

新入職医師のご紹介

2023年4月より入職しました医師をご紹介します



耳鼻咽喉科

おおうち としたか
大内 俊孝



常勤医

外来を中心に皆様に貢献できればと思います。

整形外科

きむら たろう
木村 太郎



常勤医

地域の皆様のお役に立てるように頑張ります。

消化器内科

おおたに しげき
大谷 成希



専攻医

精一杯頑張ります。よろしくお願いします。

消化器内科

くわの まさふみ
桑野 将史



専攻医

患者さん皆様のお役に立てるよう精一杯頑張ります。

消化器内科

こうの りき
河野 理紀



専攻医

地域のみなさまのお役に立てる様診療を頑張りますのでよろしくお願い致します。

内科

かとう まさたか
加藤 雅崇



専攻医

精一杯がんばりますので何卒宜しくお願いします。

麻酔科

つくい けい
津久井 溪



専攻医

よろしくお願いいたします。

消化器外科

おく たくや
奥 拓也



専攻医

よろしくお願い致します。精一杯がんばります。

消化器外科

もろだ ゆうすけ
諸田 優介



専攻医

精一杯頑張ります！よろしくお願い致します。

消化器外科

なな・じょうじ じょうじ
ナナー・ジョージ 護時



専攻医

患者さまに寄り添えるような医師を目指して精一杯頑張ります。

Summer
2023

あさひ
だより

特集 頭痛外来

ASAHI NEWS

看護フェスティバル
市民公開講座

連携医療機関のご紹介

新入職医師のご紹介

季節のレシピ



おし栄養科監修季節のレシピ
夏を乗り切れ!

豚もやし

豚肉は、疲労回復のもとになるビタミンB1を多く含んでおり、にんにくはビタミンB1の吸収をよくする働きがあります。「豚肉×にんにく」で今年の夏も夏バテ知らずで乗り切りましょう！また、包丁をつかわずにできるところがポイントです。

エネルギー 339kcal たんぱく質 20.1g 食物繊維 2.2g
食塩相当量 2.1g ビタミンB1 0.65mg

材料(1人前)

・豚こま肉.....80g
・塩コショウ.....少量
・片栗粉.....大さじ1/2
・もやし.....100g(1/2袋)
・ごま油.....大さじ1/2
・いりごま

味付け<A>

・醤油.....大さじ2/3
・にんにく.....1/2かけ
(すりおろしにんにく 小さじ1/2でも可)
・酒.....大さじ1/2

つくりかた

- ① [A] を合わせておく
- ② 豚こま肉に塩コショウをふり、片栗粉をまぶす
- ③ フライパンにごま油をひき、豚こま肉の表面がカリカリになるまで焼く
- ④ ③にもやしを入れ、炒める
- ⑤ もやしがしんなりしてきたら、[A] を入れて全体に絡める
- ⑥ 器に盛りつけて、ごまを散らして完成

Summer Issue 2023 Vol.37

IMSグループ広報誌 プライムス
横浜旭中央総合病院 あさひだより

編集・発行 横浜旭中央総合病院広報室
〒241-0801 神奈川県横浜市旭区若葉台4-20-1
TEL:045-921-6111 (代表) FAX:045-922-9499

横浜旭中央総合病院

特集 頭痛外来



4月より新たに 頭痛外来が開設

今回は頭痛外来を担当する
木許拓馬医師にお話を伺いました。

頭痛は日常にありふれた病気で患者数も多く、日本では大体8%(12-13人に1人)の方が頭痛を自覚していると言われています。その中でも片頭痛は日常生活や仕事、学校生活に大きな支障をきたします。しかしほとんどの患者さまは病院を受診せず我慢していることが多く、悩まれている方が多いのが現状です。またやっとの想いで受診されたとしても、頭痛に詳しくない医療機関では、鎮痛薬が処方されるのみで経過をみられてしまうことが少なくありません(鎮痛薬の使いすぎにより、むしろ頭痛が悪化し慢性化してしまうことがあります)。

頭痛と一口にいても片頭痛以外に緊張性頭痛や群発頭痛などの一次性頭痛から、クモ膜下出血や脳出血、髄膜炎など命に関わる頭痛、内臓疾患に付随する頭痛など多種多様の頭痛があります(国際頭痛分類ICHD-3では約数百種類の頭痛が記載されています)。

● 当院の頭痛外来診療について

頭痛外来では患者さま一人ひとりの症状に合わせた生活指導や薬剤による治療を行って参ります。まず頭痛診療で最も大切なのは問診であり、発症経過、頭痛の場所や性状、頻度、持続時間など詳しく聞かせていただくことで正確な診断に結びつきます。また症状により画像検査(頭部CTや頭部MRI)、血液検査など提案させていただき、その後患者さまに合わせた治療をご提案させていただきます。

● 片頭痛治療と治療薬

片頭痛の治療は「痛みを抑える治療である急性期治療」と「片頭痛発作自体が起こらないようにする予防治療」の2本柱で行っていきます。急性期治療は市販の鎮痛薬やアセトアミノフェン、NSAIDs(非ステロイド性抗炎症薬)に加え、片頭痛に特化した薬としてトリプタン製剤があります。また最近新たな片頭痛特化薬としてレイボー錠(ラスミディタン)が発売されました。予防治療は降圧薬や抗てんかん薬、抗うつ薬や漢方薬などを組み合わせ頭痛の発作頻度や程度を軽減させることを目的とします。また2021年より注射製剤である抗CGRP抗体薬が発売されました。

片頭痛では何らかの刺激により三叉神経終末から複数の顆粒(神経伝達物質)が放出され頭痛が生じると言われており、CGRP(カルシトニン遺伝子関連ペプチド)はその顆粒の一つです。抗CGRP抗体薬はCGRPおよびその受容体をブロックすることにより片頭痛の発作を抑制します。従来の予防薬と比較して効果が出るのが早く、副作用も少ないため多くのメリットがあります。比較的高額な治療(3割負担で月12,000-13,000円程度)ではありますが、悩まれている方は一度ご相談ください。今後も新薬が次々に開発、承認されていく見込みです。

● 頭痛は正確な診断や治療により改善することが見込める病気です。頭痛患者さまの生活が少しでも良いものにできる様、お手伝いできれば幸いです。



脳神経内科
きもと たくま
木許 拓馬

頭痛外来

● 診察 毎週金曜
14:00~16:30

● お問い合わせ
045-921-6111(代表) 内科外来受付

連携医療機関のご紹介

当院の連携医療機関をご紹介します。



222内科クリニック



渡部 一博 先生

● 診療科目

内科 呼吸器科
循環器科
脳神経内科(頭痛外来)

診療時間

am 9:00~12:00
pm 14:00~17:00

⚠ 新型コロナウイルスワクチンの接種期間中
午後の診療は15:00~17:00になります。

● メッセージ

休診日：水・日・土pm・祝・年末年始

横浜旭中央総合病院ほか近隣の
基幹病院と連携をとりながら内科的疾患全般について掛かりつけ医
としての診療を行っています。また、脳神経内科領域は頭痛や認知
症ほか神経内科疾患の診断や治療も行っています。

📍 横浜市旭区若葉台2-22-105 ☎ 045-924-6200

若葉台クリニック



奥野 順子 先生

● 診療科目

内科

診療時間

am 8:30~12:00
pm 15:00~18:00

※土amは
12:30まで

● メッセージ

休診日：木・日・土pm・祝・年末年始

生活習慣病(高血圧症・脂質異常症・糖尿病)の患者さんを主に
診療しています。定期的に動脈の硬さ、心臓の負担、頸動脈
プラークの有無などを検査しつつ診療を進めます。

📍 横浜市旭区若葉台1-3-116 ☎ 045-921-3700



ASAHI NEWS

イベントについてご紹介いたします。

2023/5/13 看護フェスティバル



わかばの広場・横浜旭中央総合病院地下会議室にて看護フェスティバルを開催しました。悪天候にもかかわらず41名の地域住民の方々にご参加いただき、健康チェックや医療相談(血圧・骨密度測定や栄養相談等)、救急車の展示、白衣などを着たお子さまの写真撮影を行いました。

2023/5/23 市民公開講座 フレイル予防～健康寿命を楽しく延ばそう！～



十日市場地域ケアプラザにて理学療法士と作業療法士による「フレイル予防」についての講座が開催されました。体力測定や体操の実践などを交えながら、フレイルとはどのような状態なのか、解説とその対策についての講義が行われました。

今後も講座やイベントの開催を予定しております。各回の日程・内容などはこちらからご確認ください ▶▶

