く速さが遅くなるため、外出の際は時間に余裕をもって出発しましょう。



4. 杖に一工夫。

雪道で杖をつく際、杖の先端にアイスピックの金具を取り付け、ザクザク刺しながら歩くと効果的です。



冬の屋外では、以上のポイントを踏まえて安全に外出しましょう。しかし、冬はどうしても転倒の危険が高まります。無理は禁物です。「冬は体力が落ちるかもしれない」ことを念頭に、家の中で毎日体操を行う、などの心掛けが大切だと考えます。今年も長い冬を安全に、楽しく乗り切りましょう！

新年のご挨拶



新年明けましておめでとうございます。

今年当院がこの地に新築移転して8年目になります。これまで当院は脳血管内治療を軸に、脳神経外科とリハビリテーション科で主に脳卒中患者などの救急医療に対応してきましたが、移転と同時に循環器内科を併設し、これら脳卒中患者の心臓血管系疾患の発症予防を目的に、全身の血管系をトータルで治療するというコンセプトで病院づくりを行って参りました。

現在では、動脈硬化に伴う脳梗塞患者の増加に伴い、狭心や下肢動脈閉塞症に対するカテーテル治療が年々件数を増しているところであります。加えて近年、脳神経外科領域では不整脈にともなう脳塞栓症に対する血栓回収療法が急速に普及し、その手術成績も向上したことから、その次のステップとして再発予防が強く求められております。現在、基本の薬物療法に加え、症例によっては、その塞栓症の原因となる心房細動にたいしカテーテルアブレーション治療を積極的にこなっており、その効果が徐々に始めてきています。今後も患者様の健康のため、積極的な治療に取り組んで参る所存です。

さて当院では、今年新しく外来棟の増築を計画しております。手狭になった外来機能を単に拡張するためでなく、外来通所リハビリテーション機能を充実させることや、新たに血液透析部門を設け、慢性腎不全患者の脳卒中急性期治療にも積極的に取り組んで行きたいと考えております。

すなわち、頭の中から足の先まで循環系をトータル治療する病院。そのコンセプトを完遂するため、新たな取り組みを行っていくと考えております。工事期間中は患者様に何かとご不便をおかけすると思いますが、何とぞご理解をいただきたく存じます。

本年も白石区内の先生方、そして市民の皆様方のために少しでもお役に立てるよう、職員一同一丸となって頑張っていきたいと考えております。

本年も何卒よろしくお願い申し上げます。

社会医療法人 医翔会 札幌白石記念病院 理事長・院長 野中 雅

外来医予定表 [2019年1月4日(金)より]

* 出張医師

診療科		月	火	水	木	金	土
脳神経外科	午前	野中	大 坊	本 田	外来担当医	大 坊	当番医
		岡*	米 増	野 村	佐々木*	恩 田	
	午後	野中	大 坊	野 村	外来担当医	野 中	
		岡*	米 増	恩 田	佐々木*	本 田	
		橋本 (13:30-15:00)	齊 藤 (1・3・5週)			橋本 (13:30~15:00)	
循環器内科	午前	宮 田	藤 井	大 村	藤 井	宮 田	当番医
			宮 本(不整脈外来)		宮 本(不整脈外来)		
	午後	宮 田	宮 本	大 村	藤 井	大 村	
リハビリテーション科	午前	橋 本	橋 本 (9:00~10:00 再診のみ)	橋 本 (9:00~10:00 再診のみ)	橋 本	橋 本	

診療・受付時間 平 日：午前／9時～12時(受付：8時40分～11時30分) 午後／13時～17時(受付：11時30～16時30分)
土曜日：午前／9時～12時(受付：8時40分～11時30分)

※ご予約の受付はお電話でも可能です。

※都合により、担当医師は変更になる場合がございます。ご理解・ご協力をお願いいたします。



社会医療法人 医翔会

札幌白石記念病院

〒003-0026 札幌市白石区本通8丁目南1-10

診療科目／脳神経外科・循環器内科・リハビリテーション科・麻酔科・放射線科

ご予約の受付はお電話でも可能です。

☎011-863-5151(代表) FAX: 011-863-5161

