

ふれあい

FUREAI

特集

浦添総合病院健診センター

病院と連携し早期発見・早期治療



vol.201

2022 April

病院と
連携し

浦添総合病院健診センター 早期発見・早期治療



健診センター 院長
小島 正久

コロナ禍で早期がんの発見が2割減!?

健康診断の役割は生活習慣病の予防とがんの早期発見です。コロナ禍も2年がたち、早期がんの比率が2割減ったとの報告もあります。理由としてはがん検診の受診が減ったか、要精密検査とされた人が精密検査を受けずに放置していることを窺わせるものです。早期がんはほとんどが無症状なので、検査をしない限り発見できません。ぜひ健診を受けましょう。早期発見ならば治療の選択肢も増え、治療率も向上します。

人間ドッグ・健康診断受診の方法

お申し込みは **予約制** となります。電話もしくは直接健診センター受付へお気軽にお申し込みください。

- 各事業所、健保組合などを通じて受診される方は、各受診要項に従ってお手続きしてください。
- 詳しい検査内容や料金等につきましてはホームページをご覧ください。



浦添総合病院健診センター

予約受付

☎0570-010-986

【受付時間】

平日 8:30~16:00
土曜 8:30~11:00

健診のススメ 7つの質問

Q1.人間ドッグってどんな検査ができるの？

人間ドッグは特定健診やがん検診に比べてより全身的な検査を行います。特に腹部超音波検査では肝胆膵領域の疾病の早期発見に効果的です。また人間ドッグならご希望に応じたオプション検査も受けることができます。予約時にご相談ください。

● 半日人間ドッグ

- 腹部超音波
- 胃腸X線または内視鏡
- 血液・尿・便検査
- 心電図
- 胸部X線
- 肺機能
- 視力・眼底・眼圧
- 聴力・身体計測
- 診察・結果説明・保健指導

☑ 選べるオプション検査

- 子宮頸がん検査
- 経腔超音波検査
- HPV検査
- 乳がん検査
- 骨粗しょう症検査
- 脳MRI検査
- 大腸内視鏡検査
- 胸部ヘリカルCT検査
- 動脈硬化検査 (ABI・頸動脈超音波)
- 心臓超音波検査

Q2.検査時間はどのくらいかかるの？

検査内容・混雑状況にもよりますが、多くの方が3時間以内に終了します。状況を見ながらご案内しており、なるべくお待たせしないよう尽力しております。人間ドッグは午前午後行っており、特に午後ドッグはスムーズでおススメです。



Q3.女性専用フロアはあるの？

リラックスして検査できるよう、子宮がん・乳がん検診は、女性のための専用エリアで行います。女性特有の病気が症状が出にくく後回しにしがちですが、疑問にお答えし、習慣的に受診できるようサポートします。

Q4.健診の後に説明や指導があるの？

医師による結果説明とスタッフによる健康維持や増進につながる生活習慣改善のアドバイスを行っています。当日に紹介状が出た場合には、精密検査が安心して受けられる医療機関についての相談も行っています。

Q6.感染対策はどうしてる？

入館時に検温と体調チェックを行っています。密集を避けるため受付時間を分散させています。



Q5.プライバシーへの配慮はどう？

受付後は専用 iPhone での呼び出しや誘導、本人確認を行っており、お名前をお呼びすることはありません。個別での対応が必要な場合には、お気軽にお申し出ください。



Q7.お食事はついているの？

施設内でのお食事は提供していません。受診される検査コースの金額(28,000円以上)で指定のホテル等で利用できるお食事券をご用意しております。

要 精密検査となった時はどこを受診したらいいの？

精密検査は、人間ドッグ・健康診断で検出された異常値が具体的にどのような原因疾患によって引き起こされているのか、治療が必要なのかを確認するための検査です。

「自覚症状がないから大丈夫」や「仕事が忙しいから休めない」「予約が面倒だ」と精密検査を放置していませんか？ そのまま放置していると病気が悪化していることもあります。

浦添総合病院では健診センターと電子カルテで健診結果を共有しているため、スムーズに受診ができます。



すぐ予約できる! /

浦添総合病院の予約サテライト窓口

2021年から浦添総合病院健診センター内に「浦添総合病院予約サテライト窓口」を設置しました。予約サテライト窓口では、浦添総合病院の看護師が常駐しており、看護相談や的確な診療科への受診案内を行っております。

また健診を受けたその場で精密検査や診察の予約をお取りし、問診まで行っております。予約サテライト窓口設置以降、多数の受診者の方が利用され、中には早期治療につながった事例もあります。



詳細はホームページをご覧ください

電話予約で浦添総合病院を受診する場合



公式SNSはこちら
からチェック!



Twitter



Facebook

お得な季節割引
やっています!

通常より
5,500円引き
(1月~5月)



検診と精密検査の重要性

大腸がん検診



1年に1回

対象年齢 40歳以上

検査方法 問診、便潜血検査

コロナ禍で進行した症例が増加

便潜血検査は便に血が混じっているを見つける検査です。見えるところで出血していると怖いですね。止めますよね。便の色が変わらない程度の出血も怖くないですか？がんは進行するまで症状が出ないのが1番の特徴です。症状（腹部膨満や便通異常など）が出るまで進むと手術成績も悪く約半分の方は助けることができません。沖縄県の検診受診率は35.6%と低く、内視鏡検査（陽性例の6割は治療が必要な病変が見つかる）は56.6%しか検査を受けていません。痔があってもがんになります。コロナ禍でも当院を受診される大腸がん患者数、手術件数は減少しておりません。むしろ進行した症例が増えています。



下部消化管外科部長
佐村 博範

肺がん検診



1年に1回

対象年齢 40歳以上

検査方法 問診、胸部X線検査、喀痰細胞診（対象該当者）

早期発見で治療の選択肢が広がり、根治率も上昇

肺がん検診では胸部X線撮影を行い、毎年定期的に行うことが推奨されています。2人の医師がチェックし、要精査の判定が行われます。2次精査は胸部CT検査です。X線写真で異常ありと判定されていても、CT検査で問題なしということもありえますが、CTで肺がんを疑う病変があった場合は、さらなる精密検査へと進みます。一般的にがんは早期発見早期治療が原則であり、肺がんも同様です。早期に発見することで、治療の選択肢が広がり、根治率も上昇します。COVID-19禍で、検診が落ちており、進行がんとなり治療に難渋する方も増加してきております。検診は健康な生活を担保してくれるものですので、是非とも毎年受けてください。



呼吸器センター長
呼吸器外科部長
梶浦 耕一郎

乳がん検診



2年に1回

対象年齢 40歳以上

検査方法 問診
乳房X線検査（マンモグラフィー）または乳房超音波検査

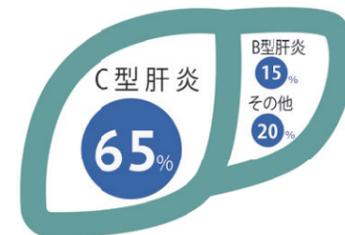
乳がんを「怖い病気」にしないために早めの検診を

現在、日本人女性の9人に1人が乳がんを発症するといわれています。乳がんは進行度によって8段階のステージ（病期）に分けられ、早期がんといわれるステージ0期、1期の段階で発見されて適切な治療が行われればほぼ完治します。乳がんの発見契機として、何らかの自覚症状で見つかる場合（自己発見例）と乳がん検診を行って初めて発見される場合（検診発見例）があります。自己発見例においてステージ0期、1期である頻度が43%であるのに対し、検診発見例においては80%となっています。検診では早期発見できる頻度が約2倍高いということになります。乳がんを「怖い病気」にしないためにもぜひ検診を受けてもらいたいと思います。



副院長
乳腺センター長
藏下 要

肝がん検診



肝がんの主な原因はウイルス感染症です。検診ではHbs抗原やHCV抗体（採血検査）によって、ウイルスの有無を調べることができます。

“沈黙の臓器”肝臓は進行しても無症状

肝臓病は慢性肝炎、肝硬変と進行し肝臓がんを発症しますが、進行しても無症状であることがよくあります。検診では肝機能、腹部超音波、B型・C型肝炎ウイルス、腫瘍マーカー等の検査がよく行われます。超音波では腫瘍を画像で捉え、腫瘍マーカーはがん反応して高い値を示します。異常が指摘された場合は精密検査が必要です。CTやMRI検査を行い肝臓がんがあるかを調べます。肝機能異常が指摘された場合は、障害の程度と慢性肝炎や肝硬変への進行がないかを血液検査やエコー、CT、MRI検査等で調べます。肝炎ウイルスマーカー陽性では実際にウイルスに感染しているか、慢性肝炎や肝硬変に進行していないかを調べる必要があります。



副院長
肝臓内科部長
仲吉 朝邦

生活習慣病



生活習慣病を放置していると…
心筋梗塞や脳卒中などの合併症を引き起こす可能性が！

血糖値やコレステロール値、血圧が高いと脳・心臓・腎臓・血管などの重要な臓器に悪い影響を与えます。臓器を守るために健康診断を受け、病院に行くように指示があったときは病院を受診しましょう。

病院では、医師が診察をして糖尿病・脂質異常症・高血圧症などの病気の名前を決めます。その後、栄養士や看護師が、栄養・生活習慣を改善するための指導を行い、医師が治療の必要性を決めます。異常な値を放っておいたり、治療を勝手にやめると、脳卒中、心筋梗塞など生命や日常生活に大きな影響を与えてしまうため病気になる可能性が高くなります。放っておくこと、勝手に治療をやめることはしてはいけません。



糖尿病内分泌科主任部長
池間 朋己

オンライン完結型

アップルウォッチ外来

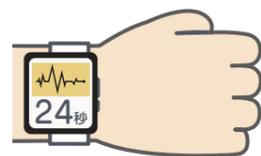


オンライン完結型の不整脈外来を2022年1月24日から開始しました。患者さまは、動悸や脈の乱れを感じた際にご自身のApple Watchや貸出携帯心電計で計測した心電図の結果をもとに、オンライン上で受診することができます。

沖縄セルラー電話のアプリ「JOTO ホームドクター」を通して、心電図の送信や予約、診察、支払いまで完結することができます。

STEP 1

Apple Watch上で心電図計測を行い、結果をPDFで保存。



STEP 2

「JOTOホームドクター」アプリをインストールし、診察予約を行う。



STEP 3

心電図結果を送信して、オンライン診療を行う。



Apple Watchを持っていない場合でも、携帯心電計の貸し出しを行っております。詳しい内容につきましてはホームページをご確認ください。

Doctor's voice



現在、新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、病院受診を控えている患者さんが増えています。不整脈疾患は、自覚症状の有無に関わらず脳梗塞や突然死につながるものもあるため「症状がないから大丈夫」と言い切れません。日中に病院へ行くことが難しい働き盛りの方にも気軽に受診してもらえるようにとの思いで、オンライン完結型のアップルウォッチ外来を開始することとしました。

循環器内科 不整脈部長 仲村 健太郎

～ Let's exercise! ～

心も体も育つ！楽しい体操教室！



運動会ではたくさんの技を披露したよ！

体を動かすことが楽しくなる、体操教室

「よー今日はみんなで相撲をとるぞ!」「今日は跳び箱をするぞ!」の体操教室の先生の声に「イエーイ!」と大歓声を上げ運動に取り組む子どもたち。

当園(もこもこ保育園・にこにこ保育園)では、毎週木曜日体操教室を取り入れています。

幼児期の運動は、健やかな心の育ちが促され、また多様な動きを身に付けることで、心肺機能や骨形成にもよく、何事にも積極的に取り組む意欲を育んだりするなどさまざまな効果が期待できるそうです。

一つ一つの運動遊びが、たくさんの「できた!」に繋がる

園の運動会は一生涯懸命に練習してきた成果披露の場。組体操等ポーズが決まった時の子どもたちの姿はカッコよく、頼もしく、とても感動させられますよ。当園卒園児から将来オリンピック選手が誕生するかな。

保育事業室 事務長 平良 哲哉



研修事業について

介護福祉士実務者研修事業

介護老人保健施設アルカディアでは2022年度も「介護福祉士実務者研修」を実施します。この研修は地域で働いている介護職員が受講することで、より質の高いケアを提供できるよう資質向上を目的としています。



研修期間 2022年6月1日～12月初旬終了予定
研修内容の詳細につきましてはホームページをご確認ください。

お問い合わせ先：介護老人保健施設アルカディア TEL 098-879-1000
担当者：富原、屋嘉比

介護職員等喀痰吸引研修事業

この研修は、痰の吸引や経管栄養の行為が必要なご利用者に、医師の指示のもと行う医行為です。住み慣れた地域で生活が継続できるように、介護職員が吸引等をおこなえることは、とても意義のあることと考え、2018年から本研修を行っています。2022年度は6月から研修開始予定です。



研修期間 2022年6月4日～7月24日(隔週土日交互に設定)
研修内容の詳細につきましてはホームページをご確認ください。

お問い合わせ先：介護老人保健施設アルカディア TEL 098-879-1000
担当者：神谷・多良間・安保

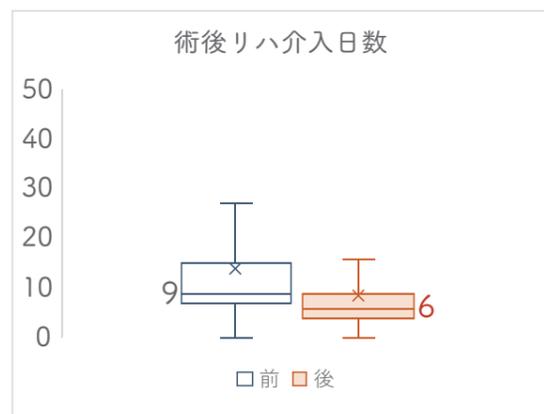
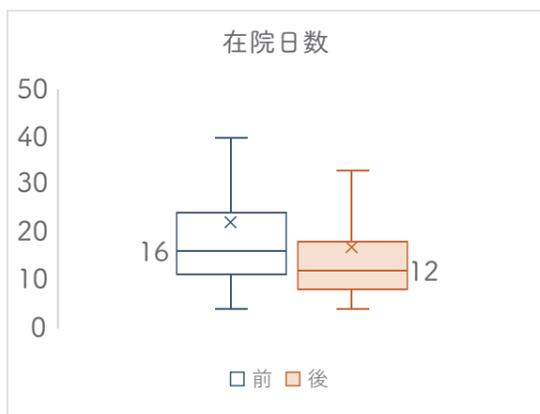
がんの手術と周術期 リハビリテーション

Enhanced Recovery After Surgery (ERAS®)をご存じですか。欧州から広まった術後回復促進策のことで、基本的な考え方は生体侵襲反応の軽減、身体活動性の早期自立、栄養摂取の早期自立、周術期不安軽減と回復意欲の励起であるとされています。医学的根拠のあるケアを組み合わせることで、手術の安全性を高め、合併症を減らし、早期退院、再入院を減らすことができると、世界中へ普及しています。

また、手術を安全に乗り切るには、術前から術後にかけて起こりうるさまざまなリスクに迅速に適切に対処することが大切です。手術に伴う侵襲以外に、患者さんの年齢、体格、生活習慣、既往症、精神状態、運動不足も回復の妨げのリスクになるため、手術の前からリスクコントロールを始める必要があります。

当病院の周術期リハビリテーションチームはがんの術後回復促進を達成するために、2019年度に発足しました。術前に外来で体力検査を行い、周術期のリスク要因の抽出と術後のオリエンテーションを通して、術後イメージした体の準備をお勧めします。入院後は、担当医の指示のもと看護師らと協働し、手術翌日から安全に配慮しながら運動負荷試験と安静の解除、活動範囲の拡大を進めていきます。2019年6月のチーム発足以後、肺・胃・肝・胆道・膵・大腸がんの手術のために入院された患者さんの在院日数は、それ以前と比べて、16日から12日（中央値）へと短くなり、リハビリテーションに要する期間も9日から6日（中央値）へ短縮しました。今後も患者さんのご要望にお応えできるチームケアを目指して参ります。

リハビリテーション部 池宮城 夢



今が旬 カツオのカルパッチョ

初カツオの季節になりました。新鮮なカツオは「さしみ」や「たたき」が定番ですね。今回はカラフルな野菜や旬の新タマネギを添えた「カルパッチョ」を紹介します。



エネルギー	177kcal
たんぱく	21.8g
脂肪	6.5g
炭水化物	6.4g
食物繊維	1.2g
塩分	1.1g

作り方

- ①カツオは薄く切り、冷蔵庫で冷やしておく。（さしみ用に切られているカツオを使用してもOK）
- ②タマネギは薄くスライスして5分ほど冷水にさらし、ザルにあげてキッチンペーパーで水気をしっかり切る。
- ③ペピーリーフは水で洗い、ザルで水気を切る。
- ④トマトは水で洗い、食べやすい大きさに切る。
- ⑤ボウルにオリーブ油・しょうゆ・みりん・リンゴ酢・おろしニンニク・塩・黒コショウを入れて混ぜる。
- ⑥カツオと野菜を皿に盛り付け、食べる直前に⑤のソースをかける。

<材料4人分>

●カツオ(さしみ又はたたき・冊)	320g
●新タマネギ(1/2個)	60g
●ペピーリーフ	60g
●トマト(2個)	200g
●オリーブ油	大2
●しょうゆ	大1
●みりん	小2
●リンゴ酢	小2
●おろしニンニク	小1
●塩	少々
●黒コショウ	少々

POINT

オリーブ油やニンニクの風味で魚臭さが抑えられます。レモンを搾るのもおすすめです。

季節の魚 カツオ



良質なタンパク質、EPA・DHAなどの多価不飽和脂肪酸、鉄分、ビタミンA、ビタミンB群、葉酸、ビタミンDなど各種栄養素を豊富に含んでおり、疲労回復や貧血予防におすすめの食材です。春に取れる「初カツオ」は脂が少なくあっさり、秋の「戻りカツオ」は脂ののった濃厚な味わいを堪能できます。季節の味を楽しみましょう。

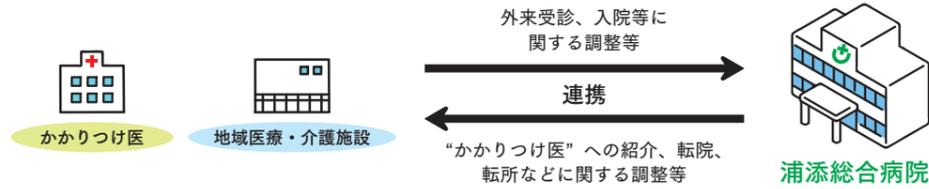
地域の医療機関との『連携』のご紹介

医院・病院の先生方や診療所・クリニックを開業された先生方には、あらかじめ当病院に「登録医」として登録をしていただいております。
患者さまが、当病院で入院・治療・特殊な検査を必要とする時、登録医の先生と当病院の医師が、密に連携を図り継続した医療を提供しています。

お問い合わせ窓口

医療相談・医療連携支援室 **かけはし**
TEL 098-879-0630

地域医療連携（各施設がそれぞれの特性を生かし、地域全体で患者さまの健康を守るシステム）



浦添総合病院の連携医療機関のご紹介

ぎのわんメンタルクリニック



TEL:098-890-7733 FAX:098-890-7744

〒901-2225 沖縄県宜野湾市大謝名1-17-31

《診療科目》 心療内科・精神科

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
午前の部 8:30~12:30	○	○	○	○	○	○	/
午後の部 14:00~18:00	○	/	○	/	○	/	/

受付時間 午前12:00まで、午後17:30まで
診療は予約制です。

●休診日：日曜日、祝日、年末年始、旧盆（ウークイ）

平成29年に開院した宜野湾市大謝名にある心療内科・精神科のクリニックです。

皆さまの地域での暮らしをメンタルヘルスの面からサポートしていきたいと思っております。不眠、不安、気分の落ち込み、もの忘れ、アルコール問題など、お気軽にご相談ください。



院長 道下 聡先生



さくがわクリニック



TEL:098-877-5577 FAX:098-877-8811

〒901-2102 沖縄県浦添市前田1-11-1(1階)

《診療科目》 放射線科、整形外科

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
午前の部 8:30~12:30	○	○	○	○	○	○	/
午後の部 14:00~18:00	○	○	○	/	○	/	/

受付時間 当院は予約制です。電話連絡でご予約お願いいたします。
※自費診療(10割負担)になります。

●休診日：木・土の午後、日曜、祝日

当院は肩・首・肘・ひざ・手足などに生じる、長引く痛みを治療対象とした専門クリニックです。五十肩やひざの変形など長引く痛みがある部位には、モヤモヤ血管ができており、カテーテル治療による改善が期待できます。お悩みの方は一度ご受診ください。



院長 佐久川 貴行先生



浦添総合病院

外来診療案内

	受付時間	診療時間
午前	8:00 ~ 11:00	9:00 ~ 12:30
午後	12:00 ~ 16:00	14:00 ~ 17:00

※土曜午後・日曜・祝日は休診となっております

外来診療表は
こちらからご覧ください



救急外来は **24時間365日** いつでも診療しています



紹介状を持参しないで受診される患者さまに対しては、「初診時選定療養費」として5,500円を徴収させていただきます。

また、他の医療機関へのご紹介を申し出た後も、当病院での診療を希望し受診される患者さまに対しては、「再診時選定療養費」として2,750円を徴収させていただきます。



在宅総合センター



短時間通所 リハビリテーション

短時間通所リハビリテーションでは半日だけリハビリを行いたい方、朝起きるのが苦手な方、少しずつデイケアに慣れたい方など、ライフスタイルに合わせて利用が可能です。利用時間は下記の通りです。

午前の場合	午後の場合
○送迎 ○昼食	○送迎 ×昼食
① 9:15 ~ 12:45	① 13:30 ~ 15:00
② 10:15 ~ 12:45	② 13:30 ~ 15:45

ライフスタイル

に合わせたリハビリを提案します！



【お問い合わせ先】

アルカディア通所リハビリテーション
TEL:098-878-1675 担当:平良・中村

在宅総合センター



介護老人保健施設 アルカディア

介護老人保健施設とは……

日常生活に介護を必要とされる方の心身機能の維持回復をはかり、その方に応じた看護・介護・リハビリテーションなどを提供し、3カ月間で自立および在宅復帰を支援していく施設です。

このような相談に対応します♪

病院を退院するけど、すぐ家に帰るのは不安な方

リハビリをしながら本人に合った生活の場を探したい

自宅介護と入所（3カ月）を交互に介護負担を軽減したい

自宅の環境の調整をしたい



その他、短期入所(ショートステイ)では1泊からのご利用もできます。

【お問い合わせ先】

介護老人保健施設 アルカディア
TEL:098-879-1000 担当:鈴木・桃原



浦添総合病院

〒901-2132 浦添市伊祖四丁目16番1号

TEL:0120-979-706 (予約センター)

TEL:098-878-0231 (代表)

- つるかめ訪問看護ステーション
TEL:098-877-0645



浦添総合病院健診センター

〒901-2132 浦添市伊祖三丁目42番15号

TEL:0570-010-986



在宅総合センター

〒901-2132 浦添市伊祖四丁目16番1号

TEL:098-879-1000 (代表)

- 介護老人保健施設アルカディア
- 訪問リハビリテーションアルカディア
TEL:098-879-1000
(上記2事業所共通)
- アルカディア通所リハビリテーション
TEL:098-878-1675
- ヘルパーステーションらくだ
TEL:098-870-1026
- 浦添市地域包括支援センターみなとん
TEL:098-876-3710
- 浦添市地域包括支援センターさっとん
TEL:098-877-3103
- ことぶき指定居宅介護支援事業所
TEL:098-875-4165

- 浦添市事業所内保育事業認可保育園 もこもこ保育園 TEL:098-878-7171
- 内閣府所管企業主導型保育事業 にこにこ保育園 TEL:098-878-5223

仁愛会の理念

- 地域住民のニーズを満たす保健・医療・福祉
- 信頼と人間性豊かな保健・医療・福祉
- 働き甲斐のある職場
- 仁愛会の職員であることが誇れる企業