



本年も

よろしく願いいたします。

職員一同



## アンケートにご協力いただきありがとうございました

先月、患者様のご意見を伺うためのアンケートを実施させていただきました。御回答いただいた御意見等は、医療サービスの向上・改善の参考にさせていただき所存です。お忙しい中ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。

横浜いずみ台病院 接遇委員会

## 第4号 もくじ

1ページ もくじ

2ページ 整形外科より ～関節内薬剤注入療法～

3ページ 内科より ～花粉症について～

4ページ 季節の行事トピックス

4ページ 交通のご案内

5ページ 診療案内(外来担当医表)

# 整形外科より～関節内薬剤注入療法について～

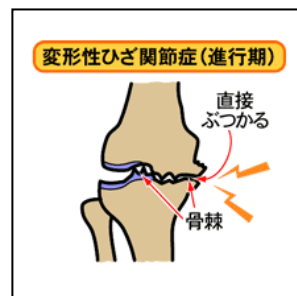
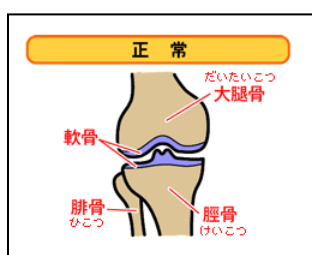
## 膝の痛みに効果的な関節内薬剤注入法

中高齢の方に多い変形性膝関節症の治療の1つに関節内に薬剤を注入する治療法があります。

これは湿布や内服薬などを使っても、膝関節の痛みや腫脹が軽快しない場合に有効です。主にヒアルロン酸と局所麻酔薬（痛み止め）を混ぜたものを注入します。ヒアルロン酸には膝関節内で関節液の潤滑改善、軟骨や滑膜表面の保護作用、炎症を抑える作用などがあります。

薬剤の注入は皮膚をよく消毒後、注射器を使って直接関節内に入れます。通常1週間に1回、5～10回程度連続で使用します。ヒアルロン酸の注入は副作用や合併症も少なく、また軽度～中等度の変形性膝関節症に大変有効な治療法です。

整形外科にて行っていますので、お気軽にご相談ください。



# 花粉症について



新春を迎え、そろそろ花粉症が気になる時期になってきましたね。  
花粉症の予防・治療はメディカルケアとセルフケアに大別できます。

メディカルケア（要するに花粉症の薬の内服です）は開始の時期が肝要です。  
スギ花粉の飛散は日本列島では例年 2 月初旬から下旬にかけて始まりますが、内服の開始時期は、一般にその地域の花粉尘散開始時期の 2 週間前であるとされています。  
ご自身の毎年の症状の出現時期に気をつけられ、早めの内服をお勧めします。

セルフケアとはいかにして花粉から回避するか、患者様自身が気を配られることです。

マスクの着用は、TV コマーシャルなどにより花粉の侵入防御に効果があることが知られていますが、案外実行度が低いようです。花粉症用の高価なマスクがいろいろと市販されていますが、大部分のマスクが花粉の捕集率 90%以上で明らかな価格による差はないようですので、衛生面からも高価なマスクを大切に用いるよりも、安価で性能のいいマスクを使い捨てる方がいいようです。

スギ花粉症の患者様の 98%に目のかゆみなどの症状がありますが、眼鏡の着用は目への花粉の侵入量を約 1/3 に減らしてくれます。さらに防御力バーをつけた眼鏡は歩行時の花粉の侵入を約 1/10 に減らしてくれるようです。

コンタクトレンズを使用されている方は、コンタクトレンズ自体が目刺激をかゆみを増すため、この時期は眼鏡の使用が望ましいです。

視力の良い人も花粉の季節は「だてめがね」の着用をお勧めします。

室内では花粉を屋内に持ち込まないことが大切ですから、外出から帰宅した際には、衣服をよく払ってから屋内に入り、帰宅後の洗顔、うがい、入浴を行いましょう。また、窓を 1/4 開けただけで屋外花粉の 1/3 が侵入するとされていますので、飛散の多い日には出来るだけ窓を開けないようにすることも大切です。

空気清浄機は、花粉症に関しての詳しい報告はありませんが、通年性鼻アレルギーの患者様ではその使用により最終全般改善度は軽度改善以上で 75%以上であったと報告されています。ただ、高価な点が難点ですね…。

TV などの花粉情報を参考にされ、ご自身に合った花粉の予防とさらに内服薬により、花粉の時期でも快適な生活を送られるようにお祈りしております。

（内科医師 那須）

# 季節の行事トピックス

## ～キャンドルサービス～ 2008.12.16

毎年恒例のキャンドルサービスが行われました。

職員がサンタやトナカイになり患者様一人一人に先生方からプレゼントのハンドクリームが渡されました。

突然の訪問にびっくりする患者様や嬉し涙を流される患者様もいらっしやり、スタッフ一同心に残る一日となりました。



## ～餅つき～ 2008.12.27

1年で最後の行事であるもちつき大会が行われました。男性が力強く杵を振り、おもちをつく姿がとても印象的です。

今回は4種類のおもちとお雑煮が振舞われ、どれも美味しいと皆様に好評でした。

寒い中、ご参加いただいた近隣の皆様、ありがとうございました。

## 交通のご案内

電車：相鉄いずみ野線[いずみ野駅] いずみ野駅から徒歩で15分程度です。

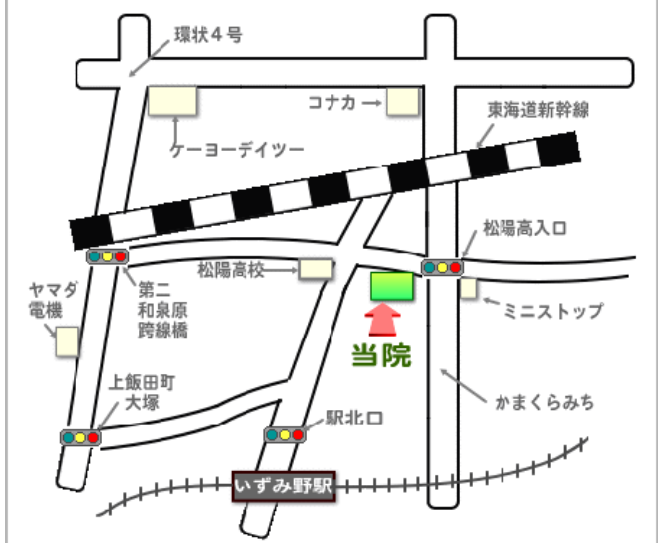
バス：いずみ野駅北口より三ツ境駅行きバス「和泉台」で降りていただくとすぐです。

横浜市泉区和泉町7838

045-806-1133(代表)

045-806-1131(歯科直通)

## 横浜いずみ台病院 周辺地図



# 診療案内

## 診療科目・受付時間

### 診療科目

内科 消化器科 循環器科  
小児科 外科 整形外科  
放射線科 リハビリテーション科  
歯科 口腔外科

### 診療受付時間

月～金 AM 9:00～11:30 PM 1:30～4:30  
土 AM 9:00～11:30

## 担当医表

		月	火	水	木	金	土
午前	1診	那須	飯澤	渋谷	飯澤	那須	那須/岡本
	2診	岡本	中村	—	—	中村	中村
午後	1診	飯澤	那須	飯澤	岡本	岡本	—
	2診	中村	岡本	—	中村	—	—
午前 午後	歯科	金原 青木 池田	金原 青木	青木 池田	金原 池田	金原 青木 池田	金原 青木 池田



広報誌「あやめ」

第4号

2009年1月

横浜いずみ台病院

〒245-0016 横浜市泉区和泉町 7838

電話：045-806-1133（代） FAX：045-806-1132

ホームページ：http://izumidai.net/

発行：横浜いずみ台病院 情報委員会