

# きんき

2019年4月  
第106号

発行：広報委員会  
病院長：有田憲生

〒664-8533  
兵庫県伊丹市車塚3-1  
☎072-781-3712

- HOT TOPICS：リンパ浮腫外来が始まります
- スタッフ紹介：林循環器内科医員/サイクリング
- 院フォメーション：カウンセリングのご案内
- 兵頭内科ハートクリニックを紹介します！

近畿中央病院広報誌

職場の  
ストレス

家庭内の  
問題

人間関係の悩み

責任

自分を  
見つめたい

不適応感

性格上の  
悩み

## カウンセリングのご案内

メンタルヘルスケアセンターでは臨床心理士によるカウンセリングを行っています。様々なこころの悩みや問題をひとりで考えるのは難しいことです。臨床心理士が共に考え、自分らしい生き方をみつけていくお手伝いをします。

## ご利用の流れ・料金など

- ◆ 完全予約制です。
- ◆ 臨床心理士が行います。
- ◆ 面接は1回50分です。
- ◆ 医療機関を受診されている方は、主治医の承諾が必要となります。
- ◆ 電話で連絡していただき、初回の予約をとります。
- ◆ 原則3回程度の予備面接の後、協力して面接を進めることができる方について、継続したカウンセリングを行います。
- ◆ 初回来談時に、全ての方に基本的な心理検査を行います。
- ◆ 基本的な検査に加え、さらに必要な検査を行った場合、追加の検査料金が必要となります。料金は検査の内容によって異なります。
- ◆ ご相談内容についての秘密は厳守いたします。

◆ 面接（50分）	： 4,000円（税別）
◆ 基本検査（初回）	： 3,000円（税別）

## お申し込み方法

- ◆ 前もって、電話で予約をとってください。
- ◆ TEL 072-781-3712（内線244）月～金 9時～17時  
電話交換手に「カウンセリング希望」とお伝えください。  
〔業務中のため電話に出られない場合があります。〕  
申し訳ありませんが、その際はおかけ直してください。〕





# リンパ浮腫外来が始まります



小森麻貴子  
緩和ケア認定看護師

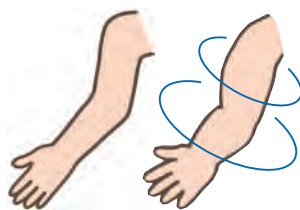
## リンパ浮腫 外来

● **リンパ浮腫をご存知ですか** リンパ浮腫とは、がん治療によってリンパ節やリンパ管が傷つき、リンパの流れが滞ることで起こる「むくみ」のことです。がん治療以外でもおきることがありますが、乳がん、子宮がん、卵巣がん、前立腺がんなどの手術や抗がん剤治療、放射線治療後に発症する副作用の一つになります。症状には個人差があり、手術や抗がん剤治療、放射線治療の直後に現れる場合や、数年から十数年後に現れる場合もあります。リンパ浮腫は日常生活に影響を与え、腕がむくむと、文字を書いたり料理で包丁を使ったりといったことが難しくなります。また、脚がむくむと歩くことが難しくなることもあります。

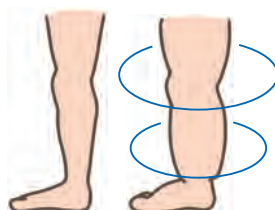
当院では2014年からリンパ浮腫の重症化を防ぐことを目的に、リンパ浮腫のケア・指導を行ってきました。この4月からは、より専門的なケアを行うリンパ浮腫外来を開始します。

### ● リンパ浮腫外来の対象疾患

子宮がん、卵巣がん、前立腺がん、乳がん（腋窩郭清の手術後）治療後のリンパ浮腫



手・腕のリンパ浮腫



足のリンパ浮腫



🔥 弾性着衣やスキンケア  
クリーム

### 問合せ先

緩和ケア認定看護師  
小森麻貴子

☎072-781-3712(代表)  
平日の9時から17時

## リンパ浮腫外来の内容

- ・問診 ・測定 ・日常生活での注意点の指導（パンフレットに沿っての指導） ・圧迫療法（指導含む） ・リンパドレナージ（指導含む）
- ・運動療法（指導含む）

## 診療日時 【完全予約制】 ・毎週水曜日（9～11時、13～15時）

- ・診察は30分～1時間程度（症状によって時間が異なります）

## 診察場所 ・2階 緩和ケア看護相談室（産婦人科の隣）

## 担当者 ・がん看護専門看護師 ・緩和ケア認定看護師

- ・リンパ浮腫セラピスト

## 当院受診中の患者さま 主治医を通じてご相談ください。

● 他院受診中の患者さま 原則、当院で手術歴のある患者さまが対象となりますが、受診を希望される場合は、かかりつけ医からの紹介状をご持参の上、当院の外科（腕や手の浮腫）、または産婦人科か泌尿器科（足の浮腫）を受診してください。

リンパ浮腫でお困りの患者さまは、ぜひご相談ください。

## 料金

		問診	測定	指導 (パンフレット)	圧迫療法 (指導含む)	リンパドレナージ (指導含む)
初 回	3,000 円	○	○	○	(○)	(○)
2回目～ (パターン1)	500 円	○	○	○		
2回目～ (パターン2)	1,000 円	○	○	○	○	
2回目～ (パターン3)	3,000 円 (片手・片足)	○	○	○	○	○
2回目～ (パターン4)	4,500 円 (両手・両足)	○	○	○	○	○

※2019年4月1日から、リンパ浮腫外来は自費診療となります。

## 診察の流れ

手足の浮腫を自覚  
当院の外来を受診

## 診察・検査

(足の場合は下肢エコー)

リンパ浮腫と診断  
次回の診察を予約

リンパ浮腫外来  
指導やケア  
弾性着衣の調整

症状に合わせて  
次回の診察を予約







## 近中スタッフ紹介

このコーナーでは、近中スタッフの多彩な側面を紹介しています。

# サイクリング

循環器内科医員 林 濟亨



皆さんはクロスバイクをご存知ですか？クロスバイクはオートバイではなく自転車です。山道を走るマウンテンバイクと舗装道路を走るロードバイクの両方の利点を兼ね備えた自転車です。クロスバイクはとっつきやすく、ママチャリより軽快で、スポーツバイク初心者におすすめの自転車です。私が愛用しているクロスバイクは、GIANT社のESCAPER3で、スポーツバイク界のカローラとも言われるほど定番でバランスがよい車体です。

本当はもっとスピードが出るロードバイクに乗りたいときもありますが、ロードバイクは高級品のため室内保管が基本となります。クロスバイクはロードバイクより安価のため屋外に駐輪でき、気軽に乗れることが良い点だと思います。

朝食前の有酸素運動が脂肪燃焼に効率が良いと言われているため、しばしば朝食前にクロスバイクで通勤しています。日々の運動不足にも役立ち、頭も体もスッキリします。最近はウェアラブルウォッチを用いてサイクリング中の心拍数を計測し、どの程度有効な運動ができているか確認しモチベーションアップにも役立っています。

皆さんも日頃の運動に、クロスバイクはいかがでしょうか？



去年はフェリーにクロスバイクを積み込み、小豆島一周にチャレンジしました！





# 近 中 ね っ と わ ー く

中では、地域の医療機関と機能や役割を分担しながら、患者さまに継続した医療を提供しているのコーナーでは、当院と連携している医療機関をご紹介します。

## 兵頭内科ハートクリニック

院長：兵頭 永一

### 診療科

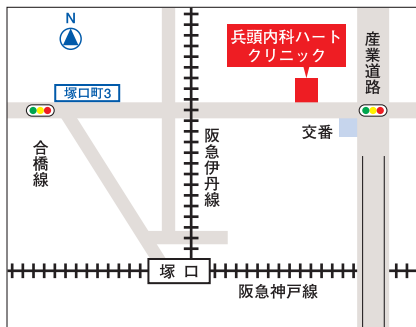
内科、循環器内科、リハビリテーション科、心臓血管外科、外科

661-0001 兵庫県尼崎市塚口本町2丁目21-25

☎ 06-6422-0777

	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前診 9:00~12:00	○	○	○	—	○	○	—
午後診 16:00~19:00	○	○	○	—	○	—	—

昼1時~夕方4時は訪問診療、手術などを行っております。



池田医院を引き継ぎ、塚口本町に平成29年9月1日、開院しました。大阪市立大学医学部を卒業後、研鑽積み、米国コロンビア大学医学部循環器内科にて世界の最新の医療について学んで参りました。最後の病院である西宮渡辺心臓・血管センターでは循環器内科・画像診断部部長として循環器疾患を中心に診療取り組み、その中でも足の血管がコブのように浮き出る『下肢静脈瘤（かしじょうみゃくりゅう）』の治療（下肢静脈瘤レーザー治療）を積極的に行って参りました。この豊富な経験を活かし一般内科、循環器疾患治療、日帰り下肢静脈瘤治療などについて、現在の病状や治療方針について詳しく説明を行い、皆様に安全で安心な医療を提供できればと考えております。

ホームページ <https://hyodo-clinic.com/>