

ご自由にお持ち帰り下さい

かにえ病院 だより

2020年春号

当院の認知症ケアへの取り組み
回復期リハビリテーション病棟って？



地域のボランティアさん募集

老健かにえでは、入所の皆さんと一緒に楽しい時間を
過ごしていただけるボランティアさんを募集しています



当院の認知症ケアへの取り組み

～認知症サポートチーム（DST）～

認知症サポートチーム（Dementia Support Team）について

かにえ病院は、愛知県が進める「病院の認知症対応力向上事業」に参画しました。昨年9月には指導病院である津島市民病院の指導を受け、認知症ケアへの取り組みを強化しています。

その取り組みの一環として、認知症高齢者にとって予測される身体的な合併症や中核症状（記憶障害、見当識障害、理解・判断力の低下、失語、失行・失認などの認知機能の障害）、BPSDと呼ばれる周辺症状（妄想、抑うつ、興奮、徘徊、不眠、幻覚、意欲の低下などの精神機能や行動の症状）の出現に早い段階から介入し、本来の入院の目的や治療・リハビリが安全・適切に行われ退院していただくことを目的とした「認知症サポートチーム」を本年1月に設置し、活動しています。

メンバー



- 医師（認知症サポート医）：1名
- 看護師（認知症看護認定看護師）：1名
- 社会福祉士（医療ケースワーカー）：1名
- 薬剤師：1名
- 作業療法士：1名
- 病棟リンクナース：各病棟に3名ずつ
（チームと連携する看護師）



主な活動内容

	内容	目的
1	DST チームでのラウンド（回診）と病棟リンクナースとのカンファレンス ・1～2週に1回（14時～15時） ・患者一人あたり10分程度	ラウンド時、ケースごとに多職種によるカンファレンス（会議）を行うことで、入院患者さんがより良い医療・療養生活を送ることができるよう、メンバー全員で検討します。
2	認知症サポート会議 ・年2回（6月・12月）	また、その結果を持ち寄って検討することで、スタッフみんながより良いケアを提供できるようマニュアルを見直します。
3	院内全体勉強会（年1回）	認知症患者さんのケアに必要な対応力と質の向上を図ることで、より良い医療の提供に努めます。

地域と連携した取り組み

かにえ病院の中だけでなく、地域の医療・介護に携わる皆さんとも連携・勉強していく取り組みにも参画しています。

- 蟹江町ケアラズカフェ認知症勉強会
- 蟹江町認知症初期集中支援チーム（蟹江町オレンジチーム）
- かにえ月例勉強会（医療・介護関係者向け）

回復期リハビリテーション病棟って？

～認定看護師とセラピストマネジャー～

「回復期リハビリテーション病棟」では、急性期の治療を終え、自宅や社会に戻ってからの生活を少しでも元通りの状態に近づけるためのリハビリテーションを専門に行い、社会・在宅復帰を目指します。



当院の回復期リハビリテーション病棟は、開設後 10 年を経過しました。

回復期リハビリテーション病棟では病棟生活をリハビリの場とし、リハビリ訓練を通じてできるようになった動作を病棟の生活で行えるようにし、退院後もその人らしい生活が送れるように支援しています。

退院前には患者さんと共に自宅を訪問することで自宅での動作確認をし、それに合わせた住宅改修や福祉用具の提案をします。

また、退院後の生活に不安がある方についてはリハビリスタッフがご自宅に出向き、訪問リハビリを実施しています。

このように、回復期リハビリテーション病棟では入院から退院まで、多職種協働でチームアプローチを実施していますが、当院のスタッフには回復期リハビリテーション協会の認定を受けた「回復期リハビリテーション認定看護師」と「回復期セラピストマネジャー」がいますのでご紹介します。

「回復期リハビリテーション認定看護師」とは？

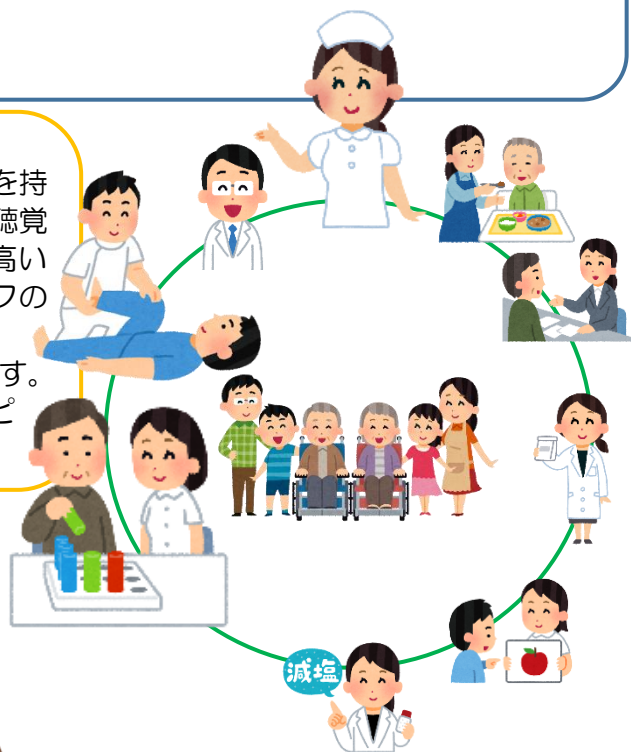
5 年以上の看護師経験と回復期リハ病棟での 1 年以上の経験を持つ看護師で、所定の研修を修了した看護師だけが認定を受けます。5 年ごとの更新には、1 回以上の研究大会での発表や勉強会への参加や開催実績が必要になります。日常生活を患者さんが自力で行えるよう、患者さんやご家族に寄り添った看護、看護ケアの実践を心掛けています。

当院には 1 名の認定看護師がいます。

「回復期セラピストマネジャー」とは？

8 年以上の経験と回復期リハ病棟での 1 年以上の経験を持ち、所定の研修を修了した理学療法士・作業療法士・言語聴覚士だけが認定を受けることができ、患者さんがより質の高いリハビリテーションを受けられるよう、「リハビリスタッフの教育・育成」、「病棟での安全なリハビリ提供のための管理」、「多職種との協働や運営に係る管理」を行っています。

当院には理学療法士に 1 名、作業療法士に 1 名のセラピストマネジャーがいます。



これまで、回復期病棟への入院には発症日からの日数制限がありました。4 月 1 日の診療報酬改定により、その条件がなくなりました。



回復期リハビリテーション病棟
回復期認定看護師
回復期セラピストマネジャー

高齢者と薬 ～花粉症治療薬～



花粉症は、

植物の花粉が原因となって起こるアレルギー疾患の一つです。スギ、ヒノキ、イネ、ブタクサなど、ほぼ年間を通じて何らかの花粉が日本中で飛散しています。

花粉が目や鼻に侵入すると、ヒスタミンなどのアレルギーを起こす物質が放出され、くしゃみや鼻水といった諸症状を引き起こします。

花粉症の症状を和らげる薬には、くしゃみ・鼻水によく効くものや、鼻づまりによく効くものなどがあります。

花粉症の3大症状



抗ヒスタミン薬について

花粉症治療によく使用される薬は、ヒスタミンの作用を抑えることで効果を示します。

抗ヒスタミン薬は開発された時期によって第一世代と第二世代に分けられ、1983年以降に発売されたものは第二世代抗ヒスタミン薬と呼ばれています。

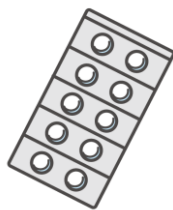
それぞれの違いとして、第一世代抗ヒスタミン薬は効き目が速く現れますが、眠気や口渇といった副作用があります。

第二世代のお薬は第一世代に比べ作用時間が長く服用回数が1～2回と少なくなっています。また、眠気などの副作用症状が大幅に軽減されており、現在花粉症治療で多く使用されています。

飲み薬・点眼薬・点鼻薬といった色々な種類の薬がありますが、効果や副作用の現れ方には個人差があります。第二世代も含め、抗ヒスタミン薬を飲んでいる間は眠気を感じたり、注意力が散漫になったりすることがあるため、車の運転や高所での作業など危険を伴う作業には注意しましょう。

また、高齢者ではオシッコが出にくくなるといった副作用が現れるお薬もありますので、そのような場合には医師や薬剤師、看護師などにお伝え下さい。

症状をできるだけ軽くし、普段と変わらない生活を送るためにも、症状にあった治療を早めに相談しましょう。



飲み薬



点眼薬



点鼻薬

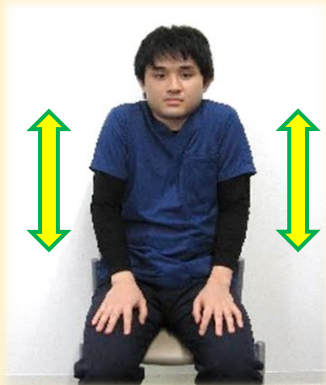
「肩こり」予防運動のご紹介！

最近、テレビや健康雑誌などで『肩こり』について特集されることが多く、**現代病・国民病**とも言われています。デスクワークや力仕事で肩がこり、頭痛など体調の悪化を起こすケースもあります。今回はそんな『肩こり』の予防運動を紹介します。

はじめに!!なぜ「肩こり」が起きるの？

肩こりの原因で最も多いのは、**筋肉の疲労**によるものです。肩は首や腕を支えているため、常に負担が掛かっています。そして、肩は複雑な構造でできており、身体の多くの機能を担っているため、疲労しやすい部分でもあります。そのため「肩こり」の症状が起きます。

辛い思いをする前に…。簡単な肩こり予防運動!!



①肩の上げ下げ

- 肩をすくめるように持ち上げ、力を抜きストンと落とします。
- 5回～10回繰り返します。
- 肩を上げた際、3秒ほどそのままにしましょう
- 呼吸は止めずにリラックスした状態で行いましょう！！



②肩回し

- 肩甲骨を大きく動かすイメージで肩を回します。
- 横から見たとき肩で円を描くように意識しましょう。
- 前回し・後ろ回しを10周ずつ行いましょう。
- 腕をしっかりと前に伸ばし、大きく回しましょう！！



③脇腹伸ばし

- 手を頭の後ろで組み、胸を張った状態を作ります。
- そのまま体を真横に倒します。これを左右交互に行います。
- 体を倒した際、30秒そのままにしましょう。
- 背中丸くせず、良い姿勢で行うことを意識しましょう！！

花粉に負けないカラダをつくろう！

ポイント【カラダの免疫力を高める！】

季節も春になり、辛い花粉症の症状に悩まされていないでしょうか？
外部から侵入した異物である花粉に抵抗し、カラダを守ってくれるのが“免疫”です。
花粉症以外にも、病気にかかりにくいカラダをつくるためには、この免疫力を高めることが大切になります。
今回は免疫力を高める「食べ方のルール」をご紹介します。

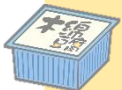


①たんぱく質を含む食品を しっかり！

免疫細胞の材料となるたんぱく質は魚介類、肉、大豆製品、卵などから適量を摂りましょう。

②ビタミン ACE【エース】を たっぷり！

ビタミン A(β-カロテン)、ビタミン C、ビタミン E には免疫力を高める力があります。
一緒に摂ることで抗酸化力アップ！



③ミネラルでバランス調節

食品に広く含まれる、カルシウムや亜鉛、セレンなどのミネラルは免疫細胞を増やし、活性化してくれます。

④腸内環境を整える

腸内細菌のバランスを整えると免疫細胞が働きやすい環境になり、免疫力アップにつながります。



➡ 栄養バランスのとれた食事を摂ることが免疫力アップにつながります



ビタミン ACE のごちそうサラダ ~爽やかヨーグルトドレッシングがけ~

材料[2人分]

- ・サーモン(お刺身用)：60g
- ・ブロッコリー：60g
- ・かぼちゃ：80g
- ・ミニトマト：80g
- ・アボカド：60g
- ・アーモンド：8粒

作りかた

- ①Aの材料を全て混ぜ、冷蔵庫で冷やしておく。
- ②ブロッコリー・かぼちゃは食べやすい大きさに切り、茹でて冷ましておく。
- ③ミニトマトは半分に、アボカドとサーモンは1cm角に切っておく。
- ④冷めた2と3を器に盛り、お好みの大きさに砕いたアーモンドを上からかける。
- ⑤冷やしたドレッシングを上からかけて完成！

(A) ドレッシング

- ・ヨーグルト(無糖)：大さじ3
- ・マーマレードジャム：小さじ2
- ・レモン汁：小さじ1と1/2
- ・オリーブ油：小さじ1
- ・ブラックペッパー：少々
- ・食塩：小さじ1/3



ビタミン ACE + タンパク質は美肌の味方にも！

- A (β-カロテン) 人参・とまと・かぼちゃ・にら・ほうれんそう など
 - C ブロッコリー・カリフラワー・かぼちゃ・いちご・オレンジ・大根の葉 など
 - E ブロッコリー・アボカド・アーモンドなどのナッツ類・かぼちゃ、ごま など
- それぞれの組み合わせを入れ替えて、いろんなサラダを楽しみましょう

[1人分] エネルギー：288kcal たんぱく質：10.7g 脂質：18.9g 炭水化物：27.1g 塩分：0.7g

診療技術部 栄養科 管理栄養士

病院スタッフの取り組み

1月16日（木）口腔ケア研修会

昨年の1月から、年1回行っている海部歯科医師会の先生方による「在宅歯科医療普及研修会」です。

歯科衛生士さんにも楽しく講義していただき、しっかり勉強できました！



1月30日（木）かにえ月例勉強会

本年1月からスタートした、月1回の「かにえ月例勉強会」。

今年は認知症をテーマに医療・介護に携わる地域の皆さんと勉強していきます。



2月20日（木）医療安全研修

患者さんの安全を最優先に考えた医療を提供するため、病院には必要な研修を受講した医療安全管理者がいます。

職員は、この管理者を中心に年2回以上の院内研修を行っています。



2月25日（火）防災訓練

いざという時のための防災訓練！

今回は、スタッフの少ない夜間の病棟で火災が発生したという想定でした。

患者さんに扮した男性事務職員の重さは想定以上で、ストレッチャーに載せるのに四苦八苦しました！



外来担当表

		月	火	水	木	金	土
午前	受付時間：8：30～11：30（診療時間：9：00～12：00）						
	内科1	榑原院長 (神経内科)	下野 (神経内科)	榑原院長 (神経内科)	榑原院長 (神経内科)	榑原院長 (神経内科)	
	内科2	良永 (循環器内科)	脇田 (総合診療科)	医師 (循環器内科)	岡本 (総合診療科)	伊藤 (神経内科)	医師 (交代制)
	内科3		山田 (老年内科)		河合 (糖尿病内科)	服部 (消化器内科)	
	整形外科	坂野副院長	羽賀	坂野副院長	山口	坂野副院長	坂野副院長 山口 (交代制)
午後	受付時間：16：30～18：30（診療時間：17：00～19：00）						
	内科1	良永 (循環器内科)	山本 脳神経外科	片山 (リウマチ科 17：45～)		医師 (交代制)	
	整形外科	医師 (交代制)	医師 (交代制)	坂野副院長			

- 診察は予約制ではありません
- 介護保険でのリハビリ（通所リハ）も行っていますが、医療保険のリハビリとの併用はできません
- （月）循環器内科、（火）総合診療科、（土）整形外科の担当医師に一部変更があります

～新しい総合診療科医師のご紹介～

皆様、こんにちは。4月より、着任しました脇田と申します。専門はプライマリケア（総合診療）・循環器です。総合診療のイメージ＝「NHK:総合診療医ドクターG」・・・と思われる方も多いかもかもしれませんが、あれは「やや特殊な・・・（病名は1万以上ありますが突拍子のない病名がでてくるので）」と・・・個人的には思っています。簡単に言うと、プライマリケアは「身近にあって、何でも相談にのってくれる総合的な医療」で、「患者さん中心のオーダーメイドな医療」です。

近年は、医学生から学年が進むにつれて患者さんに対する共感が低下していく報告もあります。患者さんに寄り添って共感し、一緒に疾患のcure（治療）とcare（心身や生活全体を俯瞰的に見て、生活の質を高めるための「お手伝い」）を心掛けて診療に携わりたいと思っています。

よろしくお願ひします！

総合診療科 脇田嘉登



医療法人瑞頌会 尾張温泉かにえ病院

通所リハ・訪問リハ・訪問看護

編集・発行：尾張温泉かにえ病院 広報委員会 発行：令和2年4月20日

