

ちゅうざん



「ちゅうざん病院」は沖縄市松本にあるリハビリテーション専門病院です

TMS(経頭蓋磁気刺激)治療開始について

医師 岡 祐一郎

当院ではリハビリテーション治療に重点を置き、これまで沖縄県のリハビリテーション医療に大きく貢献してきました。そして、2025年11月より、琉球大学病院リハビリテーション科の山田尚基教授(同年2月着任・東京慈恵会医科大学卒)の主導のもと、経頭蓋磁気刺激(TMS)治療を開始しました。TMS治療とは、頭の外から磁気ので脳を刺激する、痛みのない治療法です。専用のコイル装置を頭に当てると、磁場が頭蓋骨を通り抜けて脳の表面に弱い電流を起し、神経細胞を刺激します。脳卒中などで障害を受けた脳の働きを調整し、リハビリテーション治療と組み合わせることで回復を促進します。従来、脳卒中後の麻痺は時間が経つと固定し、改善は難しいとされてきました。しかしTMS治療は、脳内の神経ネットワークの再構築を促すことで、発症から時間が経過した後遺症にも改善の可能性をもたらします。

TMS装置や刺激用コイルには複数の種類があり、当院では脳卒中患者さんに15年以上の使用実績がある機種と新しいコイルで治療しています。治療効果を高めるため、約3週間入院していただき、毎日TMS刺激と集中的なリハビリテーション治療を組み合わせで行います。

効果には個人差がありますが、手足の麻痺や筋肉のこわばり、歩きにくさなどが改善された方もおられ、新たな治療の選択肢として期待されています。

詳しくは当院までお問い合わせください。





看護のまなざし

看護部 浜里まゆみ 看護部長

「新コーナー“看護のまなざし”紹介と、 ピアサポートを通して」

このたび、ちゅうざん病院の広報誌に新コーナー「看護のまなざし」を設けました。

看護師は、治療やリハビリテーションを支えるだけでなく、患者さまの表情や言葉、思いに目を向けながら、日々関わっています。また、患者さまを病気だけでなく、その人の人生として捉えようとする看護の姿勢・視点という「看護のまなざし」があります。このコーナーでは、普段あまり表に出ることのない看護師の視点や、患者さまを支え、励まし、寄り添う場面を地域の皆さま

に分かりやすい言葉でお伝えしていきます。先日、院長の勧めもあり、同じ脊髄損傷で入院している患者さま同士によるピアサポートを実施しました。ピアサポートとは、同じ立場や似た経験をもつ人同士（ピア＝仲間）が、気持ちや体験を分かち合いながら支え合うことをいいます。2人の患者さまは、病棟が異なるため、病棟間で調整を行い実現しました。患者さま同士がそれぞれの思いや経験を語り合う中で、「これからの生活」や「回復のイメージ」を具体的に思い描くことができるようになり、同じ立場だからこそ分かち合える言葉が前向きな気持ちを引き出し、リハビリテーションへの意欲につながった場面でした。こうした関わりも、看護師が大切にしている「看護のまなざし」のひとつです。



ちゅうざん病院

沖縄医療フォーラム

去った2月14日に、「第12回沖縄ちゅうざん医療フォーラム」を開催いたしました。

今回は「地域とつながる心臓リハビリテーション～心臓を鍛え『できる』を増やす～」をテーマに、急性期治療から在宅生活までを見据えた支援の在り方について、他職種の立場から講演およびパネリストを招きディスカッションを行いました。当日は沢山の皆様にご参加いただき、無事に終わることができました。医療・介護・地域関係者が一同に介し、心臓リハビリテーションの重要性と地域連携の可能性について活発な意見交換が行われました。本フォーラムを通して得られた学びを、今後の実践に活かし、地域の皆様が安心して生活できる体制づくりに努めてまいります。

ちゅうざん医療フォーラム実行委員長 宜名真藍美



【編集後記】

ちゅうざん病院では、「患者様のための病院」「地域に開かれた病院づくり」という基本方針のもと、新たに加わった仲間とともに、職員一同が力を合わせて、心の通った医療と介護の提供に努めています。地域の皆様に信頼され、選ばれる病院であり続けられるよう、これからも一歩一歩前進してまいります。

発行責任者：田島文博

編集長：武富新太郎

編集員：宮城拓也、兼城有平





ドクターズルールコラム

医師 川崎 弘貴

「東洋医学とリハビリテーション」

皆さんは「東洋医学」にどのようなイメージをお持ちでしょうか。

「古い」「うさんくさい」と感じる方もいるかもしれませんが、東洋医学は現代医療の中でも活用されています。西洋医学が症状や原因を科学的に分析し、的確に治療するのにに対し、東洋医学は身体に現れる変化を全体として捉え、バランスを整えることで症状の改善を目指します。例えば、葛根湯は風邪だけでなく、冷えによる肩こりやインフルエンザの初期にも用いられます。また、頭痛一つをとっても、冷え、ストレス、のぼせなど原因はさまざま、体質や状態に応じて漢方薬を使い分けます。

リハビリテーションの分野でも、打撲や腰痛、筋肉のこりや痛みに対し、漢方薬や鍼灸など東洋医学の考え

方を取り入れた治療を行っています。

「薬が効きにくい」「日常生活で困っている」などのお悩みがあれば、ぜひご相談ください。元気に生活するための一助となるよう、一緒に考えていきます。



<ドクタープロフィール>

名前：川崎 弘貴
(かわさき ひろき)
出身地：宮崎県
出身大学：大分大学



教えて管理栄養士さん

栄養科 管理栄養士 兼島 由香

「体を温める食材 “生姜” について」

冷えは血行不良や代謝低下を招き、体調不良の原因となります。日常の食事で身体を温めることは、健康管理の基本の一つです。なかでも生姜は、古くから「温める食材」として親しまれてきました。生姜の温熱作用に関与する主な成分は「ジンゲロール」と「ショウガオール」です。生の生姜に多いジンゲロールは血流を促進する作用があります。一方、加熱や乾燥によって変化したショウガオールは、血管拡張作用が強く、身体の深部体温を高める効果が期待されます。そのため、冷え性対策には加熱した生姜の摂取がより有効とされています。

また、生姜には発汗作用や代謝促進作用があり、寒さによる体調不良や風邪の予防にも役立ちます。胃腸の働きを整え、消化吸収を助ける作用もあるため、食欲不振や胃もたれの改善にも効果的です。生姜湯や味噌汁、スープなど温かい料理に取り入れることで、無理なく継続でき、冷えにくい身体づくりにつながります。

「きのことネギの生姜スープ」

材料 (3~4 杯分)

しめじ 100g
長ネギ 1/2 本
おろし生姜 ひとかけ分
かつお出汁 800ml
醤油 大さじ 2 と 1/2
塩 少々
ごま油 適量

<作り方>

- 1) しめじは石づきをとってから手でほぐす、長ネギはみじん切りにする。鍋にしめじ・長ネギ・出汁・醤油を入れて煮立たせる。
- 2) 生姜・塩を加えて味を整え、仕上げにごま油をかけて完成！





セラピスト・健康講座

リハビリテーション療法部 理学療法士 上江洲隆成 「正しい靴選びと、履き方」

私たちが日常的に行っている「立つ」「歩く」といった動作は、実は靴の影響を大きく受けています。セラピストとして動作を評価・支援するうえで、靴に目を向けることはとても大切です。靴選びの基本は「サイズ」「形」「安定性」です。サイズは足の長さだけでなく、足幅や甲の高さも含めて確認します。つま先には5~10mmほどの余裕があり、指が軽く動かせる程度が理想です。きつすぎる靴は痛みや変形を招きやすく、逆に大きすぎる靴も歩行の不安定さにつながります。形状では、踵がしっかり包まれ、踵部分がある程度硬いものが安心です。踵が安定することで、立位や歩行時のバランスが保ちやすくなります。また、靴底の幅も重要なポイントです。靴底が広いものは接地面が大きく、安定性が高いため、バランスが不安定な方や転倒リスクのある方に向けて

います。一方、靴底が狭いものは軽く動きやすい反面、左右へのぐらつきが出やすく、下肢筋力やバランス能力が求められます。私たちがリハビリテーションを行う上で、靴底は広いものを推奨しています。履き方にも注意が必要です。踵を靴にしっかり合わせてから、紐やベルトを足の甲に沿って均等に締めます。踵が浮かない状態を作ることによって、靴と足が一体となり、安定した歩行につながります。正しい靴選びと履き方は、リハビリテーションの質や転倒予防にも直結します。日常生活に寄り添った視点として、ぜひ臨床や患者指導に活かしていきましょう。



部署の取り組み紹介

看護部 浜里まゆみ 看護部長

「学び続ける看護

一回復を支える2年目看護師の取り組み」

ちゅうざん病院の看護部は、毎年2年目の看護師が看護研究に取り組んでいます。日々の看護の中で受け持った患者さまとの関わりを振り返り、「なぜこのような反応だったのだろう」「もっと良い関わりができたのではないか」といった疑問を大切にしながら、症例としてまとめ、発表しています。研究といっても特別なことをするのではなく、回復を目指してリハビリテーションに励む患者さまを、どのように支え、励まし、寄り添っていたかを見つめ直す学びです。声かけの工夫や関わるタイミング、安心してリハビリテーションができる環境づくりなど、日常の看護を振り返ることで、患者さまが前向きに一步を踏み出せる看護につながっています。こうした研究は、臨床教育研究センターや研究担当師長のサポートを受けながら進められ、内容によっては学会発表へとつながることもあります。

これからも看護部では、ちゅうざん病院の基本方針である「生涯学習」に取り組み、患者さまの回復を支える看護を通して、地域の皆さまに信頼される医療の提供に努めてまいります。

