



くまもと成仁病院



〒861-8041 熊本市東区戸島2丁目3番15号
電話 096-380-7011
FAX 096-380-9223
ホームページ <http://www.sejinkai-net.jp>

第41号
発行日
平成29年2月22日

だより



元旦 撮影/合志市 志柿



目次

- 院長挨拶 2
- この資格なにする人ぞ? 2
- Dr.コラム 3
- 学会発表 4
- 院内ギャラリー 5
- 医療と介護Q&A 5
- びたみんな通信 6
- 薬のよかハナシ 6
- 健康教室 7
- 外来診療担当医師表 8
- お知らせ 8



理事長・院長
上原 昌哉

ごあいさつ

昨年は熊本地震の影響で、多くの方々が大変な思いをされた年でした。皆様の日も早い復興をお祈り申し上げます。

当法人もかなりの痛手を受けましたが、地域の方々のご支援のおかげで少しずつ経営的にも改善しております。今後も一層のご支援をお願い申し上げます。

さて建設業界では、解体業、建築分野と復興バブルとのお話もございます一方で、医療・介護への就職希望の方々は一層少なくなっています。そこで塩崎厚生労働相は本年1月18日、介護職員処遇改善の拡充のために、臨時に実施される今年4月の介護報酬改定について社会保障審議会に諮問されました。拡充された加算を取得した事業所の介護職員は、さらに月額1万円程度の賃金アップが期待できます。今までは、キャリアアップの仕組みを構築し、経験もしくは資格などに応じて昇給する仕組み、または、一定の基準に基づいて昇給を判定する仕組みを設けることで月額3万7000円相当の加算がありましたので、新たに1万円相当の加算が上積みされることとなります。介護職員の就職意欲につながればと考えています。

本年は、暖冬と思われていましたが、とても寒い日も続いており、インフルエンザも猛威を振るっています。また嘔吐下痢症も注意が必要です。手洗い・うがいとともに、生食に注意し、部屋の湿度も十分保つよう心がけて生活していただければと思います。

医療・介護・福祉のことで、気になることやお悩みがありましたら、いつでも結構ですので、当法人スタッフにお尋ね下さい。地域の方々お一人お一人の気持ちに沿う提案を心がけて、ご相談に応じております。今年もよろしくお願い申し上げます。

この資格なににする人ぞ? ⑤



管理栄養士

管理栄養士とは、個人や集団に食事や栄養についてアドバイスする「栄養の指導」や、提供する食事の管理をする職業です。よく「栄養士」と「管理栄養士」の違いを尋ねられますが、仕事を行う上で最も異なるのは、栄養士は健康な方々への食事の管理や栄養の指導を行うのに対し、管理栄養士は病気を患っている方や高齢で食事がとりづらくなっている方の状態をより細かく考慮し、栄養の指導まで行う点です。

管理栄養士の活動の場は広く、病院以外にも学校給食や保育園などの「食育」分野やスポーツアスリートの食事管理など様々です。病院での管理栄養士の仕事は、例えば食事がとりづらい方への食事形態の配慮や、血糖コントロールを必要とする方への食事管理やその方法のアドバイス、栄養状態が不良な方への食事内容の調整などを医師の指示のもと行うことです。患者様一人ひとりの病状に合わせて、病気の治療、再発防止、合併症の予防を目指し、毎日の食事提供や栄養の指導を通して栄養管理を行い治療に貢献することに努めています。





一般・消化器内科 中尾 誠也

酸性の胃液や、胃で消化される途中の食物が食道に逆流して、食道に炎症を起こし、びらん、ただれ、潰瘍を生じる病気です。このため胸やけや胸の痛みなどの症状が生じます。日本人には少ない病気でしたが、食生活の変化などによって増加しています。50～70 歳代の中高年に多くみられます。

本来人には胃液が食道に逆流しない仕組みが働いています。その主役は胃と食道のつなぎ目にある下部食道括約筋と言われる筋肉で、食べた物を飲み込むときには緩みそれ以外の時は食道を閉めて逆流を防止します。この筋肉の働きが弱まるか、胃酸が増え過ぎることが逆流性食道炎(以下、逆流)を引き起こすメカニズムです。

原因としては…

- ・脂肪の取り過ぎ: ホルモンの働きで下部食道括約筋がゆるむと考えられ、胃液の逆流を起こしやすくします。
- ・タンパク質の取り過ぎ: 消化に時間がかかり、胃に長く留まるため胃液の逆流が起こりやすくなります。
- ・ストレス: 胃酸の増加による逆流が起きやすくなります。
- ・肥満、腰が曲がった人: お腹が圧迫され、胃の中の圧力が高くなるため胃液が逆流しやすくなります。
- ・食道裂孔ヘルニア: 食道は横隔膜を貫通して胃につながっています。貫通している部分を食道裂孔といい、裂孔が大きくなって胃の上部が横隔膜からとびだして胸の方に入り込んだ状態が食道裂孔ヘルニアです。逆流防止機能が働かないため胃液が逆流しやすくなります。

症状

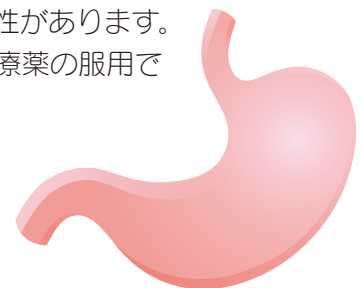
逆流性食道炎では胸のあたりに焼けるような不快な感じがする胸やけのほかに、酸っぱい液体が口まで上がってきてゲップがでる「呑酸」という症状があります。

他に胸がしめつけられるような狭心症に似た痛み。逆流した胃液がのどや気管支を刺激したりして咳や喘息が起こることがあります。逆流があっても症状を感じない患者さんもいます。

治療

薬物による治療を始めると多くの方では速やかに症状はなくなります。しかし症状がなくなっても食道の炎症、潰瘍はすぐに治るわけではありません。しばらくは薬を飲み続ける必要があります。辞めると再発する方も少なくなく、症例によっては長期間飲み続ける必要があります。また生活習慣を改善することも大切な治療法です。

- ・早食い、大食いは胃酸が増えるため、ゆっくり、腹八分目を心掛ける。
 - ・脂っこい、甘い(ケーキなど)、辛いもの、アルコール、たばこは胃酸増加のため控える。
 - ・食後すぐ横にならない。食後は胃酸が多く分泌されるので、食道に酸が逆流しやすくなる。
 - ・肥満は腹圧の上昇をきたし胃酸の逆流を起こしやすくなる。適度な運動を心掛けましょう。
- 逆流を治療せずにいると、パレット食道を発症し、食道がんを合併する可能性があります。逆流は再発を繰り返すことが多い病気ですが、生活習慣の改善と適切な治療薬の服用で症状のコントロールが可能な病気です。



学会発表

高次脳機能障害を呈した症例への復職支援 ～訪問リハによる具体的な実動作訓練と 不安軽減に対するアプローチ～

発表者: 作業療法士 俣川 加世(訪問リハビリテーション)

訪問リハビリの利用者は高齢の方や寝たきりの方というイメージが多いと思いますが、当法人の訪問リハビリでは50～100歳と幅広い年齢層の方々を支援しています。今回は脳梗塞の後遺症がありながらも復職する事が出来た方の症例発表をさせて頂きました。利用者との関わりを通して後遺症の麻痺が残存しながら、以前と同じように仕事ができるかという不安は計り知れないものがありました。今回は復職するための必要な訓練と一緒に検討し、利用者が主体となってリハビリに一生懸命取り組まれた結果だと思えます。学会を終えて、今後のリハビリは「活動」「参加」に繋げていく事が求められています。地域拠点病院として地域の中でのリハビリを今後も学習できたらと思います。



当院回復期病棟入院患者における 退院先を決定づける因子の検討

発表者: 作業療法士 井伊 孝徳(院内リハビリテーション)

2025年度を目途に地域包括ケアシステムの確立が求められています。そこで当院回復期病棟入院患者を対象としたHome Care Scoreのデータを基に退院先を決定づける因子を検討し、発表させて頂きました。その結果、退院先を決定づける影響が大きい順に家族の介護意欲、患者本人の闘病意欲、屋内移動能力の有無、介護交代者の有無という結果になりました。研究を通して患者だけでなく、その家族の身体的・精神的側面を考慮した支援が必要であるということがわかりました。また、支援のあり方は核家族化の進展といった現代社会と強く関係しており、患者の個別性を見定め、未来を見据えた柔軟な関わりが必要であると思えました。



当院回復期病棟の低栄養患者における経口摂取と 非経口摂取でのADL改善値の違いについて

発表者: 理学療法士 山東 祥伍(院内リハビリテーション)

回復期リハ病棟協会栄養委員会によると、入院時69%の患者が低栄養であると報告されており、当院回復期病棟入院患者も低栄養であることが多いです。そこで、肺炎後廃用症候群での低栄養患者における経口摂取と非経口摂取でのADL改善値の違いについて検討し、発表させて頂きました。結果としては、退院までに経口摂取群と、非経口摂取群では平均7点の違いがみられ、経口摂取がADLの上昇に影響を与える事が示唆されました。今後、地域に根ざした病院づくりを行っていくうえで、2025年に向かって入院患者の更なる高齢化が見込まれます。病棟・リハスタッフ、摂食嚥下専門委員会やNST委員会などが早期からより密でシームレスな連携を図る事で、身体機能、ADL機能や在宅復帰率の向上を図っていけると考えます。



夕暮れ症候群から始まった 認知症グループ「かたらんね」帰宅前40分間の取り組み

発表者: 介護福祉士 岡本 亜希(通所リハビリテーション)

今回は、夕暮れ症候群の対策から始まった認知症グループ「かたらんね」帰宅前40分間の取り組みの演題で発表させて頂きました。一日の活動を終えている利用者は、帰りの送迎時まで不安になりソワソワされ、さらに離院や排泄の失敗が多くありました。その為、改善策を求められていました。利用者の落ち着きがなくなる15時20分頃から、音楽療法・回想法・脳トレ・貼り絵を取り入れ、グループで活動し利用者の不安になる時間を楽しみの時間に変える事ができました。今後も、「かたらんね」の活動を通し、利用者と一緒に楽しみを持った時間を提供して、自己研鑽に励みグループ活動を広げサポートしていきたいと思えます。

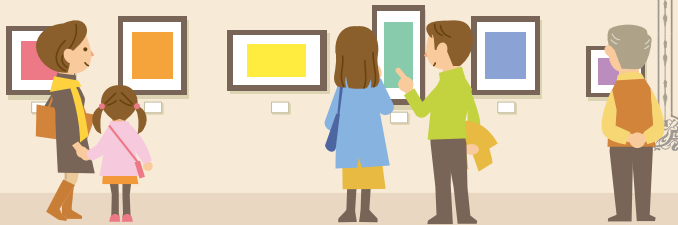




院内ギャラリー はじめました。

当院本館1階に「絵画ギャラリーコーナー」を設置致しました。現在、熊本県立大津高等学校美術部の絵画・グラフィックアートなどを展示しております。どの絵も力作揃いで来院される方の癒しの空間となっています。

どうぞ、お気軽に絵画鑑賞をお楽しみ下さい。



医療と介護 Q&A

質問

最近よく成年後見制度って耳にするけど、どんな制度なのだろう？

返答

成年後見制度とは、認知症、知的障がい、精神障がいなどの理由で判断能力の不十分な方々を保護し、支援する制度です。例えば、不動産や預貯金などの財産を管理したり、身のまわりの世話のために介護などのサービスや施設への入所に関する被後見人に代わって契約を結んだりします。また、自分に不利益な契約であってもよく判断ができずに契約を結んでしまい、悪徳商法の被害にあう恐れもありますので、悪徳訪問販売員から被後見人を守ります。



詳しくお知りになりたい方は、お住まいの地域の「地域包括支援センター」もしくは「成年後見センターリーガルサポート」「権利擁護・成年後見センターぱあとなあ」までご相談ください。

節分 ～豆に願いを～

節分とは、「季節を分ける」ことを意味し、本来は立春、立夏、立秋、立冬の前日をさすため1年に4回あります。しかし旧暦では立春が年の始まりにあたることから、いつのころからか節分といえ、立春の前日をさすようになりました。立春を新年と考えれば、節分は大晦日にあたることから、節分の日には邪気をはらい、新年を幸多き年として迎えられようように悪鬼を追い払う儀式が行われます。

豆まきに使用する豆は、お祓いを行った炒った大豆。炒り豆を使用するのは、節分は旧年の厄災を負って払い捨てられるものであるため、撒いた豆から芽が出ては不都合であったためであるといわれています。北海道・東北・北陸・南九州など、地域によっては落花生をまくこともあります。

大豆は、「畑のお肉」と呼ばれるほど良質のたんぱく質を多く含んでいますが、それに加えてイソフラボンや大豆レシチン、大豆サポニンなどの機能性物質を含んでおり、長寿国日本を支える代表的な食材であるといえます。

豆まきで使った炒り大豆、そのまま食べてももちろんおいしいのですが、今回は形を変えて、違うおいしさを楽しめるメニューを紹介します。



- ② きつね色になったらバターを加えて混ぜ、クッキングシートに広げて冷ます。
- ③ 板チョコはレンジで溶かす。
- ④ ボールに②を入れ、③を4回に分けて加える。
- ⑤ 全体を3等分し、ココア・抹茶・きなこをそれぞれまぶせばできあがり。

かんたんレシピ

炒り大豆ごはん

ごはんといっしょに炊くだけの簡単メニュー。

1人分
310kcal
塩分
1.0g



材料(4人分)

米 …… 2合 塩 …… 小さじ2/3
炒り大豆 …… 1/2カップ 青じそ(千切り) 適宜
酒 …… 大さじ2

〈作り方〉

水加減はいつもどおりにし、炒り大豆と調味料を加えて軽く混ぜてから普通に炊く。

※青じそは、写真のように上にのせても、全体に混ぜてもどちらでもO.K.

3種の豆ちよこ

豆まきの豆をバレンタインデーにも…

目安
小皿1杯
約120kcal
塩分
0.1g未満



作りやすい分量

炒り大豆 …… 150g バター …… 小さじ1
砂糖 …… 60g 板チョコ …… 60g
水 …… 大さじ2 ココア・抹茶・きなこ

〈作り方〉

① フライパンにさとうと水を入れて火にかけ、沸騰してきたら大豆を入れて白っぽくなるまで混ぜながら加熱する。

薬のよかハナシ

vol
4

みかんのハナシ

お正月に飾り付けでおなじみのオレンジ色の「みかん」ですが、実は「橙」という果物というのは皆様ご存じでしょうか？「橙」と「代々」が同じ読みをすることもあり、「代々家が繁栄するように」という願いも込められています。

ちなみにこのダイダイは枳実という漢方成分として薬にも用いられています。

この漢方成分の特徴は悪い気が体内にとどまり、滞る状態を改善するといわれています。

食べるのには不向きかもしれませんが、マーマレードジャムにすると酸味が和らいでおいしくいただけますので、鏡開きのあとに作ってみてはいかがでしょうか。

主な漢方薬としては、四逆散、大柴胡湯、通導散があります。

ミカン科(Rutaceae)のダイダイ *Citrus aurantium* Linné var. *daidai* Makino、*Citrus aurantium* Linné 又はナツミカン *Citrus natsudaidai* Hayata の未熟果実をそのまま又はそれを半分に横切したもの



健康教室

今後も予定しています。どなたでもご参加できますので興味のある方はぜひ一度足を運ばれて下さい。当院ホームページにおいても、健康教室の様子やお知らせなど掲載しております。「健康教室 成仁会」で検索して下さい。

第62回 平成28年11月19日(土)

「もの忘れとメンタルヘルス対策」 医師 上原院長

「実践! スロートレーニング!」 理学療法士 山本 雄介

益城町の仮設住宅で健康教室を行いました。たくさんの方に参加して頂くことができました。特に物忘れについていろいろな質問があり皆さん興味があるようでした。なかなか、運動する機会が少ない中で、部屋の中で出来る体操などについて理学療法士から説明があり、「これなら部屋でもできそうね」と、参加者の方からお話を聞く事ができました。また機会があれば、今後も定期的に出張して健康教室を開き、皆さんとお話しする場があればいいなと思います。



第63回 平成28年12月17日(土)

「インフルエンザについて」 医師 土山 哲生

「正しい手洗いについて」 看護師 川島 裕子

インフルエンザが流行り出した時期での講義であったため、今気をつける事や手洗いの方法など興味深く聞いて頂けたようでした。手洗いでは蛍光塗料を手につけた後、手洗いをしていただきました。特殊なライトに手をかざすと洗い残しがわかります。参加者からは「ここが残っているのね。今度からちゃんとも洗わなきゃ」との話が多く挙がり、手洗いの重要性が再確認できたのではないかと思います。



第64回 平成29年1月21日(土)

「今から出来る誤嚥性肺炎予防!」 言語聴覚士 乾 智也

「はじめよう!お口の健康」 歯科衛生士 島田 実枝

誤嚥性肺炎予防・お口の健康について講義がありました。講義の中では飲み込む力を強くするなどの体操を実際に行ったり、口腔ケアの必要性などの話がありました。参加者からは、「実技が入り分かりやすかった」「口の健康の必要性を改めて感じました」などの意見や、口腔ケアの方法などの具体的な質問を頂きました。誤嚥性肺炎の予防について皆さん身近に感じていただけたのではないかと思います。



外来診療担当医師表

平成29年3月～

時間	曜日	月	火	水	木	金	土
午前	診察室 1	一般・糖尿病内科 院長 うえ はら 上原	整形外科 いま むら 今村	一般・糖尿病内科 院長 うえ はら 上原	一般・糖尿病内科 院長 うえ はら 上原	一般・糖尿病内科 こ とう 後藤	整形外科 熊本大学病院 整形外科医師
	診察室 2	一般・消化器内科 消化器内科部長 さ とう 佐藤至	一般・糖尿病内科 院長 うえ はら 上原	一般・糖尿病内科 ほり お 堀尾	神経内科 よね もち 米持	一般・糖尿病内科 よし なが 吉永	呼吸器内科 (1・2・5週) いり き 入来 (3・4週) いち やす 一安
	診察室 3		循環器内科 副院長 ふた くち 二口	循環器内科 副院長 ふた くち 二口	一般・消化器内科 副院長 なか お 中尾	脳神経・脊髄外科 脳神経外科部長 きの 紀	一般・糖尿病内科 代謝内科担当医師
	診察室 5	呼吸器内科 呼吸器内科部長 つち やま 土山	呼吸器内科 えび はら 蛸原	呼吸器内科 呼吸器内科部長 つち やま 土山	呼吸器内科 えび はら 蛸原	呼吸器内科 呼吸器内科部長 つち やま 土山	
午後	診察室 1	脳神経・脊髄外科 脳神経外科部長 きの 紀	整形外科 いま むら 今村	一般・糖尿病内科 ほり お 堀尾	一般・糖尿病内科 ぶく しま 福島	一般・消化器内科 消化器内科部長 さ とう 佐藤至	一般・糖尿病内科 代謝内科担当医師
	診察室 2	呼吸器内科 いち やす 一安 (14:00～16:00)	消化器一般 総院長 いけ い 池井		神経内科 よね もち 米持	一般・糖尿病内科 よし なが 吉永	外来診療時間 午前診療 9:00～12:30 (受付は12:00まで) 午後診療 13:30～17:30 (受付は17:00まで) ※なお、急患はこの限りでは ございません。
	診察室 3		一般・消化器内科 副院長 なか お 中尾				
※内視鏡外来(月～金曜の午前・完全予約制)(緊急時を除く)							
訪問診療 (午後)		副院長 なか お 中尾	院長 うえ はら 上原	水 さ とう 佐藤至	木 院長 うえ はら 上原	金 院長 うえ はら 上原	

予約の状況や
検査・処置等により
順番が前後したり
待ち時間がかかる
ことがあります。
あらかじめ
御了承ください。



お問い合わせは

くもと成仁病院 (外来受付)

Tel.096-380-7011

お知らせ 詳細につきましては当院までお問い合わせください

- | | |
|-------------------------|---------------------|
| 2月11日(土・祝日) RKK女子駅伝 | 3月 3日(金) ひな祭り ひな壇展示 |
| 2月18日(土) 成仁会健康教室 | 3月18日(土) 成仁会健康教室 |
| 2月19日(日) 熊本城マラソン/看護研究発表 | 3月26日(日) 当番医 |
| 2月21日(火) 節分コンサート | 3月28日(火) ふれあいコンサート |

編集後記

2017年が幕を明けました。今年初めての日の出は天候も良く、空気も澄んでいたのでいつもより輝きが増したように見えた大きな太陽。燦々と黄金色に周囲を照らしたように今年も誰もが輝きだす1年になりますようにと…お祈り申し上げます。

次号もお楽しみに。