

サンホスピタル

# Sun Hospital

ISHII MEDICAL Corp. Public Relation Committee since 2006

2025 Spring

Vol. **78**

特集

P2-3

不整脈の早期発見と治療を目指して  
～患者さんの不安に寄り添う不整脈診療の現場から～



## 飯塚 貴士

出身大学 群馬大学  
専門 循環器、不整脈

所属学会  
日本内科学会  
日本循環器学会  
日本不整脈心電学会  
日本高血圧学会  
日本人間ドック学会

資格等  
日本内科学会 総合内科専門医  
日本循環器学会 循環器専門医  
日本不整脈心電学会 不整脈専門医  
日本総合健診医学会・日本人間ドック・  
予防医療学会 人間ドック健診専門医

# 不整脈の早期発見と治療を目指して

～患者さんの不安に寄り添う不整脈診療の現場から～

不整脈は症状が見えにくい病気です。当院では丁寧な問診と検査を重視し、  
早期発見と治療に努めています。また患者さんの不安に寄り添い、  
安心して診療を受けられる環境の実現を目指しています。

## 症状が見えにくいからこそ 丁寧な問診を心がける

不整脈とは、心臓の中で電気信号の流れが正常ではなくなる状態です。大きく分けると、心拍が速くなる・遅くなる・不規則になるという3つの症状に分類されます。心臓には洞結節（どうけっせつ）という電気信号を規則的に送るペースメーカーの役割をする場所があります。洞結節からの電気信号で心臓は収縮と弛緩をくり返します。この電気信号が乱れると、動悸や胸の苦しさ、脈が飛ぶといった症状が現れることがあります。これらの症状は突然起こり治まるため、当院に受診された際には不整脈の症状がほとんどみられない患者さんも多くいらっしゃいます。そのため、私は患者さんが受診された際、「どのタイミングでどれくらいの長さで起こるのか」「動悸症状はあるか」「どんな違和感があるか」などを詳しくお伺いしています。この問診で緊急性がないと判断した症状に関しては「検脈」を行っていただいています。「検脈」とは不整脈が起こったときに、患者さんご自身で10秒間に何回くらい脈を打っているか、乱れているのかをみてもらうもので、その結果をもつて再度受診していただくようにしています。検査が必要な患者さんには、状態によって12誘導心電図かホルター心電図のどちらか、もしくは両方を行っています。12誘導心電図は、当院では患者さんに合った記録時間で心臓からの微弱な電流を読み取り、正常に働いているか確認

しています。もう一方のホルター心電図は、心電図の機械をつけて通常どおりに生活していただき、24時間の心臓の動きを記録する検査です。

## 患者さんの目線で 不安に寄り添う診療が強い

当院での不整脈の治療は、薬物療法がメインとなり、私が定期的に外来で診療する形をとらせていただいています。そのほかの治療法であるペースメーカー治療やカテーテルアブレーション（心筋焼灼術）が必要な場合は他院での治療となります。その際は、患者さんの病状や家族構成、自宅からの距離などを加味し、話し合いながら病院を決めていきます。私は<sup>※1</sup>不整脈専門医ではありますが、<sup>※2</sup>総合内科専門医でもあり、一般内科全般にわたっての知識／知見をできる限り日々更新するようにしています。「石井病院に相談してよかった」と思っていただけけるよう患者さんと同じ目線で不安に寄り添った診療を心がけておりますので、不整脈に関することだけでなく、どんなに些細なことでも遠慮せずお気軽にご相談いただければと思います。また2025年5月からは、ペースメーカーフォロー外来を開設することになりました。その名のとおり、ペースメーカーを入れている方の定期的な検査や機械の故障などに対応する外来です。これにより、少しでも通院の負担が軽減できればと考えております。これまでペースメーカーのために遠くの病院に通って



## ペースメーカー外来を開設します



2025年5月より当院においてもペースメーカー外来を始めます。ペースメーカー移植後、定期的に受診しなければならない状況で、やや遠方の病院でのフォローを行っている方、是非当院外来でのフォローをご検討ください。またペースメーカー外来は完全予約制であり、かかりつけ医からの情報提供書が必要となります。詳細につきましては、当院内科外来あるいは地域連携室までご連絡ください。



※1 不整脈専門医…日本不整脈心電学会認定の不整脈専門医  
※2 総合内科専門医…日本内科学会認定の総合内科専門医

たという地域の方がいらっしゃれば、当院でもフォローが可能ですので通院の負担が軽減されるかと思えます。ぜひお気軽に受診ください。

## 栄養課レシピ

### 小エビと小松菜のミルク炊き込みご飯

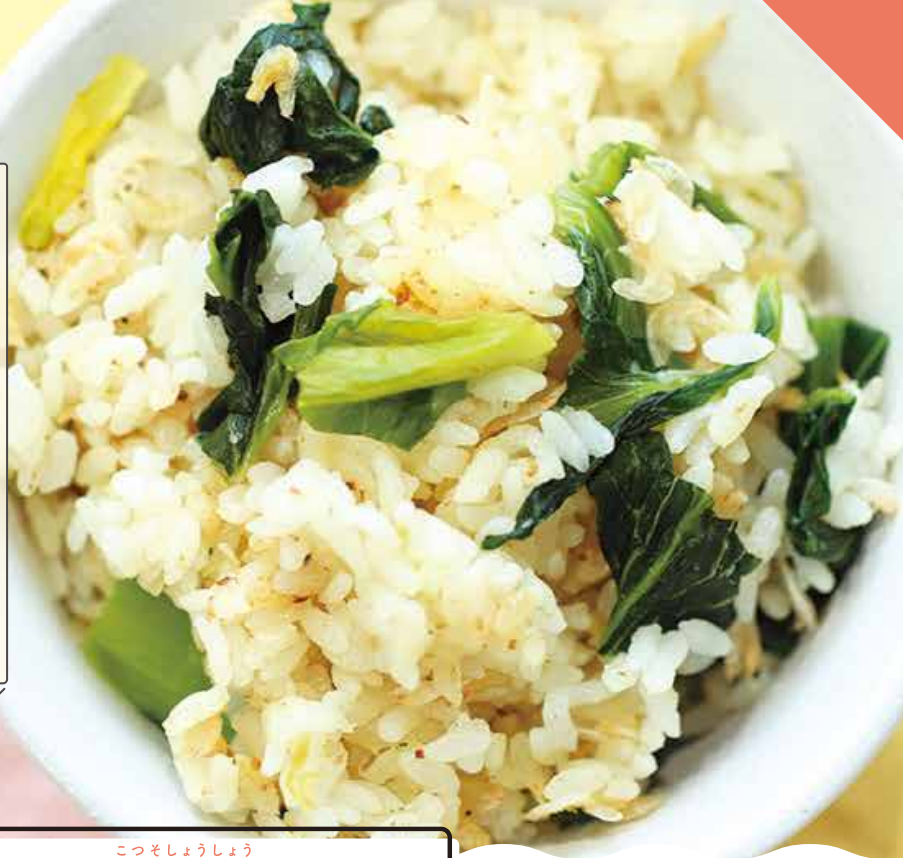
・エネルギー 311kcal ・塩分 1.0g ・カルシウム 457mg

#### 材料

- ・米……………2合
- ・牛乳……………200ml
- ・干しエビ……………20g
- ・料理酒……………大さじ2
- ・小松菜……………1/2束
- ・顆粒だし……………小さじ2

#### 作り方

1. 米を研いでおく。
2. 炊飯器に米、干しエビ、牛乳、料理酒、顆粒だしを入れ規定量まで水を加え炊飯する。
3. 小松菜を茹で、冷水に取り水気を絞ったあと1cmほどの大きさに切る。
4. 炊きあがったご飯に小松菜を混ぜて完成。



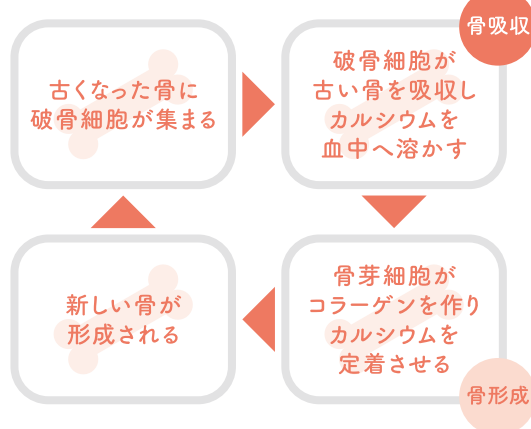
コツコツ骨活

## 食事<sup>こつそしょうしょう</sup>で考える骨粗鬆症予防

### 骨粗鬆症とは？

骨量（骨密度）の低下によって骨がもろくなり、骨折しやすくなる状態です。骨は常に古い骨を壊す作業と新しい骨を作る作業の両方が繰り返されています。加齢や女性ホルモンの減少、カルシウム不足などでこの代謝のバランスが崩れると、失われた骨量を十分に回復することができなくなり、骨量減少が始まります。骨粗鬆症は閉経後の女性に多い病気です。その割合は男性より2～3倍多く、60歳代の女性では5人に1人、70歳代の女性では3人に1人が骨粗鬆症といわれています。骨粗鬆症によって骨の強度が低下すると、荷物を持ち上げたり手をつくといった何気ない日常の動きでも骨折が起きやすくなります。

### 骨代謝のサイクル



### 食事のポイント

骨粗鬆症の治療予防のためには1日700～800mgのカルシウム摂取が勧められています。しかし、カルシウムだけ摂ればよいのではなく、バランスのよい食事を基本にたんぱく質やビタミンD、ビタミンKといった骨の健康にかかわる栄養素もあわせて摂ることが大切です。

### （骨の健康にかかわる主な栄養素と働き）

| たんぱく質                             | カルシウム           | ビタミンD          | ビタミンK                                   |
|-----------------------------------|-----------------|----------------|-----------------------------------------|
| 骨量の維持に重要。<br>筋力を保ち、<br>転倒・骨折予防にも。 | 骨の主成分。          | カルシウムの吸収を促進。   | 骨にカルシウムが<br>沈着するために必要な<br>たんぱく質を活性化させる。 |
| 【食品例】肉、魚、卵、<br>乳製品、豆類             | 【食品例】<br>乳製品、小魚 | 【食品例】<br>魚、きのこ | 【食品例】<br>納豆、青菜                          |

## 年間テーマ フレイル予防で健康寿命を延ばそう！

フレイル（虚弱）は、加齢に伴う筋力低下や活動量の減少、社会的孤立などが原因で、健康寿命を縮めるリスクがあります。しかし、適切な運動や生活習慣の改善で予防・改善が可能です。年4回の連載で、フレイル予防のための具体的な方法を紹介します。

### 第1回

## フレイルって何？まずは知ることから始めよう💡

### “フレイル”とは？

フレイルは、加齢に伴う筋力や体力、認知機能の低下により、健康と要介護の中間状態になることを指します。放置すると転倒や寝たきり、認知症のリスクが高まりますが、早期に対策を取ることで予防・改善が可能です。

#### フレイルの3つの側面

1. 身体的フレイル：筋力低下や体力の衰え
2. 精神・心理的フレイル：うつや意欲低下
3. 社会的フレイル：孤立や社会参加の減少

#### 予防のポイント

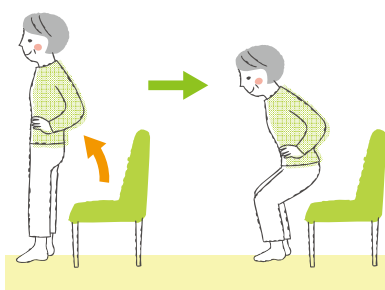
適度な運動、バランスの良い食事、社会参加が重要です。

### 運動内容

（エビデンスに基づく提案）

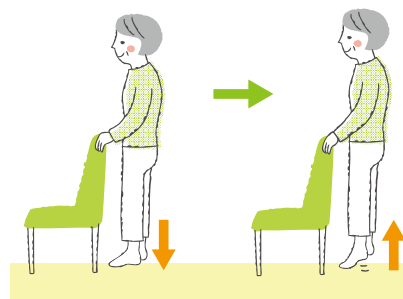
#### 椅子スクワット

**目的：**下肢筋力を鍛え、転倒予防に効果的。  
**方法：**椅子に座り、ゆっくり立ち上がり、また座る動作を繰り返す。  
**目安：**5～10回×2セット。  
**エビデンス：**下肢筋力の強化は、フレイル予防において重要な要素（Fried LP et al., 2001）。



#### かかと上げ運動

**目的：**ふくらはぎの筋力を鍛え、歩行能力を向上。  
**方法：**椅子の背もたれを持ちながら、かかとを上下に動かす。  
**目安：**10回×2セット。  
**エビデンス：**ふくらはぎの筋力は歩行能力やバランス能力に直結（Shimada H et al., 2013）。



# 石井病院 患者様満足度調査結果報告

## 4. おもてなし Hospitality

### 医療法人石井会 行動規準 (S・C・E・H)

行動規準「S・C・E・H」は、私たちが医療をあらゆる場面で実践する際に、心掛けなければならない4つの要素を表しています。

1. 安全 Safety

2. 清潔 Clean (Cleanliness)

3. 効率 Efficiency

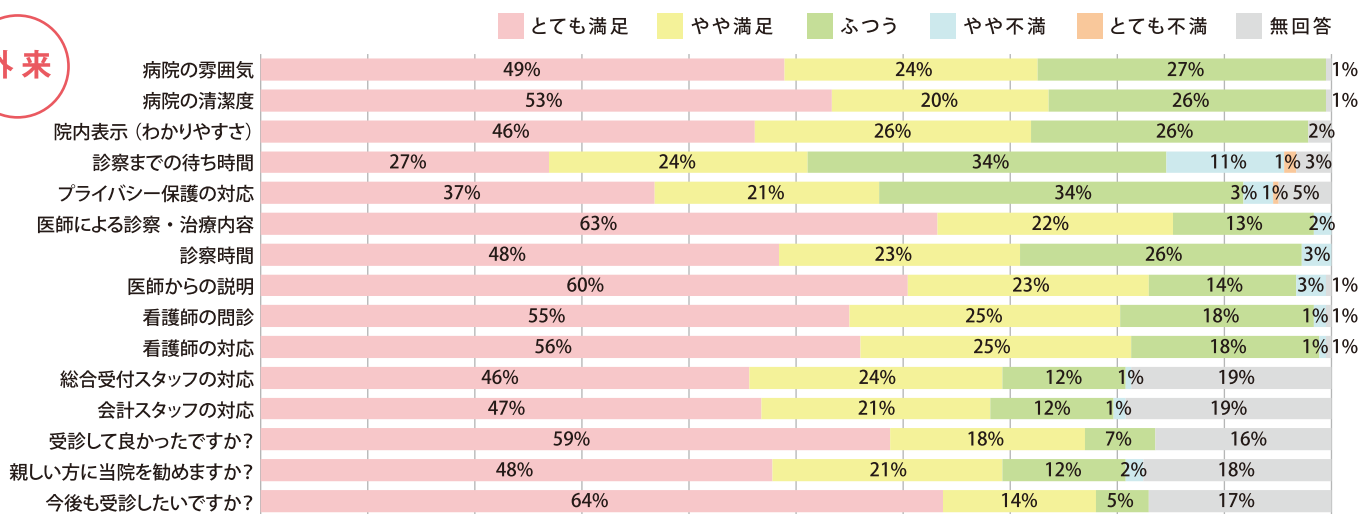
4. おもてなし Hospitality

令和7年3月1日(土)～3月7日(金)に、外来および入院患者様を対象に満足度調査を実施いたしました。以下に調査結果をお知らせいたします。

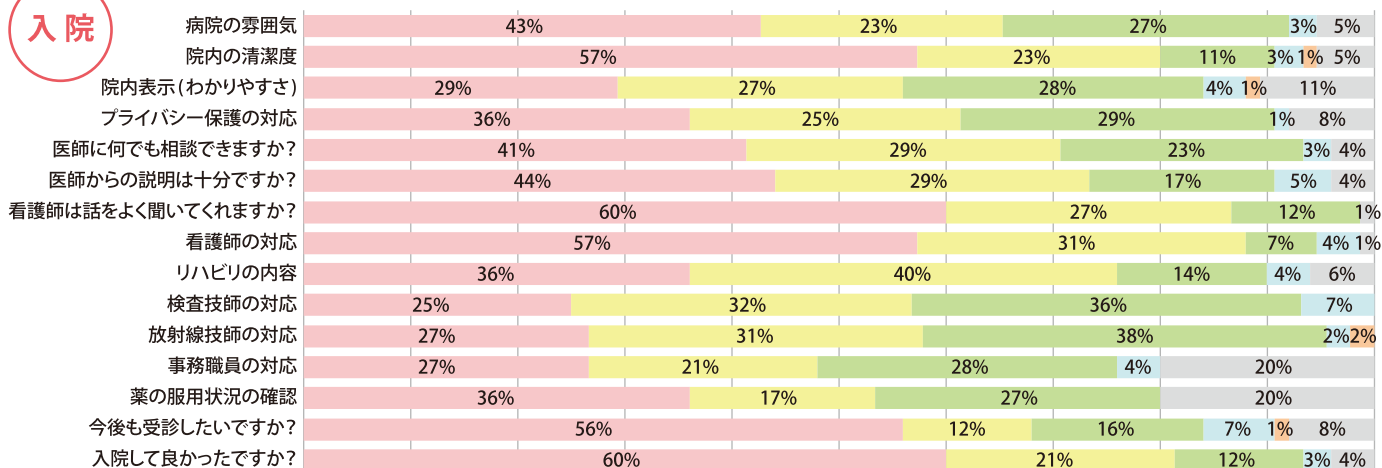
外来患者様 配布数200枚 回収数182枚(回収率95%)

入院患者様 配布数100枚 回収数75枚(回収率75%)

#### 外来



#### 入院



※ 外来および入院ともに、小数点以下を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります。

当院では患者様満足度調査を実施し、多くのご意見をいただきました。外来診療では「医師からの説明に満足」との回答が60%に達し、「わかりやすい説明」や「丁寧な対応」が評価されました。また、入院患者様からも「医師とのコミュニケーションが安心感につながる」との声が寄せられ、医師が患者様に寄り添う姿勢の重要性を再認識しました。いただいたご意見は診療やサービス向上に活用し、今後も継続的にアンケートを実施して医療の質を高めてまいります。これからも患者様に信頼される病院を目指し、努力を続けてまいります。

## \\ 新任退任医師ごあいさつ //

### 内科

令和7年4月1日 新任

橋本 悠

出身大学 信州大学  
専 門 消化器



消化管の病気（特に炎症性腸疾患）が専門です。群馬大学では炎症性腸疾患チームのリーダーとして診療に携わってきました。一人一人の生活に寄り添った診療を心掛けて参ります。

### 皮膚科

令和7年4月1日 新任

中野 瞬

出身大学 秋田大学



新たに赴任しました中野と申します。地域の皆様に寄り添った診療を心掛けて参ります。どうぞよろしくお願い致します。

### 形成外科

令和7年4月1日 新任

大谷 真佑奈

出身大学 順天堂大学



一人医長という責任の重さを実感しておりますが、前向きに取り組んで参りたいと思っています。至らない点ばかりかと思いますが、ご指導ご鞭撻の程よろしくお願い致します。

### 皮膚科

令和7年3月31日 退任

齋藤 暢胤



皆様に支えられ、充実した日々を過ごすことができました。ご指導ご支援に心より感謝申し上げます。ここで得た経験を今後の診療に活かし、さらに精進してまいります。ありがとうございました。

### 形成外科

令和7年3月31日 退任

笹又 勇人



在職中は多くの方に支えられ、貴重な経験を積むことができました。皆さまの温かいご指導とご協力に心より感謝申し上げます。今後も学びを活かし精進してまいります。ありがとうございました。

## 診療実績報告

### 外来患者数

単位：人

| 各 科       | 12月                    | 1月             | 2月             |
|-----------|------------------------|----------------|----------------|
| 内 科       | 合計 3,031<br>1日平均 126.3 | 2,840<br>123.5 | 2,486<br>113.0 |
| 外 科       | 合計 298<br>1日平均 12.4    | 264<br>11.5    | 281<br>12.8    |
| 形成外科      | 合計 511<br>1日平均 21.3    | 480<br>20.9    | 518<br>23.6    |
| 整形外科      | 合計 3,299<br>1日平均 137.5 | 3,222<br>140.1 | 3,005<br>136.6 |
| 皮 膚 科     | 合計 2,405<br>1日平均 100.2 | 2,202<br>95.7  | 2,237<br>101.7 |
| 眼 科       | 合計 282<br>1日平均 11.8    | 264<br>11.5    | 268<br>12.2    |
| 石 井 皮 膚 科 | 合計 2,167<br>1日平均 108.4 | 1,915<br>100.8 | 1,993<br>110.7 |
| 渋谷 川 院    | 合計 6,062<br>1日平均 326.3 | 5,420<br>332.8 | 5,277<br>317.1 |
| 敷島の森      | 合計 1,329<br>1日平均 66.5  | 1,330<br>59.5  | 1,199<br>66.6  |

### 入院患者数

単位：人

| 各 科   | 12月                   | 1月            | 2月            |
|-------|-----------------------|---------------|---------------|
| 内 科   | 合計 931<br>1日平均 30.0   | 1,284<br>41.4 | 947<br>33.9   |
| 外 科   | 合計 20<br>1日平均 0.7     | 17<br>0.6     | 19<br>0.7     |
| 形成外科  | 合計 47<br>1日平均 1.5     | 29<br>0.9     | 12<br>0.4     |
| 整形外科  | 合計 2,523<br>1日平均 81.4 | 2,769<br>89.3 | 2,624<br>93.8 |
| 回復期   | 合計 1,312<br>1日平均 42.3 | 1,328<br>42.8 | 1,200<br>42.9 |
| 皮 膚 科 | 合計 52<br>1日平均 1.7     | 104<br>3.4    | 91<br>3.3     |
| 眼 科   | 合計 6<br>1日平均 0.2      | 8<br>0.3      | 8<br>0.3      |

### 年間の中央手術件数 (R6.3~R7.2)

単位：件

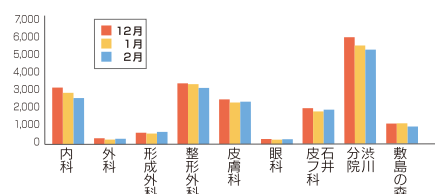
| 外 科 | 整形外科 | 形成外科 | 眼 科 | 合 計 |
|-----|------|------|-----|-----|
| 26  | 769  | 30   | 59  | 884 |

### 中央手術件数

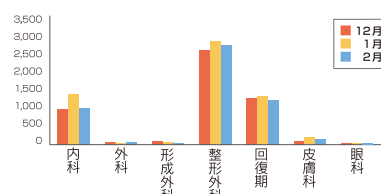
単位：件

| 各 科  | 12月 | 1月 | 2月 |
|------|-----|----|----|
| 外 科  | 2   | 3  | 2  |
| 整形外科 | 56  | 64 | 54 |
| 形成外科 | 3   | 2  | 1  |
| 眼 科  | 3   | 4  | 3  |

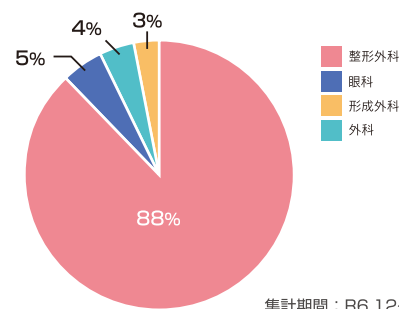
### 外来患者数



### 入院患者数



### 中央手術室 手術件数



集計期間：R6.12~R7.2

患者様やそのご家族のかたにとって  
本当に喜ばれる医療サービスをご提供します。

石井会グループ

### 医療法人石井会 石井病院

内科／呼吸器科／消化器科／循環器科／リウマチ科／外科／肛門科／形成外科／  
整形外科／皮膚科／アレルギー科／麻酔科(ペインクリニック)／眼科／リハビリテーション科

〒372-0001 伊勢崎市波志江町1152  
TEL.0270-21-3111 <https://www.ishii.or.jp/>  
【受付時間】平日8:30～12:00、13:30～17:00  
土曜日8:30～12:00、日曜日8:30～11:00  
【休診日】土曜日・日曜の午後、祝日



ホームページ



### 医療法人石井会 石井皮フ科

皮膚科／アレルギー科

〒372-0055 伊勢崎市曲輪町24-14  
TEL.0270-25-0250  
<https://www.ishii.or.jp/clinic/>



ホームページ



### 医療法人石井会 渋川伊香保分院

整形外科／皮膚科／形成外科／リハビリテーション科

〒377-0002 渋川市中村116-1  
TEL.0279-30-3111  
<http://www.shibukawaikaho.ishii.or.jp/>



ホームページ



### 医療法人石井会 敷島の森おなかのクリニック

内科／消化器内科／漢方内科

〒371-0036 前橋市敷島町240-19  
TEL.027-219-0799  
<https://shikishima-forest.ishii.or.jp/>



ホームページ



### 医療法人石井会 マリー訪問看護ステーション

訪問看護ステーション

〒372-0001 伊勢崎市波志江町1152  
TEL.0270-27-5926  
<https://www.ishii.or.jp/houmonkango/>



ホームページ

### 社会福祉法人一葉 Green Rose

特別養護老人ホーム／ショートステイ／  
デイサービス／ケアプラン

〒372-0007 伊勢崎市安堀町789-3  
TEL.0270-21-1108  
<https://hitoha.space/>



ホームページ

### 皆様からのご意見をお聞かせください

当院では患者様により安心してご利用いただける医療サービスを  
目指して、皆様からのご意見を大切にしています。ご来院時  
のスタッフの対応等についてぜひご感想をお聞かせください。



こちらから

— 石井病院 SNS —



Instagram



Facebook