

あけぼの会だより vol.28

特集

「足のだるさ、
くそれ、
下^か肢^し静^じ脈^{よう}瘤^みか
もしれません？」

あけぼの会だよりをリニューアルしました!

Instagram始めました!

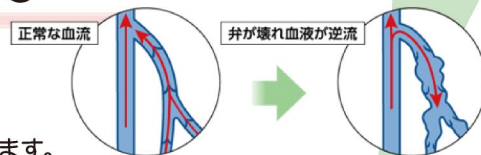


@WAKAURACHUOH

「足のだるさ、放っていませんか？」 ～それ、下肢静脈瘤かもしれません～

下肢 静脈瘤とは？

静脈には血流の逆流を防ぐ“弁”があります。
この弁が壊れて、血液が逆流・停滞することで、
血管が膨らんで見える状態を「下肢静脈瘤」といいます。
日本人のおよそ10人に1人、女性の2人に1人発症するともいわれる良性疾患です。
見た目だけでなく、足のだるさ・むくみ・こむら返り・皮膚トラブルなどの症状を伴います。



こんな症状ありませんか？

- ☐ 足がだるい・重い
- ☐ 長時間立っているとむくむ
- ☐ 夜中によく足がつる
- ☐ 青紫の血管が浮き出てきた
- ☐ 足の皮膚が茶色っぽくなった
- ☐ かゆみ・湿疹・潰瘍ができたことがある



1つでも当てはまる方は要注意です！

下肢静脈瘤の 種類



網目状静脈瘤

皮膚近くにある細い
血管が青く見える



クモの巣状静脈瘤

赤や紫の細い血管が
クモの巣のように広がる



伏在静脈瘤

皮膚の下にある太い
静脈がボコボコと浮き
出る



分岐静脈瘤

表面に小さく枝分かれ
した血管が膨らむ

下肢静脈瘤の 危険因子



- ・長時間の立ち仕事
- ・妊娠、出産
- ・加齢
- ・家族に下肢静脈瘤の人がいる
- ・肥満、運動不足

検査方法 ・視診 ・問診 ・超音波検査(エコー)

超音波検査(エコー)

血管の状態や逆流の
有無を確認します。
痛みはありません。



おもな 治療法



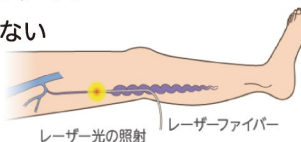
治療法	内容
圧迫療法 (弾性ストッキング)	圧力で血液の流れを補助。日常生活での基本ケア。
硬化療法(注射)	血管内に薬剤を注入し、逆流を防ぐ
高位結紮術	足の付け根で弁不全を起こしている静脈を縛り、血液の逆流を防ぐ
ストリッピング手術	皮膚を2カ所切開し、静脈内に通した専用のワイヤーと悪くなった静脈を糸で結び、一緒に引き抜き、取り去る
レーザー治療	レーザーで血管を内側から焼灼



当院では主に圧迫療法、レーザー治療を行っています。
レーザー治療では、日帰り手術、入院での手術を選択頂けます。

レーザー治療 4つのメリット

- ・細い針を刺すだけで治療ができる
- ・治療後の痛みや出血が少ない
- ・傷口が小さく、目立たない
- ・保険適用が可能





放置すると
どうなる？

放置しておくと、次のような合併症が起こることがあります。

- ・色素沈着（皮膚が茶色くなる）
- ・静脈うっ滞性皮膚炎（皮膚がかゆくなる）
- ・潰瘍（足に傷ができて治らない）
- ・血栓性静脈炎（血管に血の塊）



予防・
セルフケア

- ・弾性ストッキング着用
- ・長時間の立ちっぱなし・座りっぱなしを避ける
- ・足を心臓より高くして休む
- ・ウォーキング・足の運動を習慣にする
- ・体重管理・禁煙



当院には専門のストッキング
コンダクターがいます。
ご自分に合ったサイズ選びや、
着脱のコツなどをお教えし
ます。



下肢の血管の病気には動脈硬化により足の血管が細くなったり詰まったりして、
血流が悪くなる病気もあります。以下の症状がある場合お気軽にご相談ください。

- ・歩くとふくらはぎが痛くなる（間欠性跛行）
- ・足が冷たい、しびれる
- ・傷が治りにくい
- ・安静時にも痛みがある

せん
せい

ちょっといいですか？

心臓血管外科 遠藤 仁院長



Q

ご自身が大切にされている「診療の目線・心がけ」などがあれば教えてください。

A

患者さんに寄り添った医療の提供を第一に心がけています。当院には様々な診療科があります。何か症状を抱えて受診された患者さんに対して当院でできることを考え、病院全体で連携して診察させていただけるように努めています。

Q

お休みの日はどのように過ごされていますか？趣味やリフレッシュ方法などあれば教えてください。

A

11歳、3歳、2歳の子供たちと過ごしています。
家族との時間が一番リラックスできて、リフレッシュできます。
子育ては大変ですが、今しかないかわいい時期を堪能しています。



Q

下肢静脈瘤や血管の不調でお悩みの方へ、ひと言メッセージをお願いします。

A

足のむくみ、だるさなど静脈瘤がはっきりしない方でも
「隠れ静脈瘤」の方も多いです。気になる症状がありましたら、何でもお声がけください。



あけぼの会では多くの専門職員が働いています。
今回は外来看護師と医師事務作業補助者
(医療クラーク)のお仕事を紹介します♪
ある日の1日に密着してみましょう。



外来看護師

当院には、内科、整形外科、小児科、泌尿器科、眼科、救急・・・など診療科がたくさんあります。看護師はそれぞれの担当科にわかれ、診察がスムーズにすすむようにサポートしています。その仕事内容は多岐にわたりますが、様々な知識や経験をもとに、チームワークを活かして、患者様に寄り添った看護を提供できるように努力しています。



8:00～ 出勤

8:25～ 朝礼 今日の予定や担当の確認、情報共有を行います。

9:00～ 診察スタート

問診や検温・血圧測定、採血や処置、患者様への説明・指導などを行います。
外来診察と並行して、化学療法や救急患者さんの対応も行っています。



12:00～ 休憩 外来業務に差し支えないように交代で休憩に入ります。

13:00～ 清掃、午後からの診察準備

13:30～ 午後の診察スタート

午前と同様に診察介助につきます。採血や大腸カメラ検査後のお迎え、救急患者さんの対応など午後からも慌ただしく動いています。



16:00～ 救急カート点検
薬品チェック・物品補充
翌日の予約・検査の確認・準備

17:00～ 業務終了、夜間診療スタート
本日の日勤業務は終了です。
当番で夜間診療補助にあたります。

19:00 夜間診療終了



おつかれさまでした!

医師事務作業補助者 (医師クラーク)



医療クラークとは、医師が行う事務的作業を代行に行うスタッフのことです。事務的な仕事をこなしながら医師や看護師のサポートを行う秘書のような存在です。医師の負担が軽減されることで、診療業務が円滑に行われ、患者サービスの向上につながります。いわば、縁の下の力持ちです。



8:00

8:00～ 出勤

8:30～ 朝礼 当日の業務内容確認、前日の書類の確認を行います。

9:00～ 診察スタート

医師の横で、電子カルテの入力、検査オーダーや紹介状の作成などを行います。

9:00

10:00

11:00

12:00

12:30～ 休憩 午前の忙しい診察が終了すれば昼休憩でリフレッシュ♪

13:00

13:30～ 午前中の外来カルテの見直し

午前中のカルテに記録の間違いや次回の検査オーダーが抜けていないかなど確認し、次回の診察にスムーズにつながるよう見直します。

14:00

14:00～ 午後の診察スタート

15:00

15:30～ 午後のカルテの見直し、書類業務

午前と同様にカルテをチェックしたり、書類作成を行います。多い時には1日60件ほどの書類を処理します。

16:00

17:00

17:00 業務終了

翌日の業務確認をして、1日の業務終了です。



QUESTION!



働くスタッフへ質問

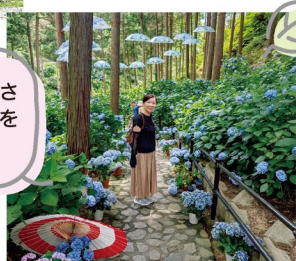
Q 休日の過ごし方を教えてください！

A 外来師長さんの場合。。。♡



外来主任さんと、救馬溪観音(すくまだにかんのん)へあじさい鑑賞に行ってきました。

1万株の色とりどりのあじさいの美しさに、日頃の疲れを癒されてきました♪



A クラークさんの場合。。。♡



家族・友人と旅行やライブへ行きリフレッシュしています♪



愛犬シエルとカフェへ行きます。その愛くるしさにとっても癒されています♡



美容皮膚科からのお知らせ

近日
開設予定



美容皮膚科 遠藤 未希

この度、和歌浦中央病院で美容皮膚科部門を開設することになりました。皮膚科専門医の遠藤未希です。私は、これまで東京の大学病院にて皮膚科専門医として主に保険診療に従事し、アトピー性皮膚炎や蕁麻疹、ヘルペスなど日常的によくみる皮膚科疾患の治療に携わって参りました。5年ほど前に関西へ転居した後は、兵庫県や大阪府の美容クリニックに勤務し、最先端の美容医療を学んでまいりました。

日々の診療の中で、ニキビやイボ、シミなどをはじめ保険診療では治療に限界を感じるものもあり、美容医療ならば解決できる症例も数多く経験し、美容医療の魅力を感じております。

を感じております。

昨今、和歌山県内にも美容医療を受けられるクリニックが増えてきていますが、まだまだ都心部に比べると発展途上です。

そこで、皮膚科専門医としての知識と経験を活かし、正しい診断に基づいて適切な美容医療を提供できる場所をここ和歌山にも作りたいと思い、美容皮膚科部門を開設することを決意しました。

シミや赤ら顔、毛穴、肌質改善などあらゆるお悩みを改善するIPL光治療器(フォトフェイシャル®)や、肌の状態をより詳細に評価し、治療効果などを時系列で比較することのできる肌診断機、イボやホクロなどを出血を最小限に、傷跡を目立たないように切除する炭酸ガスレーザー、イオン導入/超音波導入によるメディカルエステの他、美容内服・点滴、ピーリング、ボトックス、ドクターズコスメ、ピアスの穴あけなどを導入予定です。

和歌浦中央病院では現在、和歌山県立医大皮膚科の神人正寿教授、辻岡馨先生をはじめ、ご高明な皮膚科専門医の先生方が診療に従事して下さっております。先生方とも連携を取り、安心安全の美容医療を提供したいと思っております。

私が大切にしているのは、美しく歳を重ねるためのアンチエイジングです。年齢問わず、どんなお悩みでも構いませんので、まずはお気軽にご相談ください。

美容皮膚科は完全予約制です。準備が整いましたらホームページ等でお知らせします。



和歌浦中央病院 外来診療担当医師案内

受付時間

午前/8:30~11:30 夜間/16:30~18:30
午後/（眼科）13:30~15:30（乳癌）午前/9:00~11:30 午後/13:00~16:30

令和7年9月現在

区 分		月	火	水	木	金	土
内 科	午前一診 (9:00~)	※西 口 毅	※山 本 秀 之	※武内 真知子	※太 田 明 廣	※濱 西 徹	太 田 医 大 (第2・4) (第1・3・5)
	午前二診 (9:00~)	※遠 藤 仁	※井 畑 淳 子	※小 川 洋 司	※川 口 素 世	※山 本 好 信	
	夜間診療 (17:00~)	太 田 明 廣	山 本 直 之	濱 西 徹	西 口 毅	遠 藤 仁	
糖尿病専門外来	午前診療 (9:00~)		※井 畑 淳 子	※濱 西 徹		※濱 西 徹	
血 管 外 科	午前診療 (10:00~)				遠 藤 仁		
	午後診療 (13:00~)			手 術 日			
外 科	午前診療 (9:00~)	★山 本 直 之					
整 形 外 科	午前診療 (9:00~)	山 本 剛 史	下 薗 英 史	山 本 剛 史	※医 大	山 本 剛 史	山 本 西 (第1・3・5) (第2・4)
	夜間診療 (17:00~)		山 本 剛 史				
泌 尿 器 科	午前診療 (9:00~)		吉 田 利 彦	吉 田 利 彦	吉 田 利 彦	吉 田 利 彦	
眼 科	午前診療 (9:00~)	二出川 裕 香	二出川 裕 香	二出川 裕 香	住 岡 孝 吉	二出川 裕 香	維 賀 司 珠 也 田 中 才 一
	午後診療 (14:00~)		■住 岡 孝 吉 岩 西 宏 樹		手 術 日	安 田 慎 吾 ^{注①} 二出川 裕 香 ^{注②}	
乳 腺 外 科	午前診療 (9:30~)	※西 口 春 香	※西 口 春 香				
	午後診療 (14:00~)		※尾 浦 正 二				
リンパ浮腫外来	午前診療 (9:30~)					※西 口 春 香	
皮 膚 科	午前診療 (9:00~) (受付は 11:00 まで)	辻 岡 馨 (受付 11:30 まで)	医 大		神 人 正 寿		医 大 (第2・4)
血 液 内 科	午前診療 (9:00~)					※医 大	
脳 神 経 内 科	午前診療 (9:00~)		※医 大				
	午後診療 (13:00~)					※医 大	

〔検査案内〕胃(内視鏡) 月~金、大腸(内視鏡) 火・木、腹部エコー 月~金、心エコー 月・火・木

「※」印は基本的に予約制のため、予約優先となります。「★」印の診療時間は上記のようになっておりますが随時診療可能ですのでお気軽にご相談ください。眼科火曜日 午後診療は黄斑外来。

「■」印の診療は第1・2・4・5住岡医師、第3岩西医師。「注①」印は黄斑外来。「注②」印はコンタクトレンズ外来、第3のみ義眼外来。

血 液 透 析	午前診療 (8:00~)	○	○	○	○	○	○
	午後診療 (14:00~)	○		○		○	

小児科診療受付時間

担当医師/吉益 哲
【日本小児科学会専門医】



診療受付時間

	月	火	水	木	金	土
8:30~11:30	○	○	○	○	○	○
15:00~16:00 ^{・予防接種 (要予約)}	○	○		○	○	
16:30~18:30	○	○		○	○	

医療法人 曙会 施設一覧

医療法人 曙会 和歌浦中央病院

〒641-0054
和歌山市塩屋6丁目2番70号
Tel:073-444-1600 Fax:073-441-3101
Mail:jimukyoku@wachuohp.or.jp



和歌山バスで

J R 和 歌 山 駅 発 ●医大病院行き(雄松町三丁目経由)乗車→和歌浦中央病院前下車：徒歩 1 分

南海和歌山市駅発 ●医大病院行き または 和歌浦口行き

(ブラクリ丁・屋形町/本町二丁目・JR 和歌山駅経由)乗車 →和歌浦中央病院前下車：徒歩 1 分
●海南駅前行き または マリーナシティ・海南駅前行き(城北橋経由)乗車→津屋下車：徒歩 10 分



タクシーで JR和歌山駅・南海和歌山市駅から約15分



和歌浦中央病院

検索

グループ施設



GoogleマップQR▶

介護老人保健施設 和歌川苑

〔Tel〕 073-446-2400 〔Fax〕 073-446-5100

〔住所〕 〒641-0055
和歌山市和歌川町 5-44



訪問看護ステーション コスモス

〔Tel〕 073-448-2125 〔Fax〕 073-441-3105

〔住所〕 〒641-0054
和歌山市塩屋6-2-70



指定居宅介護支援事業所 たんぽぽ

〔Tel〕 073-448-6022 〔Fax〕 073-448-5258

〔住所〕 〒641-0054
和歌山市塩屋6-2-70



サービス付き高齢者向け住宅 あけぼの

〔Tel〕 073-444-2800 〔Fax〕 073-444-3015

〔住所〕 〒641-0055
和歌山市和歌川町3-1



■ 編集発行 曙会広報委員会 お問い合わせ先 073-444-1600