

松田病院 広報誌 エバーグリーン・ライフ

*Evergreen Life*

2023 SPRING

季刊 (第37号)

令和 5年 4月 1日発行

FREE ご自由にお持ちください



Mission (基本理念)

松田会は、なによりも患者さま・利用者さまに心の豊かさを感じていただくことを大切に、患者さま・利用者さまが安心して尊厳ある人生を送ることが出来るよう、優れた医療・福祉サービスを提供する使命があると考えています。

エバーグリーン・ヴィレッジ 小規模多機能居宅介護 開設



を信じ、諦めないで支えさせていただき、一緒に幸せな生活に寄り添わせていただきたいと思います。

ご利用風景



行事食

土用丑の日

新規開設

令和5年4月1日「エバーグリーン・ヴィレッジ小規模多機能居宅介護」を開設いたします。

また、同一敷地内には昨年10月1日に「エバーグリーン・ヴィレッジ居宅支援事業所」を開設しており、在宅支援を行っております。

「エバーグリーン・ヴィレッジ小規模多機能」とは

当法人は、寺岡地区に1989年に「寺岡クリニック」が開業、2018年には、医療と介護の連携が強化された「寺岡クリニック看護小規模多機能」、介護予防を目的とした「寺岡クリニックリハプラザ」が開設されております。

そしてこの度、住み慣れた大切な場所で大切な方と共に、自分らしい生活を送り続けるための基盤となれる場にしたいという想いで「エバーグリーン・ヴィレッジ小規模多機能」を開設いたしました。

「エバーグリーン・ヴィレッジ小規模多機能」ではお一人おひとりの自分らしい生活を送り続けられるよう、心の通える仲間、温かいスタッフとの繋がりの中で、誰もが安心した気持ちで暮らせる場のお手伝いをしていきます。

管理者紹介

支援が必要になった時でも「〇〇に行きたい」、「〇〇をやりたい」など諦める必要はありません。お一人おひとりの人生の主演はご本人様です。

私たちはご本人様がお持ちの可能性



奥山和樹

「寺岡クリニック看護小規模多機能」、「松田病院看護小規模多機能」で好評頂いているお食事の提供をいたします。

季節や行事に合わせたメニューや郷土料理もあり「初めて食べました!」「食事を楽しみにしているの!」など嬉しい声も頂いております。



通所サービスご利用の際は職員が送迎を行います。



季節に合わせた行事を行います。春に定義山までお花見に行った写真です。



ご利用者様の能力やお好きなことに合わせた体操や手作業活動も行っています。

隣接している居宅支援事業所をはじめ、松田会内の事業所が密に連携を図っています。小規模多機能以外のことでもお気軽にご相談ください。

小規模多機能居宅介護（以下、小多機）の特徴

小多機の特徴は、地域密着型通所介護サービス（通いサービス利用定員が18名以下）、訪問介護（ホームヘルプ）、短期入所生活介護（ショートステイ9床）の3つのサービスを1つの事業所・同じ職員で提供できる事業所となっております。

また、小多機に登録いただける方は29名までとなっており、大人数の場所や賑やかな場所はちょっと苦手、人と馴染むのが苦手という方でも安心してご利用いただけます。

小多機には介護支援専門員（ケアマネージャー）が常駐しておりますので、その時の状態に合わせて臨機応変に柔軟にサービスを組み合わせ在宅での生活を継続するプランを立案できます。

また、ケアプランの作成から、通い・訪問・泊りのサービスまで一つの事業所で行うことができるので、顔なじみの関係性が構築しやすく、安心して切れ目のないお一人おひとりに合わせたサービスを提供することができます。

基本料金

利用料は1か月単位となっております。定額制です。

介護認定区分	介護保険費用	1割負担の場合
要支援1	35,514円	3,552円
要支援2	71,772円	7,178円
要介護1	107,669円	10,767円
要介護2	158,234円	15,824円
要介護3	230,183円	23,019円
要介護4	254,045円	25,405円
要介護5	280,118円	28,012円


上記の内容以外に、ご利用状況に合わせて各種加算・自費請求の料金が発生する場合がございます。2割負担、3割負担の方は料金が異なりますので、詳しくはお問い合わせください。

どのような方が利用可能か

※利用例


ご利用者様：85歳女性、心不全、高血圧症。
要介護4。
86歳の旦那様と二人暮らし。

通い




【通所介護サービス】
食事・入浴・体操を提供致します。

泊り

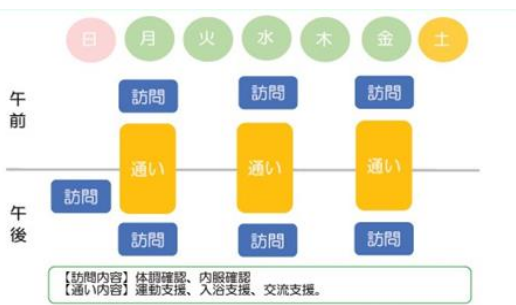


【ショートステイ】
ご希望に合わせた日程でご利用できます。

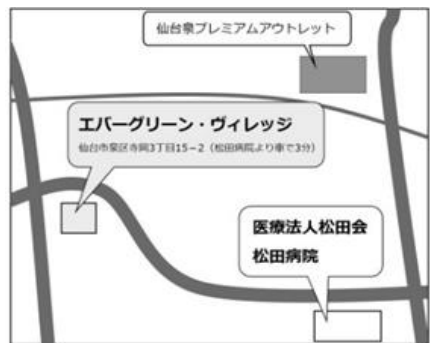
訪問



【訪問介護サービス】
自宅でも介護サービスを提供致します。



老夫婦や一人暮らしの方でも、お一人おひとりのニーズに合わせサービスの提供ができます。心配なこと、不安なこと、お気軽にご相談ください。



ご利用対象者

- ・ 仙台市に住所がある
- ・ 要介護認定を受けている方（要支援1・2、要介護1～5）
- ・ 原則65歳以上

電話：022-346-8523
FAX：022-346-8528
担当：奥山（管理者）、佐藤

相談窓口のご案内

どこに相談したらいいか
わからない…そんな時に

医療法人松田会 医療と介護のコンシェルジュ

担当者がお話を伺い、よりよい生活のために
一緒に考え、お手伝いさせていただきます。



介護保険って、どんなことができるのだろう？



リハビリをして元気に過ごすにはどうしたらいい？



最近、物忘れが増えているような気がして、不安。。



病気で体が不自由になってしまった。これからどうしよう..

- お電話でのご相談、対面でのご相談、いずれも承ります。
- 当法人の個人情報保護規定に基づき、ご相談いただいた内容、秘密は固くお守りいたします。

直通電話 022-378-6123
(月～金 9:00-17:00)

ご相談は無料です

リハビリテーション部 連載企画 第32回

回復期心臓リハビリテーション

～多職種で自宅退院や復職をサポート～

リハビリテーション部
理学療法士 鈴木 勝也

はじめに

心臓リハビリテーションといった言葉をご存じでしょうか。初めて聞く方もいるかもしれません。心臓リハビリテーション(心臓リハビリ)とは「心臓病の患者さんが、体力の回復や自信を取り戻し、快適な家庭生活や社会生活へ復帰を目指して行なう総合的活動プログラム」のことです。心臓“リハビリ”と聞くと運動するイメージが強いかもしれませんがそれだけではありません。心臓病の再発予防に向けた食事指導、服薬指導なども含まれます。そのため多職種(医師、看護師、リハビリ、管理栄養士、薬剤師、医療福祉相談員)との連携を図りながら医療サービスを提供します。

回復期心臓リハビリとは？

心臓手術後に自宅や職場など、社会復帰を目標に行なう心臓リハビリです。心不全、心筋梗塞、狭心症、心臓手術後などの患者さんは、心臓の働きが低下し、病気のため安静生活を続けたことによって運動能力や体の働きも低下しています。そのため退院したからと言ってそれまでの生活にすぐ戻れるかと言ったらそうではありません。回復期心臓リハビリによる適切な運動と食事や服薬管理などを身につけ家庭生活や社会復帰に向けた支援をします。

回復期心臓リハビリでは何をやるの？

回復期心臓リハビリの目標は3つあります。

1つ目は日常生活動作や職業動作の獲得です。

日常生活動作と言っても歩くことだけではなく、家事や洗濯、入浴など具体的な動作の獲得に向け練習を行ないます。また職業復帰を目指す際は、職業動作の確認や練習、徒歩通勤が必要な場合はその距離がしっかりと移動できるかどうか実際に練習を行ないます。

これらの動作をただ練習するのではなく血圧や心拍数、息切れの程度など様々な指標をもとに、心臓へ過度な負担になりすぎないように考慮し獲得を目指します。

2つ目は体力の改善を図ります。

急性期治療で低下した体力の回復を図るため有酸素運動と筋力運動などを組み合わせ行ないます。

しかし、やみくにも行えば良いわけではありません。患者さんの状態に応じて適切な心拍数と運動の強さを求め処方します。

3つ目は自己管理の獲得です。

再発予防に向け、退院後は自己管理が大切になります。自宅生活を送っていく中で、心臓への負担になっていないか、日々の体重や血圧、薬や食事の管理が重要です。

これらの管理がしっかりと出来るように入院中より各専門職が指導していきます。

松田病院における回復期心臓リハビリについて

当院の心臓リハビリは急性期、外来のみで実施となっていました。昨年4年4月1日より診療報酬の改定に伴い、回復期病棟でも心臓リハビリが可能となりました。

循環器疾患の専門資格である心不全療養指導士、心臓リハビリテーション指導士、循環器病予防療養指導士がおり、多職種連携のもと患者さんの身体状況が改善するよう支援しています。

定期的な心臓リハビリカンファレンスでは以下の職種で行っています。医師は主に病態管理、看護師は血圧や体重の過度な増減がないか、リハビリでは今後獲得を見込める動作について、管理栄養士より活動量に見合った食事量がとれているか、薬剤師からは急性期から続くポリファーマシー(多くの薬を服用することによって副作用などの有害事象をおこすこと)がないか、相談員より利用可能な社会福祉サービスの有無の提案など、各専門職で協議しています。

リスク管理の一環として、BLS(1次救命処置)インストラクターの指導のもと、回復期病棟内全スタッフを対象に訓練を行い、急変時にも対応できるよう取り組んでいます。

回復期リハビリテーション室にはドライブシミュレータやロボットスーツがあり、必要に応じて心臓リハビリと併用することで効果的な運動や、社会復帰に向けた練習を行うことも可能となっています。

また、当院には心肺運動負荷試験(CPX)機器があります。CPXを行なうことで、体力を正確に求めることができますので、安全で効果的な運動が可能で

す。現在は感染対策により、外来患者さんのみの測定となっていますが、今後は入院患者さんでも測定できるようにし、効果的な運動療法が提供できるように目指したいと考えております。

図1.多職種カンファレンスの開催



定期的に開催し、患者さんの状態把握と各専門職から見た情報について共有します。

図2.急変時対応訓練の様子



急変対応ができるように、BLS（一次救命処置）インストラクター指導のもと、回復期スタッフを対象に急変時対応の確認を行なっています。

事例

Aさま 60歳代男性。他院にて心臓を手術後、回復期心臓リハビリを目的に当院に転院されました。目標は自宅復帰でしたが、転院時は疲れやすく歩行器を使用し約20mの歩行が精一杯でした。

当院回復期病棟での心臓リハビリは3回/日行なっています。他院では1回/日だったため、回数が増えることで心臓に負担とならないか、毎日の体重や心電図をチェックしながら運動療法を行ないました。退院時には入院前同様に独歩が可能となり、連続歩行距離は約500mまで向上しました。

体力改善に伴い復職も視野に入れることが出来たため、ドライブシミュレータを使用した訓練も実施しました。

一方で脳梗塞の合併症のため文字を判読するのが一時的に困難となっており、薬の管理に難渋しました。そのため薬剤師と連携し、視認しやすいよう薬袋に特徴をつけるといった工夫を行い自己管理が可能となりました。

再発予防に向け、管理栄養士から塩分表を基にした食事指導を行ない、毎日の血圧と体重計測が習慣化できるように看護師からの指導も行ないました。これらの結果、心臓病による症状の悪化なく無事に自宅退院を獲得することができました。

図3.ドライブシミュレータ訓練の様子



おわりに

回復期心臓リハビリでは、心臓の負担とならないように退院後の生活を見据えた動作の練習や運動の指導、食事管理や服薬などの指導を行ないます。

また、多職種と連携して家庭生活や社会復帰に向け患者さんを支援してまいります。

松田会リハビリテーション部は、地域の皆様がつまでも自分らしく、元気に暮らしていくためのサポートができればと考えております。回復期心臓リハビリテーションについて何か気になる事がありましたら、お気軽にお声掛けください。

医療法人松田会 松田病院 概要



【診療科目】

整形外科、形成外科、内科、消化器内科、内視鏡内科、循環器内科、脳神経内科、脳神経外科、皮膚科
小児皮膚科、耳鼻いんこう科、リウマチ科、麻酔科
泌尿器科、眼科、リハビリテーション科
美容外科、美容皮膚科
歯科、歯科口腔外科、矯正歯科

【郵便番号・住所】

〒981-3217
宮城県仙台市泉区実沢字立田屋敷17-1

【電話番号】

022 (378) 5666

栄養課より



松田病院 栄養課

知っておきたい！食物アレルギー

食物アレルギーは近年、小児のみならず成人でも注目されており、誰にでも起こりうる可能性があります。食べることができたものでも、何かのきっかけでアレルギーを発症することがあります。

食物アレルギーとは、食べ物によって起こる体によくない反応

食物アレルギーとは、特定の食べ物に含まれるアレルゲン（アレルギーの原因となる物質。主にたんぱく質）に免疫機能が過剰に反応してしまい、体に様々な症状を起こすこと。『免疫』は体にとって害になるものを排除する働きです。

通常は体の栄養源となる食べ物が消化、吸収されても反応しません。しかし、免疫機能や消化吸収機能に問題があると食べた物を害があるものと判断し、排除するため多くの症状が起こります

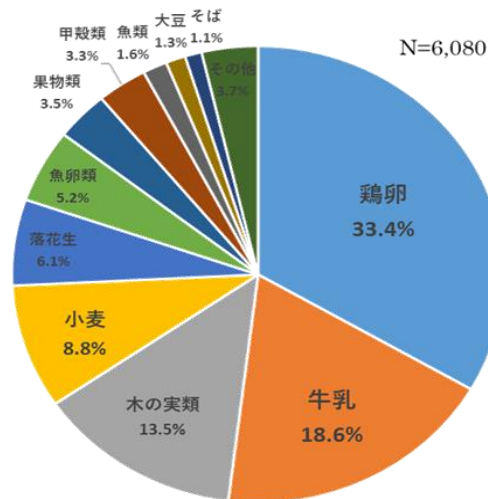
なお、食物アレルゲンは口から摂るだけではなく、吸入や皮膚接触、注射などの経路からも体に入ることがあり、いずれの経路でもアレルギー症状が生じた場合は、食物アレルギーといえます。

食物アレルギーの原因食物 トップ3は「鶏卵」「牛乳」「木の実類」

長年、鶏卵・牛乳・小麦が食物アレルギーの原因として知られてきましたが、2020年の調査で木の実類が小麦を抜いて発症数3位になりました。2025年からは「くるみ」がアレルギー食品表示が義務化されます。



R3年度即時型症例の原因食物の内訳 →



出典：令和3年度食物アレルギーに関連する食品表示に関する調査研究事業報告書

どんな症状が起こるのか

《目・口・鼻の症状》

- ・目のかゆみや充血、まぶたの腫れ
- ・くしゃみ、鼻水、鼻づまり
- ・口の中の違和感、唇の腫れ

《呼吸の症状》

- ・声がかすれる
- ・犬がほえるような咳
- ・喉や胸がしめつけられる
- ・息がしにくい
(ゼーゼー、ヒューヒュー)

《皮膚や消化器の症状》

- ・かゆみ、蕁麻疹、腫れる（むくむ）
- ・腹痛、吐き気・嘔吐、下痢

《全身の症状》

- ・意識がない、ぐったりしている
- ・尿や便を漏らす
- ・脈が触れにくい・唇や爪の色が青白い

**食べ物＋運動で引き起こされるアレルギー
食物依存性運動誘発アナフィラキシーをご存知でしょうか？**

- 特定の食べ物を食べてから、2時間以内（大部分）に運動すると症状が現れ、入浴でも起こることがあります。特定の食べ物を食べただけでは起こらないというのが特徴です。
- 症状が引き起こされる運動は人によって異なります。学校では昼食後の休み時間や、昼食後の体育の時間、運動系（球技やランニングなど）の部活の時間に起きやすいですが、散歩や入浴で発症した例も見られています。
- 原因となる食物は「小麦（60%）」「甲殻類（30%）」「果物」が多いです。
- 初めての発症は10－20代に多く、特に男子に多く見られます。中学生の6000人に1人の頻度で発症頻度で発症するといわれています。
- 疲労や寝不足、ストレスなどが症状を誘発することもあります（表1参照）
- 症状は全身の蕁麻疹や喘息様の症状、嘔吐や下痢などで、その半数以上がショック症状（意識障害・血圧低下）を起こします。症状が起きてしまったら、迷わず救急車を呼びましょう。



食物依存性運動誘発アナフィラキシーを誘発させる主な事柄

・全身状態	疲労、寝不足、感冒
・自律神経	ストレス
・女性ホルモン	月経前状態
・気象条件	高温、寒冷、湿度
・薬剤	NSAIDs(アスピリンなど)
・その他	アルコール摂取、入浴、花粉飛散時期

・食物依存性運動誘発アナフィラキシーは、今のところ薬での予防ができません。食後に運動をして症状が出た場合は、早急に専門医のいる医療機関を受診しましょう。再発の予防が特に大切です。

← 表1：食物アレルギー診療ガイドラインより

食物依存性運動誘発アナフィラキシーかなと思ったら

- 症状が出た場合は、早めに受診して治療を受ける
- 原因と考えられる食物を摂取しないようにする
- 食事摂取直後、特に2～4時間以内の運動を避ける
- 運動中に熱感、皮膚掻痒感、紅斑、じん麻疹などの初期症状が起きた場合は直ちに運動をやめて安静

食物アレルギー治療の基本は除去

- 食物アレルギーの治療の基本は原因となる食物を摂取しないようにする除去食ですが、その除去は必要最低限にすることが重要です。検査、診断によってアレルゲンを確実に突き止め、食べられる範囲は医師が判断します。少しでも体の不調がありましたら、アレルギー専門医にご相談下さい。

矯正歯科のご紹介

松田病院の歯科では「矯正歯科」を開設しております。料金は自費（保険外診療）となります。

■矯正歯科 診療日

・毎月 第1土曜

10:00~12:30、13:30~17:00

松田病院 歯科は「予約制」です。
ご予約の際は、下記までご連絡ください。

医療法人松田会 松田病院 歯科
受付専用番号：022 (378) 3133

矯正歯科治療とは、歯並びやかみ合わせを正しくする歯科治療のことです。美しい歯並びや口元を作ること
はもちろんですが、治療を行うことで顎口腔機能の回復や虫歯・歯周病予防など健康面への効果もあります。

【歯並びが悪いことによる悪影響】

- ・歯ブラシが届きにくく虫歯や歯周病になりやすい。
- ・発音に影響を起すことがある。
- ・食べ物をしっかり噛んで飲み込むことができないため、消化不良などの原因にもなる。
- ・顎の関節や筋肉への負担が大きくなり「顎関節症」が引き起こされるリスクがある。
また、顎の成長が悪くなる場合がある。
- ・悪い歯並びで外見にコンプレックスを持ち、心理的に悪い影響を与える場合がある。



クリーニング



ニューヤマザキデイリーストア 併設
ホワイト急便 寺岡一丁目店

[営業時間] 9:00~19:00

[休日] 日曜・祝日

[電話] 022-342-6810

【屋外からのアクセス】



コンビニ東側ガラスドアを開け、直進

【コンビニ店内からのアクセス】



コンビニ店内の自動ドアを入れて右側

SALE

毎月3の付く日は3点デー

毎月 3日 13日 23日 30日 31日

ドライ品 3点 1000円（一部商品は除きます）

※3の付く日が休日の場合は翌営業日となります。

医療費後払いサービスのご案内

松田病院「医療費後払いサービス」のご案内

会計待ち時間が「0分」になります
院内滞在時間が短くなり感染対策にも有効です

待たずにラクへだ

診察が終わったら少しでも早く帰りたい…
「待たずにラクへだ」は、医療費を後払いにすることで、
会計を待たずにすぐにお帰りいただけるサービスです。

登録 & 利用料 無料

**登録
ラクへだ**

下記ご利用登録
サイトで、診察券番号や
お手持ちのクレジットカード
情報を登録するだけ。
(初回のみ)

**通院
ラクへだ**

会計待ちがないので、
お身体への負担や、
付き添いの方の
待ち時間も軽減。

**支払い
ラクへだ**

かかった医療費は
後日メールでお知らせ。
お支払いは
クレジットカードで安心。

VISA mastercard JCB AMERICAN EXPRESS Diners Club

本サービスのご利用には事前登録(無料)が必要です。

診察前のご登録で、本日の会計からご利用いただけます。



待たずにラクへだ ご利用登録サイト

<https://s3.medicalpay.jp/matsuda/new/>

※ご登録から完了まで、安全のためご自身の顔認証環境に切り替えてください(wi-fiオフ等)



スマホのカメラで
読み込んで登録

耳鼻いんこう科のご紹介

松田病院では「耳鼻いんこう科」を開設しております。
月曜～土曜の午前中に診察しております。どうぞ宜しくお願いいたします。

■「土曜の受付時間」のみ「12時まで」です。
月曜～金曜の受付時間は、11時30分までです。
ご理解ご協力を宜しくお願い致します。

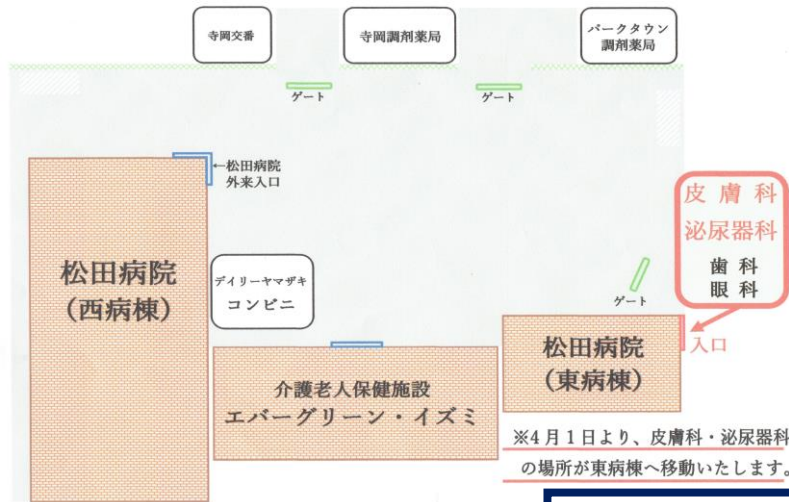
「耳鼻咽喉科は、人間が生きていくために大切な機能を扱う専門家です。
聴覚・嗅覚・味覚・平衡感覚などを扱う感覚器のエキスパートであると
同時に、摂食嚥下・音声言語・呼吸などの機能と、それに必要な口腔・
咽頭・喉頭・鼻腔の専門的診察を行うことができます。」



日本耳鼻咽喉科学会 ホームページ 一般の皆さんへ <http://www.jibika.or.jp/citizens/index.html>

「皮膚科」「泌尿器科」「歯科」「眼科」外来について

- 上記診療科目の外来は、東病棟1階にございます。
どうぞ宜しくお願いいたします。



「歯科」「眼科」の奥に進むと
「皮膚科」「泌尿器科」です。

コンビニエンスストア



ニューヤマザキデイリーストア 松田病院店
営業時間 7:00~20:00



ご利用の際、駐車券の無料処理を店内で可能です。

おにぎり、お弁当、パン、雑誌など、幅広い商品を用意しております。
イートインコーナー（店内購入品を、店内で飲食できる場所）もございます。
ガーゼ・包帯など、業務用の医療材料も1個ずつ販売しております。



銀行ATM (コンビニエンスストア内)

- 銀行ATMを設置しています。

- 全国の銀行はもちろん、ゆうちょ銀行、ネット銀行、信用金庫やクレジットカードもお使いいただけます。



公共料金取扱い、クレジットカード・ID/Edy/Suica 使えます、ATM、クリーニング（ホワイト急便）取扱い

ニューヤマザキデイリーストア 松田病院店 宮城県仙台市泉区実沢字立田屋敷17-1(松田病院内) 電話：022-377-8011

健康管理室より



松田病院 健康管理室

春のスギ・ヒノキ花粉対策

飛び始め予想

2023年2月初旬には九州全域、中国・四国・近畿・東海・関東、2月下旬には東北南部までの地域でスギ花粉が飛散開始となりました。

3月からは気温が高い日が続く予想で飛散地域が東北北部まで拡大し、宮城県では3月にスギ花粉のピークを、4月からはヒノキ花粉も加わり、5月中旬まで花粉対策が必要といわれています。

※飛散量表示（ダーラム法：個/㎥・日）

少ないとは1～9個、やや多い10～29個、多い30～49個、非常に多い50～99個、極めて多い100個以上の花粉が確認されたことを表します。

※東京での計測例：1日の花粉飛散量が極めて多くなる時間は、11～14時と17～19時。飛散量が99個以下になる時間帯は20時～翌朝8時くらい。

花粉症とは

植物の花粉が目や鼻などの粘膜に接触することによっておこる「体の防御反応」アレルギー症状。

一年中、植物の花粉は飛散していますが、特に春のスギ花粉とヒノキ花粉の飛散時期にアレルギー症状を訴える人は日本で3000万人とも言われています。

花粉症の症状とは

くしゃみ、鼻水・鼻詰まり、目のかゆみ、のどのかゆみや痛み、倦怠感、食欲低下、頭痛、眠気・睡眠障害など。

花粉症の治療

耳鼻咽喉科、眼科、アレルギー科などで治療となります。我慢して、何か月も過ごすことは身体・精神的なストレスを自らに与え続けることとなりますので、診察を速やかに受けましょう。

外出時にお勧めな花粉対策

- ・メガネの使用：通常のメガネでも約40%減。カバー付きメガネなら約65%減。
- ・マスクの使用：約30%減。更にインナーマスクをすると効果的です。
- ・衣服は綿や化繊など凹凸の少ない素材の衣類で、花粉の付着を抑えます。



家の中に極力花粉を入れない対策

- ・花粉が家の中への侵入する経路は、窓・換気で約60%、外に干した洗濯物や布団で約37%、帰宅時に衣服や髪から約3%との結果があります。
- ・外に干した洗濯物や布団は、よく花粉を振り払ってから取り込みましょう。
- ・外から帰宅する場合には、玄関に入る前に頭・髪の毛、体・上着、スボンなど花粉を払ってから玄関の中に入りましょう。

松田病院 来院時のお願い

厚生労働省から、令和5年3月13日以降も 医療機関や高齢者施設でのマスク着用が推奨されています。感染対策にご協力ください。

美容外科より

春のおすすめをご紹介します。

V フェイシャル

血管内の血液がVビームのレーザーを吸収し、血管周囲に熱を放散します。

それにより血管周辺組織の繊維芽細胞が活性化され、お肌のコラーゲン、エラスチンが増生し、しわ・ニキビ跡・肌質を改善してくれます。また、ニキビ・赤ら顔の改善も行なうことができます。1か月間隔で5回以上の治療が推奨されます。

全顔 1回 24,200円 2回～ 22,000円



【注意点】

- ・照射直後より紅斑、腫脹が生じる場合があります
- ・腫脹は約3-7日で消失します
- ・紫斑は約7-14日程度で消失します。
- ・日焼け止めを使用してください。
- ・照射部位は擦らないでください。

【リスク・副作用・合併症】

- 熱傷、色素沈着、色素脱失
- 水泡、痂皮形成、紫斑、掻痒感、再発

イオン導入

電気のプラス・マイナスを利用して、薬液を効果的に肌の奥まで浸透させる施術です。



以下3種類の薬液から目的別にご提案致します。

- ・ビタミンC…シワ・ハリ不足・ニキビ・ニキビ跡・オイリー肌
- ・トラネキサム酸…シミ・そばかす・肝斑・くすみ・赤ら顔
日焼け後すぐに黒くなる
- ・グリシルグリシン…毛穴の開き・キメの乱れ



当院では、ナビジョンの薬液をお客様一人に1本ずつ、使い切りで使用いたします。

導入液 1剤の場合	全顔 1回目	6,600円	2回目以降	5,500円
導入液 2剤の場合	全顔 1回目	12,100円	2回目以降	9,900円

エレクトロポレーション（電気穿孔法）

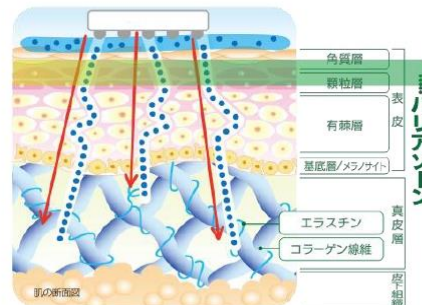
皮膚に短く強い特殊な電気パルスを与え、細胞に隙間をつくることで、薬液を皮膚の真皮層まで浸透させていきます。イオン導入では入れられない大きな分子の成分を導入することができます。

当院では、ヒアルロン酸、成長因子複合体、ビタミンA・B3・B5・B6などを含んだ薬液を導入いたします。

衛生面からお一人分の使い切りのボトル薬液です。

皮膚のターンオーバーを促し、肌のくすみ・しわの改善、肌の輝き、潤い、弾力を与え、肌の若返り効果が期待できます。

全顔 1回目 16,500円 2回目以降 13,200円



美容外科で新しい機械を導入いたしました。

AGNES (アグネス)

アグネスは、高周波 (R F) を利用した美容医療機器です。

治療部位に専用針を挿入して高周波を照射し、表皮の熱損傷なく皮膚の深部にアプローチし、熱の作用で直接毛穴の皮脂線や汗腺・脂肪層を熱破壊します。

繰り返すニキビ

ニキビ菌の根源である皮脂腺を根本的に取り除くため、施術部位の再発は少なくなります。大きいニキビには6ショット、小さいニキビには2ショット照射します。

麻酔代…2,200円 針代…6,600円 1ショット…220円

鼻の毛穴の黒ずみ

鼻は特に皮脂量が多く、古い角質が毛穴を塞いでしまうことで皮脂がつまり、酸化することで黒ずみの原因となります。皮脂腺が破壊された後は徐々に時間をかけて毛穴が目立ちにくくなっていきます。毛穴1個につき1ショット照射します。

麻酔代…2,200円 針代…6,600円 1ショット…220円

汗管腫

目の周りに多く発症する汗を分泌するエクリン汗腺の細胞が増殖し、数ミリ程度のイボ状に盛り上がったブツブツの症状を言います。アグネスの熱作用により汗管腫の不要な細胞を破壊し、汗管腫自体を小さくしていきます。汗管腫1個につき1ショット照射します。

麻酔代…2,200円 針代…6,600円 1ショット…220円

目周りの小じわ・目の下のふくらみ (眼窩脂肪)

メスを使わず、高周波を目の下の皮膚へダイレクトに照射することで、真皮の引き締めと脂肪の収縮、コラーゲンの産生を促し、皮膚と脂肪のたるみや小じわを改善させます。

AGNES
アグネス



1回 165,000円

2回～ 132,000円

3回～ 110,000円

別途 麻酔代…2,200円 針代…6,600円

直通電話 022-378-5122

電話受付時間 月～金 9:00～13:00 14:00～17:00

外来予定表

(整形外科・内科)

平日 診療時間 8:30-11:30/14:00-17:00 電話 022-378-5666

土曜日は13:00迄、日曜日は9:00~12:00迄 外来診療を行っております。

2023.4.1~

整形外科	外来予定 全一覽表 常勤・非常勤	月					土	
		月	火	水	木	金	土	
		松田 倫政 松田 倫治 佐々木/予約 山田 祐一郎	松田 倫政 櫻本 修 甲川 昌和 松田 倫治 安藤 晃	松田 倫政 小林 力 山城 正浩 甲川 昌和 澤田 匡弘 井樋[肩]/予約	松田 倫政 齋藤 毅 中村 (受付9:00迄) 安藤 晃 藤井 玄二	松田 倫政 中村 泰裕 櫻本 (受付9:00迄) 山城 正浩 藤井 玄二	4月 1日、15日	4月 8日、22日
午前	前半 受付時間 9:30迄							
	後半 受付時間 11:30迄	松田 倫治 佐々木/予約 山田 祐一郎 安藤 晃	櫻本 修 甲川 昌和 松田 倫治 安藤 晃	松田 倫政 山城 正浩 甲川 昌和 澤田 匡弘	齋藤 毅 山田 祐一郎 安藤 晃 藤井/乳幼児のみ受付 (受付9:30迄)	中村 泰裕 千葉 武志 山城 正浩 藤井 玄二	松田倫政/10:00迄 松田倫政/10:00迄 藤井 玄二 佐々木 健 千葉 武志 山城 正浩 甲川 昌和 松田 倫治	
午後	前半 受付時間 15:00迄	安藤 晃 甲川 昌和 小林 力	空間/初診は予約 佐々木/予約 松田 倫治 齋藤 毅	松田 倫政 櫻本 修 山城 正浩 山田 祐一郎	櫻本 修 齋藤 毅 佐々木/予約 澤田 匡弘	櫻本 修 齋藤 毅 千葉 武志 小林 力		
	後半 受付時間 17:00迄	安藤 晃 甲川 昌和 澤田/15:00開始 齋藤 毅	空間/初診は予約 佐々木/予約 松田 倫治 齋藤 毅	松田 倫政 櫻本 修 山城 正浩 山田 祐一郎	櫻本 修 齋藤 毅 佐々木/予約 澤田 匡弘	櫻本 修 齋藤 毅 千葉 武志		
(夕診) 17:00~18:30		日替わりで整形外科医師が担当します(1名体制)					日曜日(9:00-12:00)	
							午前	外科系非常勤医師

土曜日の担当医は、変更になる場合がございます。
最新の情報は、受付又は、お電話でご確認願います。

内科	外来予定 全一覽表 常勤・非常勤	月					土	
		月	火	水	木	金	土	
		松田 恵三郎 宮澤 幸仁 宮下 起幸 西岡 可奈	中山[循] 木村/9:30開始 武藤 元 西岡 可奈 小野寺/予約	松田 恵三郎 松田 泰史 矢坂[リウマチ]	佐藤[循] 小野寺/予約 武藤 元 西岡 可奈	松田 恵三郎 松田 泰史 中井 茂康 宮下 起幸 増田/予約 (第2,4週)	非常勤医師 曾根 眞一郎 武藤 元 松田 泰史	
午前	前半 受付時間 9:30迄							
	後半 受付時間 11:30迄	松田 恵三郎 宮澤 幸仁 宮下 起幸 西岡 可奈	中山[循] 木村 雄一郎 西岡 可奈 小野寺/予約 高血圧外来/予約	松田 恵三郎 中井 茂康 松田 泰史 矢坂[リウマチ]	佐藤[循] 小野寺/予約 武藤 元 西岡 可奈	松田 恵三郎 松田 泰史 中井 茂康 宮下 起幸 増田/予約 (第2,4週)	非常勤医師(15:00迄) 中井 茂康(12:00迄) 松田 泰史	
午後	受付時間 17:00迄	松田 好史 中井 茂康 武藤 元 寺嶋[循]/予約	佐藤 智/予約 曾根 眞一郎 中井 茂康 安田 聡[循] (受付16:00迄)	山本 直弘 非常勤医師 武藤 元	小西/予約 佐藤[循] 中井 茂康 宮下 起幸 佐藤 智/予約	松田 好史 非常勤医師 武藤 元 増田/予約 心外来/予約	土曜日の担当医は、変更になる場合がございます。 最新の情報は、受付又は、お電話でご確認願います。	
(夕診) 17:00~18:30		日替わりで内科医師が担当します(1名体制)					日曜日(9:00-12:00)	
							午前	内科系非常勤医師

注) 上記の外来予定表は、2023年(令和5年)4月1日時点で作成しております。

担当医は、学会への参加・急患対応等により変更になる場合がございます。

その際は大変ご不便をおかけいたしますが、何卒ご容赦願います。

最新の情報は、受付又は、お電話でご確認願います。

外来予定表

(形成外科・皮膚科・眼科・歯科・耳鼻いんこう科・泌尿器科、エバーグリーン病院)

平日 診療時間 8:30-11:30/14:00-17:00 電話 022-378-5666

土曜日は13:00迄 外来診療を行っております。[歯科直通電話 022-378-3133]

2023.4.1~

科	時間	月	火	水	木	金	土
		形成外科	午前	松田倫史 (9:00~) [一般形成]	非常勤医師 (9:00~) [一般形成]	非常勤医師 (9:00~) [一般形成]	
皮膚科	午前	山田 容子 相場 節也	山田 容子 相場 節也	山田 容子 相場 節也	山田 [第2,4,5週] 相場 節也	山田 容子 相場 節也	相場 [第1,3週] 完全予約制 山田 [第5週] 完全予約制 ※第2土曜、第4土曜は休診
	午後	山田 容子 相場 節也	山田 容子 相場 節也	山田 容子	山田 [第2,4,5週] 相場 (~16:30)	山田 容子 相場 [皮膚アレルギー科]	
眼科	午前	面高 宗子 (9:00~)	伊藤 亜紀 (9:00~)	伊藤 亜紀 (9:00~)	非常勤医師 (9:00~)	浅野 浩一 (9:00~)	非常勤医師 (9:00~)
	午後	伊藤 亜紀 (~16:45)	浅野 浩一	手術 (外来は予約のみ)	高橋 絵利子	伊藤 亜紀 (~16:45)	
耳鼻いんこう科	午前	石戸谷 雅子 (9:00~)	石戸谷 雅子 (9:00~)	非常勤医師 (9:00~)	石戸谷 雅子 (9:00~)	非常勤医師 (9:00~)	非常勤医師 (9:00~) ※土曜受付：12時迄
泌尿器科	午前	佐々木 光晴 ※予約制 ※受付11:00迄	佐々木 光晴 ※予約制 ※受付11:00迄	佐々木 光晴 ※予約制 ※受付11:00迄	佐々木 光晴 ※予約制 ※受付11:00迄	佐々木 光晴 ※予約制 ※受付11:00迄	佐々木 光晴 ※予約制 ※受付11:00迄

歯科は、原則として【予約制】です。お待たせしないよう、予約にご協力願います。

科	時間	月	火	水	木	金	土
		歯科	午前	今野 俊彦 松田 倫和 ※9:00診療開始	今野 俊彦 松田 倫和 [口腔外科] 武田 雄利	今野 俊彦 松田 倫和 [歯周病] 天雲 太一	
	午後	今野 俊彦 松田 倫和 [補綴] 小川 徹	今野 俊彦 松田 倫和 [口腔外科] 武田 雄利	今野 俊彦 松田 倫和 [歯周病] 天雲 太一	今野 俊彦 松田 倫和	今野 俊彦 松田 倫和 小川 萌	■矯正歯科 診療日 ・毎月 第1土曜 午後 10:00~12:30 13:00~17:00

医療法人松田会 エバーグリーン病院 (松田病院 南側に隣接) 電話 022-378-3838

診療科目：精神科（一般精神科外来） 認知症・うつ病・統合失調症・睡眠障害・パニック障害・摂食障害

科	時間	月	火	水	木	金	土
		精神科	午前 8:30 - 11:30	小高 晃 西條 稔 瀬川 克己 鈴木 一正	小高 晃 西條 稔 鈴木 一正	小高 晃 西條 稔 鈴木 一正 ※2	
	午後 14:00 - 17:00	小高 晃 西條 稔 瀬川 克己 鈴木 一正	鈴木 一正	小高 晃 ※3 西條 稔 鈴木 一正 ※2	小高 晃 瀬川 克己 鈴木 一正 ※2	小高 晃 西條 稔 鈴木 一正	

新患の方は予約制になります。事前にお電話にてお問い合わせください。午前の新患は10:30まで。午後の新患は16:00まで受付です。

- ※1 土曜日の受付時間は8:30-12:00になります
- ※2 鈴木医師の休診 第2・第4(水)・第5(水)
- ※3 小高医師の休診 第1・第4(水)

注) 上記の外来予定表は、2023年(令和5年) 4月1日時点で作成しております。

担当医は、学会への参加・急患対応等により変更になる場合がございます。

その際は大変ご不便をおかけいたしますが、何卒ご容赦願います。

最新の情報は、受付又は、お電話でご確認願います。

管理栄養士のおすすめ
季節の健康レシピ

春キャベツと新玉ねぎのコールスローサラダ

松田病院 栄養課

<材料(4人分)>

○春キャベツ	2枚(約120g)		
○新玉ねぎ	1/2個(約100g)		
○にんじん	1/4本(約40g)		
○ツナ(缶詰)	1/2缶		
○塩	ひとつまみ(0.4g)	1人あたり	
○※マヨネーズ	大さじ3	熱量	116kcal
砂糖	小さじ1/2	たんぱく質	2.8g
酢	小さじ1	塩分	0.5g
こしょう	少々(お好みで)		



<作り方>

1. 新玉ねぎは薄くスライスし、水にさらします。
2. 春キャベツとにんじんは千切りにし、ボウルに入れ、塩をまぶし、しんなりとさせます。
3. 別のボウルに※の調味料を入れて混ぜます。
4. 3のボウルに水気を絞った新玉ねぎ・春キャベツ・にんじん・油を切ったツナを加え、全体を和えます。
5. お好みでこしょうを振り、器に盛り付けたら完成です。
 - ・キャベツやにんじんの切り方を変えることで、また違う食感を楽しむことができます。
 - ・ツナの代わりにハムやカニカマを使用する、他にコーンを加えるのも、おすすめです。

編集後記 テーマ「節電」

- ・熱中症による救急搬送者は、高齢者が約50%。熱中症死亡者の約80%が高齢者。死亡者の発生場所は約50%が自宅です。今年も夏が近づいています。昔と違って、仙台でも気温35度を超える日があります。適度に扇風機やエアコンを使用しましょう。節電は、無理をするのではなく、無駄を省くことが大切です。様々な工夫をして、熱中症対策と節電を上手に両立しましょう。体調が優れない際は、当院にお気軽にご相談ください。(広報：加藤)
- ・夏場は節電が大事って言うけど、暑いからエアコンをつけっぱなしにしたい気持ちもわかる。そこで、アイスノンを首に巻いたり、扇風機で身体を冷やしたりすることをオススメするよ。電気代も節約できて、さらには新しいファッションスタイルも手に入る！「あの人、なんか首にアイスノン巻いてるけど、おしゃれなのかな？」って、謎めいた存在感も演出できちゃうかも。(今話題のChatGPTで作成してみました)(事務部：佐竹)
- ・電気料金が通常より1.5倍ほど上がってしまったので、こまめに電気を消すなどを行い、東北電力の冬の節電キャンペーンにエントリーしたら節電条件をクリアし、2000ポイントをゲットしました。ちなみに“年間”の消費電力1位は冷蔵庫です。(総務部：佐藤)
- ・エアコンを掃除したり、冷蔵庫に物を詰め込まないようにするなど、家電をキレイに使うことでも節電になるそうです。電気を消す節電だけではなく、こまめに掃除もすることで、電気代節約と家電もキレイになって節電は一石二鳥ですね(^v^)(医事課：堀籠)
- ・2030年に向けて世界が合意したSDGs「持続可能な開発目標」の中に「エネルギーをみんなにそしてクリーンに」が掲げられています。地球環境を守って、限りある資源を守るために、省エネルギー対策の節電を含めて、私たちができる事を行っていかねばならないと思います。病院に併設している介護老人保健施設「エバーグリーン・イズミ」には、太陽光を利用した蓄熱システムを導入しています。(形成外科：松田)

発行：医療法人松田会 松田病院 [編集：広報・資料管理室、広報委員会]
 仙台市泉区実沢字立田屋敷17-1 TEL 022 (378) 5666
 website <http://www.matsuda-hp.com>

松田病院 仙台

検索

