

# 麦の穂

32

医療法人 光臨会  
荒木脳神経外科病院  
Araki Neurosurgical Hospital

●平成19年4月16日 発行  
●編集 広報誌編集部会

## 重心動搖検査を はじめました

ひとは、特にからだのバランスに気を配ることなく、安定して立ち、円滑に歩くことができます。これは、体には不随意的に身体の安定を保つ仕組みつまり平衡（バランス）機能が備わっているからです。

この機能は、視覚系、内耳（前庭、三半規管系）、体性感覚系（筋、腱深部受容器系）、脳幹・小脳・大脳などの中枢神経系の働きで維持されています。これらに障害を来たすと、運動麻痺や知覚障害などの神経障害や肢体不自由による障害がないのに、直立動作や歩行動作にふらつきを来したり、めまいを起こしたりします。これが平衡障害です。

重心動搖の全体像は、コンピューターによる自動解析によって観察できます。動搖型には、大動搖型、低周波型、高周波型、前後拡大型、左右拡大型、求心型、前後動搖型、左右動搖型、微細型等があります。例えば、開閉眼とも大動搖型の場合は中枢性を示唆します。また、左右動搖型は迷路障害を示唆します。

このように、動搖型、動搖面積、左右方向への変位、前後方向への変位、ロンベルグ率等を総合解析することにより疾患を鑑別していきます。鑑別の対象となる主な疾患としては、①迷路性めまい・平衡障害（メニエール病、前庭神経炎、良性発作性頭位変換性めまい等）、②中枢性めまい・平衡障害（一過性脳虚血発作、脳梗塞、小脳出血、橋出血、脊髄小脳変性症、小脳腫瘍、脳幹部腫瘍等）、③頸性めまい・平衡障害、④血圧異常によるめまい・平衡障害、⑤その他（心因性、自律神経失調症によ

る重心動搖検査は、検査台に乗っていただき、開眼と閉眼で各1分ずつ立位を保つて頂くだけの安全で簡便な検査です。今後、平衡維持に関する内耳系、中枢神経系、脊髄反射系の機能検査とともに、これらの部位障害の原因となる因子、例えば動脈硬化、糖尿病、脳白質障害等の早期発見、早期治療にも活用していく予定です。

〈診療部 脳神経外科部長 長尾光史〉



重心動搖計



## 病院でもご利用頂けます。

治療費のお支払いは現金だけでなく、キャッシュカードや各種クレジットカード、デビッドカードでもお支払いができます。ぜひご活用ください。

\* デビットカードとは……

金融機関のキャッシュカードを使用して口座（預金通帳）から直接お支払い頂けます。（手数料は無料です）



るめまい等）です。

この重心動搖検査は、検査台に乗っていただき、開眼と閉眼で各1分ずつ立位を保つて頂くだけの安全で簡便な検査です。

## 「部門紹介」 食養部



私たち食養部は、管理栄養士1名、調理員5名の計6名で構成されています。

1回の食事に50～70食の食事を提供しています。入院中、最も楽しみといわれる食事を提供させていただくことを、スタッフ一同誇りに思っています。

普通食を始め、高血圧食、糖尿病食、高脂血症食、潰瘍食、肝臓食などの治療食に対応しています。また、

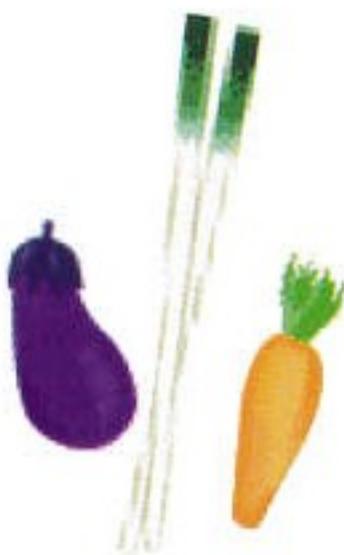
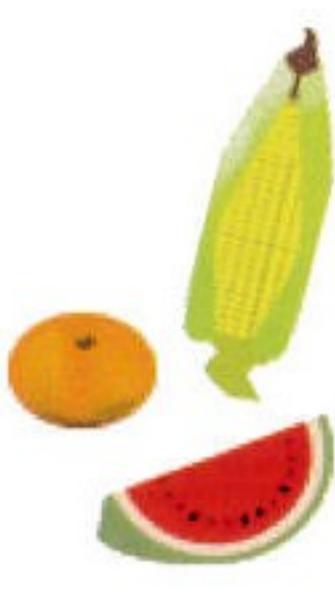
管理栄養士による栄養指導、栄養相談も行っています。

個別栄養指導は入院・外来共に隨時行っています。集団栄養指導は毎月1回、第3水曜日に実施しています。

何か疑問に思うこと、「意見等」をあつまいたら、気軽に声をかけてください。

私たちは患者様により喜んでいただけるよう、「患者様の身内のつもりになつて」を常に頭において日々、試行錯誤しながら更なる向上を目指しています。

〈食養部 清水知子〉



## 花粉症に勝つ食生活とは？



花粉症の原因は多岐にわたります。花粉の飛散はその代表ですが、その他にも排気ガス、大気汚染も大きな要因です。さらに内的な要因として、ストレス、睡眠不足などと共に重要視されているのが、食生活の偏り、栄養の偏りです。

花粉症に効く食生活は、免疫系の働きを高めてくれるもの。つまりは、ガンを始めとした様々な病気に効くということ。食べてみれば納得の食材ばかりです。

### ①レンコンの対花粉症効果



レンコンには、利尿効果があるほか、炎症を抑える効果があり、咳や痰を抑え、貧血防止にも効果があるといいます。さらに、肥満細胞や、アレルギーの原因になるIgE抗体を減少させる作用があります。まさに花粉症のために生まれてきた植物といえるほど。

レンコンはそのまま食べる他、絞り汁を作つてそれを鼻に塗つても、効果があるといわれています。「これらの他、トマトや人参などβカロチンを含む緑黄色野菜も免疫力を高めくれます。ところとは、野菜全般は私たちの身体を守ってくれるといふことがよくわかります。肉や魚はエネルギーを与えてくれますが、それだけでは私たちの身体は維持できません。肉や魚を使うにしても、その5倍くらいの野菜を使う料理を心がけましょう。また、コーヒーや辛いものといったいわゆる刺激物は花粉症の症状を悪化させるとこります。避けたほうがいいでしょう。

### ②にんにくのパワー恐るべし！



にんにくの臭いの元アーモンドは、血行を促進し、整腸作

用、また細胞の衰えを防止する能力があります。冷え性と花粉症の関係が指摘されているだけに、血行促進が花粉症抑制の援護射撃をしてくれます。アリシンを含むのは他にも臭いの強いたまねぎ、ねぎ、ニラなどがあります。他にも免疫細胞を活性化する野菜は、大根、キャベツなどの淡色野菜とえのき、しめじ、なめたけなどのきのこ類です。共にガン予防に効果があるとされている野菜類です。

### ③ヨーグルトは強い味方



免疫系を司つているのは、胸腺という小さな臓器です。T細胞が生み出されたり、自己を攻撃する免疫細胞をここで殺したりしています。そして、もうひとつ免疫で重要な役割を果たしているのが大腸です。人間は、口から肛門までがひとつの管のようになっています。ですから、大腸に限らず、胃の中、腸の中などのは、実は人間にとつては外側なのです。外界と接するところには、多くの異物に対抗するために特別に多くの免疫細胞が集まっています。腸の免疫力が弱つていると、身体全体の免疫力が弱つてきます。ここに注目したのが、数年前に花粉症の症状軽減に効果があるとして流行ったヨーグルトです。流行は去りましたが、効果があることに変わりはありません。便秘解消など他の効果もあります。是非、ヨーグルトを日常生活に取り入れてください。

食べ物が花粉症と直接関わるわけではありませんが、免疫力を高めるビタミン、ミネラルが不足しないよう心がけ、花粉症を乗り切ります。



（文献 [http://eco.goo.ne.jp/life/health/kafun/nakanai/04\\_1.html](http://eco.goo.ne.jp/life/health/kafun/nakanai/04_1.html)）

〈食養部 清水知子〉

## キャベジンパワー

キャベツ特有の成分キャベジンは、別名ビタミンH。胃炎や胃潰瘍で傷ついた胃粘膜を修正する作用があります。ビタミンCも豊富で、キャベジンと共に疲れた肝機能を助ける働きもあります。有効成分キャベジンは加熱すると壊れるので、効果を期待するなら生で食べるか、ジュースにして飲むとよいでしょう。

動脈硬化や高血圧の予防には、加熱してかさを減らしてたっぷり食べると食物繊維の補給になります。一般に春キャベツは生食によいとされています。

〈食養部 清水知子〉



## プラザだより

1月5日に今年最初のイベントの新年もちつき大会を行いました。杵を振り上げてもちをつく作業などやもちを丸める作業などに参加して頂きました。

ホールでは掛け声や歓声が響きとても活気があり楽しいもちつき大会になりました。気になるお味のほうも好評で、皆さん「美味しい☆」と喜んでおられました。

5月の『母の日会』や6月の『父の日会』など今後も様々なイベントを予定しています。

〈プラザデイサービス 尾崎友哉 唐津龍之介〉

### ★材料(1人分)★

ささみ 1/2本  
下味 塩 0.3g  
キヤベツ 75g  
A 塩 0.3g  
こしょう 少々  
酢、サラダ油 各大さじ1/2  
パセリみじん切り適量



### 鶏とキャベツのサラダ



- ささみは耐熱容器に入れて下味をふり、ラップをかけて電子レンジで45秒～1分加熱する。
- ラップをかけたまま荒熱を取り食べやすく裂く。キヤベツは3cm長さの千切りにして塩をふってしんなりさせ、絞る。
- Aに①と②とパセリを和える。

### 参考文献

辻啓介：すぐに役立つ食べ物安心辞典 法研  
日野原重明：食べて治す・防ぐ医学事典 講談社

## スキー・スノーボードツアー

平成19年2月11日、スキー・スノーボードツアーが開かれ、光臨会の職員が大型バスを貸し切り、パインリツジリゾーツ芸北へ行つきました。早朝よりバスに乗り込み、ビール、おつまみを片手にみんなで気分を盛り上げました。今年は暖冬で滑走できるコースが限られましたが、スキ一場に着くと、たくさんの人で賑わっていました。純粋に滑りを楽しむ人や果敢にジャンプをする人など、各自思い思いに楽しむ事ができ、充実した一日でした。



## 同好会活動報告



平成18年12月3日、広島西カントリー倶楽部で、荒木杯改め光臨会杯を開催いたしました。今回は光臨会にゴルフ同好会が発足し、同好会メンバーの主催で行いました。冬の寒い中43名の方々が参加されました。今回は、プロゴルファーの安谷屋美花プロにも参加していただきました。もちろん優勝は安谷屋プロでしたが、プロのご好意により優勝は辞退され、順位が繰り上げられました。良いスコアを出された方も、

悪いスコアを出された方も和気藹々と楽しくすばらしいプレイをされました。賞品も魚介類からゴルフボールまで様々な賞品が用意され、賞品をゲットされた方は大喜びで家路に着かれました。

ゴルフを通して、参加していただいた方々と交流できたことを感謝します。

〈看護部 大島栄〉

〈薬剤部 平川利一〉

## 広島駅伝大会



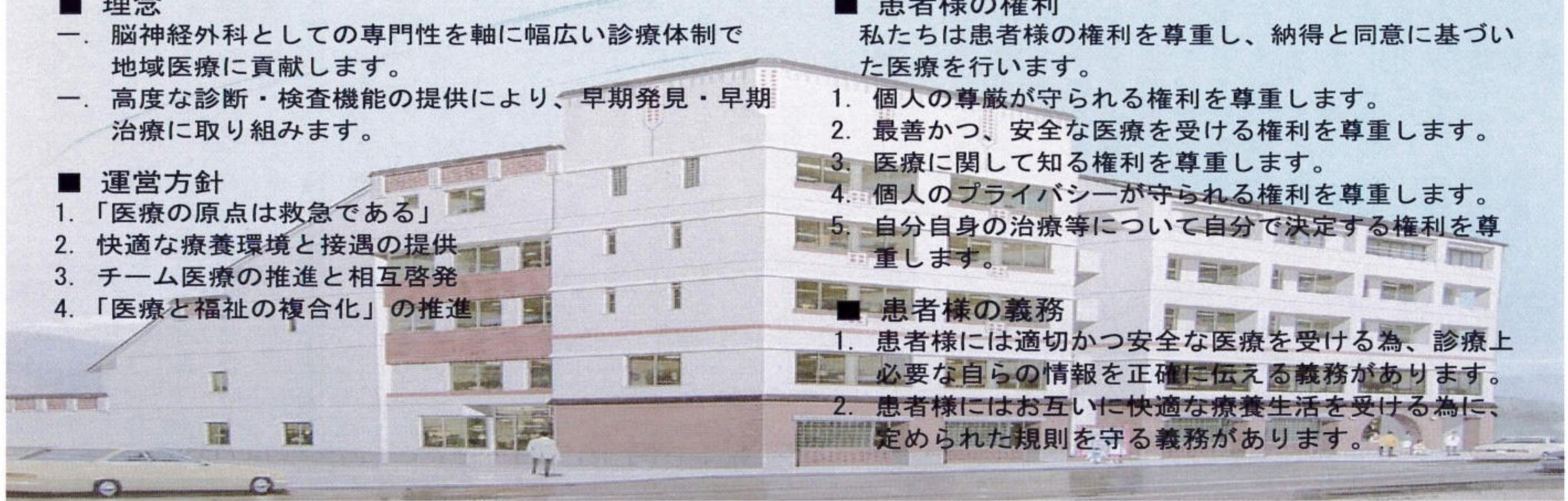
平成19年1月21日に第12回広島男子駅伝が開かれました。当院前の宮島街道もコースに含まれており、プラザデイサービスの利用者の方々が作られた応援ポスターと旗を持ち、患者様と共に声援を送りました。当院を通過する時刻が予想よりも早まり、あわてて沿道に向かうというハプニングもありました。あいにくの曇り空で気温も低め

でした。でしたが、応援された患者様は、選手の方々の熱気で寒さも忘れて、楽しまれているように見えました。患者様も選手の方々から元気をもらつたのではないで

## 院内活動報告

〈看護部 西本有里〉





### ■ 理念

- 一 脳神経外科としての専門性を軸に幅広い診療体制で地域医療に貢献します。
- 二 高度な診断・検査機能の提供により、早期発見・早期治療に取り組みます。

### ■ 運営方針

- 1 「医療の原点は救急である」
- 2 快適な療養環境と接遇の提供
- 3 チーム医療の推進と相互啓発
- 4 「医療と福祉の複合化」の推進

### ■ 患者様の権利

私たちは患者様の権利を尊重し、納得と同意に基づいた医療を行います。

- 1 個人の尊厳が守られる権利を尊重します。
- 2 最善かつ、安全な医療を受ける権利を尊重します。
- 3 医療に関して知る権利を尊重します。
- 4 個人のプライバシーが守られる権利を尊重します。
- 5 自分自身の治療等について自分で決定する権利を尊重します。

### ■ 患者様の義務

- 1 患者様には適切かつ安全な医療を受ける為、診療上必要な自らの情報を正確に伝える義務があります。
- 2 患者様にはお互いに快適な療養生活を受ける為に、定められた規則を守る義務があります。

## 外来担当医表

平成 19 年 4 月 1 日現在

診察時間 午前 9 時～12 時

午後 3 時～6 時

初診受付時間 午前 8 時 30 分～11 時 30 分迄

午後 2 時 30 分～5 時 30 分迄

○ 当院での診察は予約制となっております

○ 救急の場合は 24 時間受け付けております

※1 第 2 水曜は休診

※2 水頭症外来

※3 循環器科

※4 東洋医学

※5 消化器科

※6 形成外科 第 2 水曜日（午前中のみ）月 1 回

平本 道昭（大阪府済生会中津病院 形成外科）

### 脳神経外科

		月	火	水	木	金	土
午 前	初診(1診)	谷	長尾	広大	長尾	長尾	広大
	再診(2診)		押本	長尾	押本	谷	谷
	初診(4診)				院長	※2 押本	
	再診(4診)	院長		※1 院長			
午 後	初・再診(1診)	押本	谷	広大	押本	谷	広大

### 総合診療（内科）

午 前	3診	※3 野村	※4 松島	※3 野村	※3 野村	※3 野村	※3 野村
	4診		※5 渡辺	※6 平本(形)			
午 後	3診	※3 野村	※4 松島	※3 野村	※3 野村	※3 野村	※3 野村
	4診						

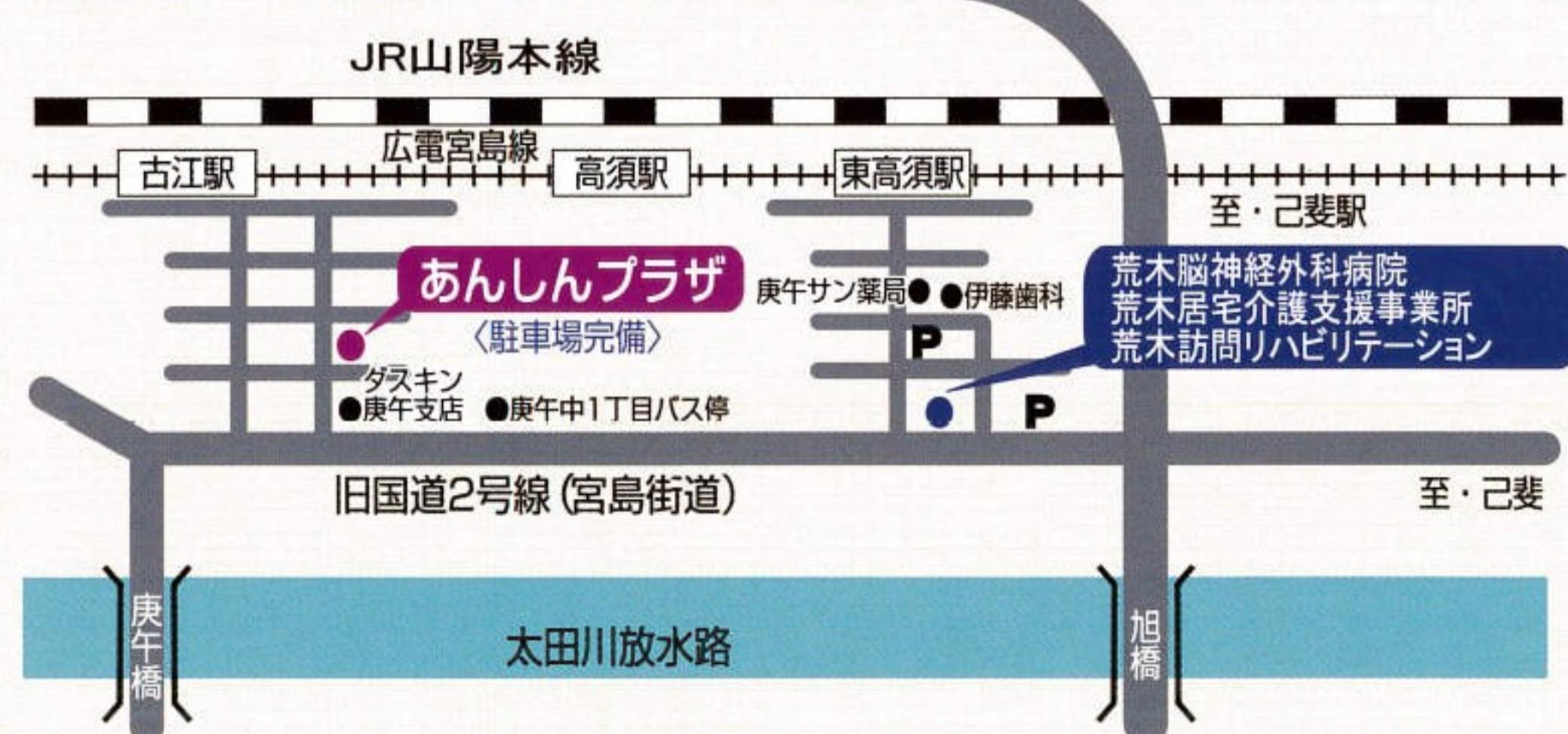
### 整形外科

午 前	5診	竹迫	竹迫	竹迫	竹迫	竹迫	休診
午 後	5診	竹迫	竹迫	竹迫	竹迫	竹迫	休診

## 案 内 図

### 国道2号線(西広島バイパス)

### JR山陽本線



## 医療法人光臨会

### 荒木脳神経外科病院

〒733-0821 広島市西区庚午北 2 丁目 8-7

TEL 082-272-1114

FAX 082-272-7048

E-mail info@arakihp.jp

ホームページアドレス <http://www.arakihp.jp>

荒木訪問リハビリテーション TEL 082-527-1123

### 荒木居宅介護支援事業所

TEL 082-507-6300

〒733-0821 広島市西区庚午北 2 丁目 7-10

### あんしんプラザ

〒733-0822 広島市西区庚午中 2 丁目 11-15

プラザデイサービス TEL 082-507-6100

あんしんホーム TEL 082-507-6600

## お 知 ら せ

増築に伴い、平成 19 年 5 月 15 日より、工事を開始いたします。  
近隣の皆さまには大変ご迷惑をおかけすると思いますが、どうぞよろしくお願いいたします。

なお、完了は平成 20 年 2 月を予定しております。

### ○自動車

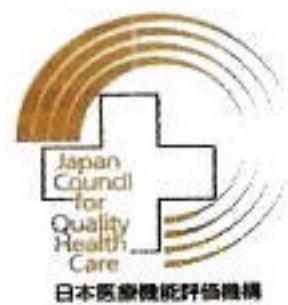
西広島バイパス「庚午出口」より  
宮島方向へ 100m (宮島街道沿い)

### ○広島電鉄・宮島線

「東高須」下車 徒歩 3 分

### ○広島バス 25 号線

「庚午北 2 丁目」バス停前



## 交 通 案 内

### ○自動車

西広島バイパス「庚午出口」より  
宮島方向へ 100m (宮島街道沿い)

### ○広島電鉄・宮島線

「東高須」下車 徒歩 3 分

### ○広島バス 25 号線

「庚午北 2 丁目」バス停前