

vol. 9
2009 Autumn

ハート ええじゃないか 友の会





5月20日に行われた「第18回ハートええじゃないか友の会講演会」では、
豊橋ハートセンター設立10周年を記念して、
院長の鈴木孝彦先生が
豊橋ハートセンターの歴史についてお話されました。
知られざる青年時代のエピソードや今後の友の会の方向性など、
内容は盛りだくさんで、大変興味深い講演会となりました。



豊橋ハートセンターの 10年をふり返って

豊橋ハートセンター院長

鈴木孝彦

すず き たか ひこ

Takahiko Suzuki

鈴木院長が医者になるまで

私の実家は写真屋です。医者じゃありません。ですから、小さい頃は写真屋になろうと思っていました。高校時代は朝から晩まで暗室にこもって、ひたすら現像、焼き増し、プリントを手伝っていました。夏休みが明けて新学期が始まる頃なんて大変です。同級生が陽に焼けて真っ黒になっているのに、自分だけ全く陽に当たっていないせいで、元々色白の肌が見事に真っ白。太ってはいなかったけど友達からは「白ブタ」ってからかわれていました(笑)。

そんな毎日を送っていました。医学部にだけは挑戦したいと思っていました。父が陸軍の衛生兵をやっていたので、医者への憧れがあったのでしょね。大学に入る時は「すごい医者になろう、良い医者になろう」なんて全く思っていなかったのですが、在学中に医学部の教授をはじめ、色々な人達から「医者の根性」みたいなものを叩き込まれて。卒業する時には、良い医者を目指そうという気持ちになりました。

より良い医療を目指した原点とは？

私が大学にいた、今から三十数年程前の日本は、高度経済成長時代の真っただ中でした。医療の世界も例外ではなく、民間では患者様を診れば診るだけお金が儲かる、という感じでした。先輩も同級生も次々に開業していきまして、私は逆にそれに反発を覚えたんです。「お金儲けなんていやだ、できるだけ患者様に尽くしたい」という気持ちでした。

「本当に良い医療」が実践できるのはやはり国立だろう、当時そう考えていた私は、卒業してから二十数年の間、ずっと国立関係の病院に勤めていました。国立病院にも様々な問題がありまして、そこで行われていることは「本当に良い医療」とは程遠いものでした。職員中心、患者様のことは二の次という体制です。これは今も変わっていません。我々が目指していた患者様の側に立つ医療は、システムの上からも国立では無理、民間でこそ実現できるものだったのです。

豊橋ハートセンター立ち上げ

そこで、豊橋東病院の時から一緒に働いていた大川先生と、豊橋ハートセンターを開院することになります。1999(平成11)年5月6日のことです。地域の病床数が過剰で

あったため、19床の診療所という形でスタートしました。ですが、建物は最初から大きくすることを想定して設計しました。いずれは50床以上の病院にしたいと思っていましたから。病院理念は「患者様に優しくこころ温まる医療をおこなう」「患者様の立場に立った医療をおこなう」です。この理念は、病院で働くすべてのスタッフに徹底して教育しています。開院当時は、循環器科5名、心臓血管外科2名の医師を含め、職員計41名という少人数でした。現在は当時の何倍にも増えましたが、始めた頃は毎日目が回るような忙しさでした。

その後、地域の先生方や多くの方々のお力添えにより、開院からわずか5カ月で診療所を「医療法人 澄心会」に改組、翌年にはベッド数も30床になり、晴れて病院となりました。この年から、8月10日に「ハートの日」を開催しています。翌2001(平成13)年10月には建物を増築し、現在の68床になりました。

画期的な教育システム

増築の時に「ライブ中継システム」を導入しました。このおかげで、当院で行う手技を、日本だけでなく世界に向けて発信できるようになりました。2002(平成14)年の年初からは、「ライブ中継システム」を使って様々な勉強会を積極的に開催しています。開業的な医療の世界において、大きなモニターを通して最新の医療技術を皆で学ぶことは、レベルが均一化するという点においても画期的なことなんです。

それから2004(平成16)年には、「PC共同治療プログラム」を開始します。これは当院のスタッフだけでなく、勉強したい、もっと手術が上手になりたいという外部の先生に対しても技術をオープンにして、一緒に患者様を治療していきます。というシステムです。私は、医療技術というものはしっかりと後世に伝承していかなければいけないものだ、と思っています。ドクターは、いわゆる「上手い人」が一人だけ天狗になっていては絶対にいけません。時々天狗の方もおみかけしますが、医療技術は日々進歩しますので、まもなくその鼻も折れ、長続きしません。上手な人も下手な人も一緒になって勉強し、切磋琢磨することによって、お互いの技術を向上させていくものなのです。

2005(平成17)年には臨床修練外国人医師の受け入れを厚生労働省から受けています。院内には常に外国人のドクターがいます。それと反対に、医師はもろろんの事、当院の技士たちも技術と経験を積ませるために海外へと留学させています。こんな病院世界中探したってなかなかないですね(笑)。

「ハートの日」や各種講座の意義

私は常々「医者は診療だけやっていてもダメ」だと思っています。なぜなら、医療は完璧ではないからです。どんなに優れた医療技術でも全ての人を救うことは出来ません。「ハートの日」や「ハートええじゃないか友の会」を立ち上げたのもその考えが根本にあります。昔と違って、今は医師と患者様とがコミュニケーションを取る機会が少なくなっています。医師はもっと患者様と交わる機会を持たないといけません。何かにつけて患者様と話をしたり、一緒になって色々な試みを行って、普段から意思の疎通をはかる。これがとても大事なことでと認識しています。

そういう意味でも、「ハートの日」や「ハートええじゃないか友の会」講演会の会場へは積極的に足を運んでいただきたいと思っています。「ハートの日」では血液検査、心電図の測定などの検診が無料。また栄養相談にも一生懸命力を入れていきます。医食同源、食事が悪ければ人間は必ず病気になるから、かなり重要です。

また、2004(平成16)年から毎月第三土曜日に豊橋ハートセンターで行っています「救急蘇生法」の講習、まだの方はぜひ受講してください。NPO法人などで講習を受けると有料ですが、当院ではすべて無料で実施しています。「心臓マッサージ」と「AEDの使用法」は、絶対に覚えてください。発作で倒れても、AEDを用いて1分以内に適切な処置を行えば90%が助かります。当院の職員はボランティアで出張講習も行っていますが、現時点で10万人以上に教育を行いました。とても大切な事ですから、皆様も必ず身につけてください。

友の会と今後のハートセンター

さて「ハートええじゃないか友の会」、これからも皆さんと手を取り合って進めていきたいと思いますので、意見をドシドシお寄せいただきたいと思います。今後は、もっと患者様全員に参加していただけるようないろいろな試みを行っていきたくと思っています。

最後になりましたが、今年の5月6日をもちまして豊橋ハートセンターは10周年を迎えることができました。これも皆様のおかげだと思っています。名古屋ハートセンター、岐阜ハートセンターと共に、さらなる「より良い医療」を目指して精進していきたく思っています。今後ともどうぞ宜しくお願いいたします。

看護師(手術室勤務)

戸澤真由美さん
とざわまゆみ



1968(昭和43)年、豊橋市に生まれた戸澤さん。普通科の高校を卒業した後、働きながら准看護師の資格を取得。その後、正看護師となり豊橋市民病院で小児科、手術室、ICUの現場を経験する。30歳の時に一度看護師の仕事から離れ、大好きな水泳のインストラクターの仕事に就くが、救急車のサイレンを耳にするとどうしても病院の事が気になったという。「丁度そのころ、豊橋ハートセンターを設立するためスタッフ募集をしている、という話を知り合

いの看護師から聞いて、もう一度本格的に医療の世界で働いてみたいと思うようになり、復帰を決意しました」。

それ以来、豊橋ハートセンターで献身的に働き続けた戸澤さんは、昨年の6月から半年間、感染管理認定看護師という資格を獲るため、横浜の専門学校に入学する。「現在は昔と比べると、重症度の高い患者様が増えています。それに伴い手術も複雑化していますが、当院に勤める医師の腕は超一流。しかし、せっかく手術が上手くいっても、患者様が術後に感染症に罹ってしまっは元も子もありません。しっかりとガイドラインを作成し、患者様の医療関連感染を出来る限り少なくすることが我々スタッフ一同の努めだと認識しています」。

今年6月に見事資格を取得した戸澤さん。「また半年もの長い期間、遊学させてくださった院長、副院長ふくめ、スタッフの皆さまには心から感謝しております。学んだ専門知識を患者様と病院のために役立てられるよう、これからも精一杯頑張ります」

豊橋ハートセンター スタッフ紹介

いつでも気軽にお声をかけてください！



佐橋淑子さん
さしよしこ

看護師(カテーテル室勤務)

1967(昭和42)年、宝飯郡(現・豊川市)生まれの佐橋さん。中学生の時、癌に侵された叔母を看病したことがきっかけとなり、医療の道へと進むことを決心する。高校卒業後、国立豊橋病院の看護科で学び、資格取得後は国立療養所豊橋東病院の循環器科へ配属される。当時の上司から「医師の言う事だけを聞いてはいけない。自らの頭で現場の状況を判断できるようになりなさい」と教わった佐橋さん。循環器看護のプロフェッショナルとなるべく多忙な日々を過ごし、外科・内科で計5年勤めた後退職。それから5年間のブランクを経て、豊橋ハートセンターの設立と同時に復職する。

「豊橋東病院でお世話になった鈴木先生、大川先生が開院なさると聞いて、私から当時の看護婦長に連絡を入れたところ、快く受け入れてくださいました。ハートセンターには看護学校時代からの同期や先輩方も大勢いましたので、現場への復帰もしやすかったです。鈴木院長が提唱する『患者様のための医療を行う』という理念の下に集った本当のプロの方々と、再び同じ場所で仕事ができることは、私にとって大きな喜びでした」。

現在は病棟とカテーテル室に勤務する佐橋さん。「循環器の疾患は生命に直結する場合も多く、常に細心の注意と迅速な対応が必要です。当院は世界トップレベルの医師が揃い、救命率は非常に高いです。私達スタッフも、患者様により良い医療を提供できるよう一生懸命頑張っています。今後も豊橋ハートセンターにご期待ください」



「ええじゃないか友の会」で
会員同士の絆を深めよう!

辻 重夫さん 三枝子さん
つじ しげ お み え こ

1929(昭和4)年、兵庫県生まれの重夫さん。大阪で会計事務所に勤務した後、27歳の時に仕事で訪れた豊橋で、生涯の伴侶・三枝子さんと出会う。重夫さんのモットーは「より多くの人と交流し、人生を楽しむこと」。趣味の詩吟を活かした司会業を務める傍ら、三枝子さんと共に様々なイベントへ積極的に出席していた。ところが、渥美半島ウォーキングに出場した折、突如体の調子が悪くなり倒れてしまう。その後、豊橋東病院へ入院し、豊橋ハートセンターではカテーテル、風船、ステントと心臓の治療を受けることに。「体調を悪くしてからは、老後の人生をより楽しむためにはどうしたら良いのか、色々と勉強を始めました」。

重夫さんは愛知シルバーカレッジに入学し、1年間健康福祉について学び、卒業後はOBの集い「銀鈴会」を発足。初代会長を務める。「年をとると孤独を感じる事が多くなるので、高齢者同士は集い、助け合う必要があります。そのためには友の会のような場所をもっと有効的に使うべき」。夫妻は、車内にAEDの使用方法が記された記事、フェイスシールド(人工呼吸時に必要な感染対策グッズ)、手旗(救急車に位置を伝えるため)などを携帯し、不慮の事故に対して備えを怠らない。

「友の会では日常生活の情報交換だけではなく、病気についての対処法など、みなさんで色々な話をし合いませんか? それぞれが思いやりの心を持ち、患者と医者が理解しあえる、開けた病院作りの場になれば良いな、と思っています」

MEMBER 会員のご紹介

壮絶な闘病生活の中で
ハートセンターは心の憩いの場

山口三善さん
やまぐち みよし



1936(昭和11)年、渥美生まれの山口さん。少年時代は仲間達と表浜で野球、遠泳を楽しみ、学生時代は各地で開かれる駅伝にも出場。スポーツは万能であった。社会人となり、農協に勤める傍らゴルフを始める。仕事の付き合いも兼ね、全国のゴルフ場を周った。

心身共に健康であった山口さんを、突然の病魔が襲ったのは2000(平成12)年の7月。18ホールを終え、冷えた水を飲み干した直後、突然体に異変が起きた。心室細動であった。すぐさま豊橋ハートセンターへと救急搬送され、緊急入院。その日以来、山口さんの長く苦しい闘病生活が始まった。発作が起こる度にICUへと担ぎ込まれ、数え切れないほどの入退院を繰り返す事に。弁膜症の術後などは、死を覚悟するほどの苦しさにも襲われた。気が付けばカルテは膨大な量となり、別冊まで用意されていた。病魔との闘いに、幾度も挫けそうになったという。だが豊橋ハートセンターの存在が山口さんを勇気付けた。

「たとえ夜中に発作が起きても、ハートセンターは24時間体制で受け入れてくれます。なにより医師もスタッフの方々も患者に対して本当に真摯かつ丁寧に対応してくれます。唯一わがままを言うとしたら、もう少し待ち時間を短縮してもらえればありがたいです(笑)。ともあれ、現在小康状態を保ってはいますが、度々不整脈が出るので不安は拭いきれません。今後もハートセンターを頼りに、日々の生活をつつがなく過ごして行ければと思っています」

胸がどきどきする話



手術室から

スタッフのドキドキ 患者様のドキドキ

豊橋ハートセンター
心臓血管外科部長

馬場 寛
ひろし

手術は通常、医師3名、看護師3名、臨床工学士2名、計8名のスタッフで行います。私達が日行っている心臓手術は、①開胸、②人工心肺使用下での心停止、③閉胸、と3つのパートに分かれます。開胸では、胸の真中を縦に切開し、心臓に到達します。次に、人工心肺（人工心臓のようなもの）を装着し、心筋保護液を流し、手術台に横たわっている患者様の心臓を停止させます。同時に手術室には緊迫感が漂い、ストップウォッチが押されカウントが始まり、スタッフの心臓はドキドキし始めます。心停止の時間は限られており、その間に予定された手技を終えなければなりません。皆が、握りこぶし程の大きさの心臓に神経を集中します。しかし、あまり緊張しすぎると、手が震え、頭がのぼせてしまい正確な手術ができなくなってしまうかもしれません。適度なドキドキとリラククスが必要になります。

それから心臓を切開し、予定された手技を行います。手技を終え、心臓に血液を流すと、心臓がドクンとゆっくり動き出します。徐々に動きが力強くなり、やがてドキドキといった感じになります。心臓が元気になったら、人工心肺を外します。最後に、止血を確認し、胸を閉じて手術終了です。これら一連の流れをスムーズに進めるため、8名のスタッフは分担された仕事をこなし、スクラムを組み、手術に臨んでおります。

皆様、手術室の雰囲気を感じていただけましたか？手術室は窓がなく、多くの医療器具が置かれており、殺風景な部屋ですが、手術が開始されると、无影灯が術野を照らし、エネルギーに満ちた空間に変わります。手術が不安な皆様、ご安心ください。美男美女（残念ながら手術室では、マスクをしているためお見せできませんが）のベテランスタッフが、一年365日、皆様のお越しをお待ちしています。もちろん、こんなところでお会いしないのがいちばんですが。

今号のおすすすめ本



老いない体をつくる
人生後半を楽しむための簡単エクササイズ

湯浅景元

定価 798円(税込) 平凡社新書

2008年の日本人の平均寿命は男性79歳、女性86歳。この長寿時代において、「老い」を感じることなしに生きていくのは不可能だ。でも、老化そのものを遅らせることは可能だと言う。そのための体づくりとは？

- ・ 元気な体をつくる
- ・ 物忘れしない脳をつくる
- ・ よく見える目をつくる
- ・ 好きなものが食べられる体をつくる
- ・ 痛みが起さない関節をつくる
- ・ 自立できる脚をつくる など

さまざまな角度から老いないためのポイントを紹介。また、最終章の老いを楽しむ方法、「エンジョイ・エイジング」の勧めも参考にするとういこと。

今日 24

ええじゃないか 生きていれば ⑤

お手てつないで

老人になると、
どこかに障害の出るのは
致し方ないことで、
ぼくの友人は、
突然両方の耳が
聞こえなくなって以来、
聞きたくないことは
聞かなくていいと
負け惜しみを言っているが、
もちろん、そんなはずはない。
奥さんが耳役をして、
相手の言うことを
すばやくメモして
ご主人に見せる
ということをしている。
もちろん散歩も二人一緒、
お手てつないで歩いている。
これでは
仲がよくなるいわげがない。
もっとも友人は、
安全のためだと言っているが、
それでも障害がきっかけで
夫婦の距離が
近づいたことは間違いない。
障害もまたよし。
嘆いてばかりいても
つまらないという気がする。

TOYOHASHI
HEART
CENTER



たかが血圧 されど血圧

豊橋ハートセンター 循環器内科医長 **田中延宜**
た なか のぶ よし

血圧とは血液が血管内部の壁に与える圧力のことを指します。血圧には収縮期血圧(上の血圧)と拡張期血圧(下の血圧)があります。診察室で上が130mm/Hg以上、下が85mm/Hg以上になると、正常高値血圧(血圧が高め)と診断されます。現在、日本の高血圧人口は3,000万人以上(総人口の3~4人に1人)とされています。

血圧が上がる原因は、体質(遺伝)を除くと、おおむね生活習慣によるものが大きいと考えられます。ストレス、過労、過食、過度のアルコール摂取、喫煙(喫煙は血管の収縮を促します)、運動不足による肥満、そして最も良くないのが塩分の過剰摂取です。高血圧の方は一日の塩分を6gまでにする必要があります。

血圧は一日中一定しているわけではありません。測る時間帯や心理状態等によって刻一刻と変化しています。代表的な例が「白衣高血圧」と「仮面高血圧」です。前者は、来院して血圧を測る際、緊張のために普段よりも高めの数値がでてしまう状態を指します。後者はその逆で、診察室では正常値なのに、家庭や職場(朝方や過度のストレス下)では高血圧となることをいいます。こちらは非常に危険です。従って、普段から家庭で血圧を測ることがとても大切になります。「起床1時間以内、排尿後、食事前、服薬前」の測定を心がけましょう。

通常心臓は一日に8~10万回程動いていますが、血圧が高いと、毎回その分だけ心臓や血管に大きな負担がかかることになります。具体的には、心臓の筋肉が厚くなる「心肥大」や「動脈硬化」の進行を早めます。これらは、心不全や狭心症、心筋梗塞など重大な病気につながる恐れがあります。動悸、息切れ等の症状が出たら早めに検査を受けるようにしてください。

そうならないためには、常日頃から血圧を下げる努力が必要です。塩分控え目の食事を摂り、適度な運動で身体を動かすことを心がけてください。病状は人それぞれ異なります。薬物療法含め、医師と相談しながらご自分にあった方法で行っていただきたいと思います。

ハートええじゃないか友の会 講演会より
7月10日 豊橋ハートセンター ハートホールにて

HEART INFORMATION ハートインフォメーション

第10回ハートの日が開催されました！



さる8月10日、ホテル日航豊橋にて第10回ハートの日が開催されました。今年のテーマは「生活習慣病を予防しよう！」。平日にも関わらず、朝から多くの来場者で賑わった会場内では、テーマにちなんだ様々な催事が行われました。

ホリデイホールA・Bでは、「血液検査」「血圧測定」「心電図測定」「身長・体重・体脂肪・腹囲測定」など、無料のハート検診や、医師や看護師による「心臓病相談」「歯周病相談室」が実施されました。

ホワイエロビーでは、豊橋赤十字血液センターによる献血、および東三河各市から集った消防隊員によってAEDを用いた救急蘇生法の講習会が行われ、参加者は熱心にAEDの使用方法を学んでいました。また、管理栄養士による「食事・栄養相談室」では、「塩分を減らした食事の作り方」についての教室などが開かれました。

午後からはホリデイホールC・Dにて、豊橋少年少女合唱団による素敵な合唱が披露された後、各分野の専門医によるハート講演会が行われました。

豊橋で行われた第10回ハートの日は、健診に訪れた人が約800名、講演には約600名と、例年に勝るとも劣らぬ盛況ぶりでした。また今年からは名古屋・岐阜でもハートの日を開催。名古屋会場には約1,700名、岐阜会場には約440名が集まりました。

豊橋ハートセンターから講習会等のお知らせ

全ての参加費無料！
事前予約の必要はありません

会場 / 1Fハートホール

ハートええじゃないか友の会講演会



講演会の
テーマを
募集しています！

「自分自身の健康について話したい」、
「あんな講師の先生からこんな話が
聞きたい」など、事務局まで遠慮
なくご意見をお寄せください。

10月21日(※) 13:30より
『路面電車の走る街・豊橋』
とよはし市電を受する会副会長
伊奈彦定
『サプリメントの話(仮)』
豊橋ハートセンター 薬局長
石黒英行

講演会終了後、ハートサロンを開きます。

救急蘇生講習会

10月17日(土) 10:00▶12:00
救急蘇生法とAEDの使い方を身につけよう！



どなたさまでもご参加頂けます。ご家族さま、ご近所さまとお誘い合わせでお越しください。

以降の実施予定
11月21日

名古屋ハートセンターから講演会のお知らせ

お問い合わせ **052-719-0810**

会場 / 2Fハートホール

コレステロール:え！ほんと？なるほど！ 名古屋ハートセンター院長 外山淳治

10月17日(土) 10:00より ※詳しい内容は、お電話にてお問い合わせください。

岐阜ハートセンターから講習会等のお知らせ

♥ ハートギャラリーのご案内 ♥ 津本芳久展 10月下旬まで

お申し込み・お問い合わせ

ハートええじゃないか友の会事務局

Tel.0532-37-8910

9:00am▶5:00pm (土・日・祝日を除く)

〒441-8530 愛知県豊橋市大山町五分取21-1
豊橋ハートセンター内

E-mail. tomo@heart-center.or.jp

ロゴマークデザイン: 栃久保操 会誌デザイン: 小林厚子