



撮影・竹信敦充(帝釈峡)

特集

高齢者の栄養サポートについて

施設入所あるいは在宅療養の地域の診療所から紹介患者、あるいは当院の複数の外来に受診して、食欲不振、全身倦怠感、体重減少等の症状が出た時、どの科を受診したらいいのかわからない患者さんなど、色々な複数の疾患を持たれた患者さんの診察や相談についてご紹介します。

P2・P3

- 高齢者の栄養サポートについて... P2・P3
- 看護部より P4・P5
- ローカル・commons・しんいち P6・P7
- リハビリ室より P8
- 検査室より P9
- 薬剤科より P10
- 外来診療表 P11

高齢者の栄養サポート について

総合診療科部長・地域医療科部長 藤原恵



平成26年6月から正式に、寺岡記念病院に、7年ぶりに勤務することになりました。水曜日と土曜日の総合診療科外来を担当しています。施設入所あるいは在宅療養の地域の診療所から紹介患者、あるいは当院の複数の外来に受診していて、食欲不振、全身倦怠感、体重減少等の症状が出た時、どの科を受診したらいいのかわからない患者さんなど、色々な複数の疾患を持たれた患者さんの診察や相談を担当しています。

1 高齢者と栄養

最近、高齢化が進む中で、摂食・嚥下機能や栄養状態に不安を感じる患者さんや家族が多いのではと感じています。特に高齢者の場合、食欲不振や絶食(食べ物を食べない)期間が続いて、栄養状態や体力が一旦低下してしまうと、その体力を取り戻し、口から食事を十分に摂れるようにリハビリしていくのに、2か月も3か月も、長いときには数か月もかかるということを経験します。一旦低下するとなかなか戻らないというのが実感です。ですから、高齢者の医療を考える場合、出来る限り、栄養状態を落とさない、嚥下・摂食機能(飲み込み・食べる機能)を低下させないということがとても大切です。



あるのですが、一方で、「食べさせないリスク」もきちんと考慮にいれ、的確に、摂食、嚥下評価とリハビリを進めていくことが重要だと考えています。

「食べさせないリスク」というのは、すこし聞きなれない言葉なのですが、この機会にご紹介したいと思います。

「食べさせないリスク」といいますと、「経口摂取することで、唾液等で口腔内がきれいになり、食べないと逆に汚れ、雑菌が増殖しやすくなる。食べるという行為は、視覚、味覚、嗅覚、触覚等五感を総動員して、脳を刺激し、活性化させるが、食べないと脳に入る刺激量が減り、覚醒レベルも低下する。食べる楽しみがないということがストレスになり、闘病意欲を低下させる。こうした要素は誤嚥性肺炎を引き起こす原因となるので、食べない、食べさせないということも誤嚥性肺炎のリスクとして、きちんと考慮する必要がある」という考えです。

つまり、「食べさせることでのリスク」と「食べさせないことでのリスク」をきちんと秤にかけて、評価をしていくことが大切なのだということです。別の言い方をすると、「とりあえず禁食ね」とか「お粥位は大丈夫じゃないの」といった、安易な判断は禁物だということです。

3 嚥下評価と摂食・嚥下リハビリ

では、現実的に、「秤にかけて、評価していく」とはどういうことかといいますと、肺炎等で、摂食嚥下障害の疑いを持った患者さんが入院加療となった場合、すぐに言語聴覚士に連絡して、摂食・嚥下評価をしてもらうこととことです。連絡さえすれば、当院には言語聴覚士がきちんと配置されていますから、速やかな対応ができます。言語聴覚士から「経口摂取可能」という評価ができれば、食事形態を検討した上で、経口摂取と摂食・嚥下リハビリの開始を指示します。もし、「数日以上、経口摂取がむづかしい」という評価がでた場合に、「胃や腸を使える状態」であれば、経管栄養(経鼻栄養)の活用、口腔ケアの継続を指示します。例え、一時的に、経管栄養(経鼻栄養)になったとしても、栄養状態を維持できれば、摂食・嚥下リハビリを同時に進めることで、「1~2週間の内に、チューブが外れ、以前のように口から食べられる」可能性が高くなります。そして、「秤にかけて、評価した」結果を、本人・家族にきちんと説明し、様々な偏見や誤解(経管栄養即延命治療といった極端な考え)を解いて、治療に協力していただくことが大切です。

反対に、絶食期間が長くなると、消化管の



粘膜が委縮し、蠕動運動が低下する為、栄養状態やADLが悪化することで、入院期間も長くなり、その結果として、経口摂取を断念せざるを得ないような状況になるということは避ける必要があります。

このように、摂食・嚥下機能、栄養状態をマネジメントしていくことは、患者のADL、QOL、入院期間、費用負担等に直接に影響を与える重要なファクターです。

経鼻栄養の メリットとデメリット

メリット

- ① 内服薬の確実な継続。
- ② 医療者に慣れた手技。
- ③ 消化管の各機能(吸収、免疫、内分泌、バリア等)の維持。
- ④ 安価なコストと簡便性。
- ⑤ 中心静脈栄養より生理的な高カロリー投与方法。

デメリット

- ① チューブの誤挿入によるトラブル。
- ② 咽頭部不快感・嚥下運動阻害。
- ③ 自己抜去防止のための抑制。
- ⑤ 鼻呼吸の阻害による口呼吸、口腔内乾燥・汚染の出現。

4 栄養サポートとチーム医療

そして、患者さんの摂食・嚥下機能や栄養状態を評価し、改善していく仕事は、とても医師だけで行えるものではありません。看護師、リハビリスタッフ、管理栄養士、薬剤師、検査技師等と協働して、チーム医療として行っていくべきものです。

今後、こうした院内のチーム医療に、少しずつ関わっていくことができればと考えていますので、よろしくお願いします。

看護師による ストーマ外来開設のご案内

ストーマケアでお困りのことはありませんか？
専門的な知識や技術を習得した看護師が対応いたします。

内容

- ◎体型の変化や生活に合わせたストーマ用品の紹介
- ◎日常生活の工夫をアドバイス
- ◎ストーマや周囲皮膚のトラブルへの対応
- ◎新しいストーマ用品の紹介など



外来日

- 毎月 第3木曜日 ● 14:00～16:00

- ※ お電話でも予約ができます。
- ※ 指導料・処置料等自己負担金が生じます。(保険適用:3割負担の場合約800円)

ご予約・お問い合わせ

- 寺岡記念病院 TEL.0847-52-3140(代)

担当:安部 雅志(病棟主任、皮膚・排泄ケア認定看護師)
西谷 恭子(外来看護師)



〈認知症ケア委員会を紹介します〉

当院には、認知症ケア専門士が7名います。

活動内容

- ① 正しい認知症ケアを広めるために、研修会を開催
- ② 看護基準を作成
- ③ 認知症に関する相談窓口
- ④ その他



〈腎センター(透析室)より〉

現在、46床のベッドがあり、約150名の患者さんが血液透析治療をされています。腹膜透析併用も4名おられます。

透析導入時に、手作りの腎臓や透析の模型を使って指導を行っています。臨床工学士が透析の原理などをお話した後、看護師が目標体重や水分管理、食事指導などを行っています。高齢の方も増えており、模型があることで理解しやすくとても好評です。

今年7月に多世代交流施設ローカルコモンズが開設し、複合サービスを利用しながら透析に通われる方もおられます。透析治療が

安心して継続できるように連携を良くしていきます。
黒田 悦子



指導用教材



指導風景



指導風景

〈災害ボランティアに参加して〉

9月7日、11日、広島土砂災害のボランティアに参加しました。テレビで見る被害とは比べものにならないほどの悲惨な状況に驚きと、やっぱり人の力が必要であることを知らされた気がしました。1日は土砂の撤去、2日目は救護班として活動してその中には東京から参加された人もいて、「もっと近くの人頑張ろうよ」と素直な感想でした。

その中で一日かけてやっと家と家の土砂を撤去し、前を向くとまだまだ瓦礫の山で「無力感」も同時に感じました。そのことを話すと「ボランティアは継げる、続ける…」ですよ「継続です」と。若い男の子から教えてもらいました。

本当に貴重な体験をさせて頂きました。

副看護部長 中村

第1回

多世代交流施設

ローカルコモンズしんいち秋祭り

平成26年11月16日(日)11時～14時、ローカルコモンズ駐車場で「第1回ローカルコモンズしんいち秋祭り」を開催しました。

3時間という短い時間でしたが、皆様のご協力を得て、また好天にも恵まれて約700の方に楽しんでいただきました。

ステージイベントでは、寺岡事業本部長をはじめとする職員15名による豊年太鼓を皮切りに、結ま〜るによる沖縄エイサー、広島キッズマリンバアンサンブルによる素敵な演奏や新市鬼炎太鼓で盛り上がりました。ちなみに寺岡事業本部長には屋台でも活躍していただきました!その屋台も12種用意し、中でも揚げ饅頭は祭り終了を待たずに完売!「私も食べたかった」との声も頂きました。他にもキッズ列車・射的等の5つのキッズコーナー、入居者様による編み物の出展、ガーデンテラスではガーデン喫茶も営業し、子供からお年寄りまで幅広く楽しめるイベントになったと思います。

また、藤原医師は「宮城県雄勝町の復興を応援する福山の会」による被災地写真展には改めて震災復興について考えさせられました。同時に出品された雄勝石丸君や雄勝町物産展も大変好評でした。

最後は富くじ!一等賞品はなんと!話題のレイコップでした!当たった方、おめでとうございます!

地域の方からも「賑やかで楽しかったです。また来年も期待してます。」と嬉しいお言葉をいただきました。これからも多世代交流・地域連携を合言葉に、愛される施設を目指していきましょう。

(秋祭り実行委員長 橘高 英俊)



「ものづくり」でリハビリ

“ものづくり”を利用したリハビリは上肢機能訓練や認知機能訓練を目的としたリハビリテーションのひとつです。身体が不自由になられたり、日常生活で介護が必要になると、主体的な活動を行なう機会が少なくなってしまう。ものづくりは上肢機能や坐位耐久性などの身体機能の訓練としてだけでなく、認知活動の向上やコミュニケーションの広がり、そして豊かな感情を取り戻すための有効な手段となります。

マカロニでクリスマスリースを作ろう!



★ 準備物 ★

- ◎マカロニ
- ◎紙皿
- ◎穴あけパンチ
- ◎金や銀のスプレー
- ◎リボンやクリスマスっぽい飾り
- ◎カッター
- ◎ボンド



マカロニ以外はすべて100円ショップで購入できます。

マカロニを隙間なく貼り付けたり、立体的にするとよりゴージャスなリースになりますよ。

作り方



1 カッターで紙皿の真ん中を切り抜き、穴あけパンチで穴を1箇所開けておきます。



2 マカロニを紙皿の上にボンドで貼り付けていきます。



3 ボンドが乾いたら、金や銀のスプレーをして乾燥させます。



4 リボンやクリスマスっぽい飾りをつけて完成!!



頸動脈エコー検査について

どんな検査なの?

首にある頸動脈(脳に血液送っている非常に重要な血管)に超音波を当ててみることにより、全身の動脈硬化の程度などが測定できます。

この検査でわかることは?

動脈硬化の状態などを調べる検査です。動脈硬化は動脈内にさまざまな物質^{*1}が沈着して血管が狭くなり、血液の流れが滞る状態で自覚症状がなく進行し、また心臓病や脳血管障害などいろいろな病気を起こす要因となるので、注意しなければならない疾患です。

*1 さまざまな物質:コレステロールや脂肪など

ぜひ一度検査を受けてみてはどうですか。

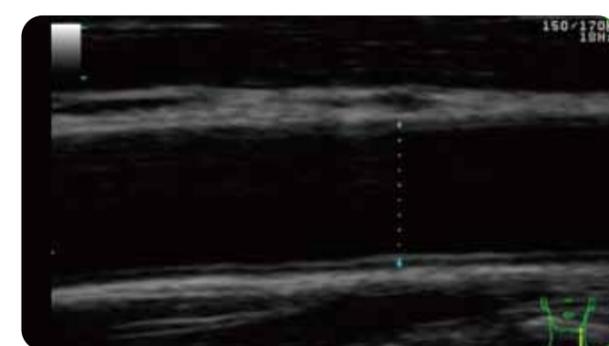


検査方法は?

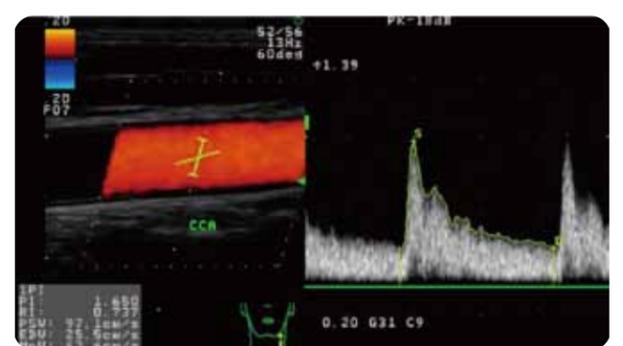
検査は仰向けに寝た状態で総頸動脈、内頸動脈などの①血管の太さ、②血液の流れ、③プラーク^{*2}の有無などを調べます。

検査時に痛みなどは伴いません。

*2 プラーク:動脈の血管内にコレステロールや脂肪などが沈着したもの



①血管の太さ



②血液の流れ



③プラーク

動脈硬化の程度を知り、早期に適切な治療を受けることは非常に大切なことなので、糖尿病、高脂血症、高血圧などがある方で気になる方はぜひ一度検査を受けてみてはいかがでしょうか。

インフルエンザワクチン

季節性インフルエンザは、毎年12月下旬から翌年3月頃まで流行します。インフルエンザにかかると、38℃以上の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などの症状が全身に強く現れます。また、普通のかぜと同様の症状(のどの痛み、鼻汁、くしゃみや咳など)も見られます。

さらに気管支炎、肺炎を併発します。重症化することもありますので、小児や高齢者は特に注意する必要があります。

インフルエンザの予防のためには、ワクチンを接種することが有効です。ワクチン接種により、インフルエンザにかかりにくくなるとともに、重症化することを防ぎます。



流行期には、以下の点に心がけることが大切です。



- 1.手洗い、うがいを励行する。
- 2.「咳エチケット」を守る。
(咳・くしゃみが出る時はマスクを着用するなど)
- 3.バランスの取れた食事を摂り、体力をつける。
- 4.部屋の中は、暖かくし、湿度(50~60%)を保つ。
- 5.人込みを避ける。



インフルエンザ 予防接種

実施期間 平成26年10月06日から
平成27年 1月31日まで

料 金

- 65歳以上の方 福山市1,000円
府中市2,000円
- 65歳未満の方 3,600円
- 2回目の接種は希望者のみ 2,550円

※65歳以上の方で福山市・府中市以外に在住の方は、「予防接種券」が必要となります。各市町村の窓口で「予防接種券」を発行してもらい持参して下さい。
◎詳しくは、病院受付にお問い合わせ下さい。

インフルエンザの予防接種のみで来院の方は、月・火・木・金曜日の15時~16時で受付をお願い致します。

受付の際に年齢の確認できるもの(保険証等)を持参して下さい。

肺炎球菌ワクチン 予防接種

実施期間 平成26年10月06日から
平成27年 1月31日まで

料 金

- 65歳以上の方 福山市3,000円
府中市4,000円

※市民税非課税世帯、生活保護世帯の方は無料で受けることができます。

※65歳以上の方で福山市・府中市以外に在住の方は、「予防接種券」が必要となります。各市町村の窓口で「予防接種券」を発行してもらい持参して下さい。
◎詳しくは、病院受付にお問い合わせ下さい。

●受付時間:11時まで
(日祝を除く)



受付の際に年齢の確認できるもの(保険証等)を持参して下さい。

寺岡記念病院 理念

トータル&シームレスケア 全人的で切れ目のない医療提供の推進

スローガン

保健・医療・福祉の統合とネットワーク形成による新地域医療を実践しよう

方 針

- ① 地域住民の健康と安心を守る医療機関であり続け、健康地域づくりに貢献します
- ② 医療を受ける人の個々のニーズに応える医療を提供します
- ③ 安全で良質な医療提供のためスタッフの職務能力と人格能力を高めます
- ④ 社会の要請に対応した医療を提供します
- ⑤ 長期的に安定した医療を提供するため健全な経営を行い病院の総合力を高めます

2014年の年末年始休診日

12/31(水)~1/4(日)まで休診となります。
緊急の場合は診察しますのでご連絡ください。

2015年寺岡記念病院 カレンダー

1月							2月							3月							4月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25
25	26	27	28	29	30	31								29	30	31					26	27	28	29	30		
5月							6月							7月							8月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
					1	2		1	2	3	4	5	6				1	2	3	4							1
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
24 31	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31	23 30	24 31	25	26	27	28	29	
9月							10月							11月							12月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5					1	2	3	1	2	3	4	5	6	7			1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31	29	30						27	28	29	30	31		

休診日のご案内

①日曜日・祝日 ②年末(12/31・1/1・2・3) ③お盆(8/15・16)

外来受付時間

●平日/午前8:30~11:30 ●土曜日/午前8:30~11:00

外来診察時間

●平日(月~土)/午前9:00~午後12:00 午後1:30~午後5:30

日曜・祝日
以外の
休診日

寺岡記念病院 外来診療表

平日:午前8:30~11:30
土曜日:午前8:30~11:00

診察室	月	火	水	木	金	土	
内科	1診	松本 寛	武田 昌	福田 真治	武田 昌	竹内 康人 (肝臓)	武田 昌
	2診	熊谷 功	熊谷 功	松本 寛	福田 真治	熊谷 功	松本 寛
	3診	浅野 豪	浅野 豪	竹原 幸人	工藤 健一郎	工藤 健一郎	福田 真治
	4診	河野 博行	西森 久和 (月2回・血液内科)	藤原 恵	河野 博行	竹原 幸人	藤原 恵
	専門外来			上野 弘貴 (脳神経内科)		中村 重信 (月2回・パーキンソン)	榎野 博史 (月1回・腎疾患)
	専門外来	前島 洋平 (月2回・糖尿病)		中川 晃志 (循環器)	武田 昌 (アスベスト)	松原 知康 (脳神経内科)	岩崎 良章 (月2回・肝臓)
脳神経外科	1診	寺岡 暉	寺岡 暉	寺岡 暉	寺岡 暉		寺岡 暉
	2診	竹信 敦充	竹信 敦充	新谷 祐貴	鳥取大学	竹信 敦充	東京大学
	3診	新谷 祐貴	花 大洵	東京大学	竹信 敦充	花 大洵	竹信 敦充
	4診			竹信 敦充			てんかん外来(月1回)
	専門外来		東京大学	東京大学		脳健診	頭痛外来 (月2回)
外科	1診	花畑 哲郎	浦久保 直澄	花畑 哲郎	浦久保 直澄	花畑 哲郎	浦久保/花畑
	2診	岡山大学	花畑 哲郎	浦久保 直澄	青山 克幸	浦久保 直澄	
	専門外来		川畑 拓也 (心臓血管)				
整形外科	1診	小坂 義樹	小坂 義樹	小坂 義樹	岡山大学	小坂 義樹	小坂 周 (第1週) (第2-3・4-5週)
	2診	小坂 義樹	小坂 義樹	小坂 義樹	小坂 義樹	小坂 義樹	
	専門外来			小坂 義樹 (小児整形)			
	専門外来			岡山大学 (形成外科)			岡山大学(第2-4週) (形成外科)
泌尿器科	1診	志田原 浩二	志田原 浩二	志田原 浩二	志田原 浩二	志田原 浩二	志田原 浩二

2014.12.1現在

専門外来		脳健診	水・金	午前8:30~午後1:00(予約制)
糖尿病	月 午後2:00~4:00(予約制)	パーキンソン病	金(月2回)	午後2:00~4:00(予約制)
肝臓病	金 午前9:00~12:00(予約制)	頭痛	土(月2回)	午前9:00~12:00(予約制)
	土(月2回) 午前9:00~12:00(予約制)	腎臓病	土(月2回)	午前10:00~12:00(予約制)
脳血管障害	火・水 午後2:00~4:00(予約制)	禁煙外来	火・木	午前9:00~11:30(予約不要)
小児整形外科	水 午後2:00~3:00(予約不要)		土	午前9:00~11:00(予約不要)
形成外科	水・土 午前10:00~11:00(予約制)	もの忘れ外来	月・火・水・木・土	午前9:00~11:00(予約不要)
心臓血管外科	火 午前9:00~12:00(予約制)	総合診療科	月・水・木・土	午前9:00~11:00(予約不要)
循環器内科	水 午後2:00~4:00(予約制)	てんかん	土(月1回)	午前9:00~11:00(予約制)

地域医療連携室

外来・入院紹介 TEL.0847-40-3656
FAX.0847-40-3657

CT・MRI検査予約 TEL.0847-51-8045

寺岡記念病院

TEL.0847-52-3140(代) FAX.0847-52-2705

通所リハビリテーション「フォース」

TEL. & FAX.0847-52-7655

ローカルコモンズ・ウィル

TEL. 0847-54-0620(代)

本誌について、ご意見ご感想がございましたら、是非お聞かせください。

ed. Kashio

T729-3103 広島県福山市新市町新市37 TEL0847-52-3140
E-mail:info@teraoka-hosp.jp http://www.teraoka-hosp.jp/

社会医療法人社団陽正会
寺岡記念病院



発行

2014.12
Vol.42

てらおか
メデイカル・クオーターリー