

健康生活インフォマガジン

池田病院だより

あいことば

Vol. 34

2013.SEP

♡ ささえあい

かさねあい♡

ごあいさつ

第1回地域リハビリテーション

かのや夏祭り

パーキンソン病について

基礎知識について パーキンソン病とは/パーキンソン病に似た別の病気/早期発見が大切
パーキンソン病にみられる精神症状・自律神経症状・睡眠障害

ナーシングホームひだまり

お知らせ

腎友会勉強会が開催されました/役職者研修
そうしんパールレディバレーボール鹿児島県大会/ナーシングホームひだまり栄養部門

外来診療表

～地域住民の健康を守るために 看護師が目指すもの～



看護部長
前野 かつ子

少子・超高齢社会を迎え、看護職の果たさなければならない役割は、多岐にわたるようになっていきます。一方で、医療は日一日と進歩し、高度化しています。当院においても、年々診療科は増え続け、治療内容も専門的になっています。

このような医療環境に対応するためには、看護師の確保と看護の質の向上は欠かせませんが、慢性的な看護師不足に苦慮しているのが現状です。そこで平成20年度から、潜在看護師を対象にして再就業支援セミナーを開始し、さらにはインターンシップやふれあい看護体験を実施し、看護師の確保に努めてまいりました。

その甲斐あってか、平成17年には162名だった看護師が現在では187名（平成25年8月1日現在）に増えています。平均在職年数は7年3ヶ月、平均年齢は39歳となっています。また、教育委員会を中心に、一人ひとりが自分自身でやりがいを見出し、自立した看護提供が実践できる看護職員の育成に努めています。

これからも職員が一丸となって、出会った人に感動を与えられるように、知識、技術、態度、心を磨いていきたいと思えます。

第1回地域リハビリテーション研修会 「摂食・嚥下障害の基礎知識」

平成25年8月21日（水）当院が指定を受けている肝属圏域地域リハビリテーション広域支援センターによる研修会が開催されました。講師には鹿児島第一医療リハビリ専門学校言語聴覚学科から島屋敷英修先生をお招きし、嚥下障害の基礎知識や嚥下トラブルを起こさせない為の工夫についてお話しを伺いました。また、水飲みテストや半固形物（ゼリー）テストなどの実演を交えながらの講演では、集まった医療・介護従事者約70名の参加者から「自らが体験する事で実践につなげる上でとても良かった」「食べる事の大切さを実感しました」などの感想が聞かれました。当支援センターでは今後もこの様なリハビリテーションの活動・技術支援に加えて、地域内で直面する問題を解決すべく各関係機関との連携促進に取り組んでまいります。



かのや夏祭り



鹿屋市で2日間にわたって行われる夏祭り、8月17日には、およそ3000人がハンヤ節に合わせて踊る「総踊り」に参加しました。

池田病院グループは、総勢150名が参加して、新調したみどりのTシャツで統一し華やかに踊りを披露し、見事4位に入賞しました。

また、翌日の花火大会にも協賛し、大隅半島では最大となる2尺玉をはじめ、2012年の倍近い約8000発が夜空を舞い錦江湾を彩る花火はとても魅力的でした。

地域住民とふれあい、全員で心をつなげて楽しく参加することができ、この夏一番の思い出になりました。



パーキンソン病について



パーキンソン病については2ヶ月かけて、

- ①パーキンソン病の基礎知識、②パーキンソン病の検査・治療をご案内します。
 ≪パーキンソン病というと「かわいそう」「お気の毒に」などの偏見や遺伝するのでは?という声を聞くことがあります。ここではパーキンソン病に関する正しい知識をお伝えします。≫

今月は「パーキンソン病の基礎知識」についてです。



★パーキンソン病とは?



- パーキンソン病は脳内にあるドーパミンという神経伝達物質が減少するのが原因で、**ふるえや体の動きがゆっくりになるなど、体が思うように動かない病気**です。わが国では、近年の高齢化に伴い、パーキンソン病患者数も増加しています。(左図)



日本での発症は、**50歳代後半から60歳代が多く**、65歳以上のおよそ100人に1人に見られ、まれな病気ではありません。高齢者に多い病気であり、150歳まで生きていたら全員パーキンソン病になるだろうと言われるほどです。遺伝については、50歳以上で発症した人の場合には、一般的には遺伝的要素はありません。

★パーキンソン病に似た別の病気があります



パーキンソン病と似た症状を持つもので、原因不明なものは**一次性パーキンソン症候群**、すなわち**パーキンソン病**、原因が明確なものは**二次性パーキンソン症候群**と呼ばれています。混乱しがちですので、違いを知っておきましょう。

| 一次性パーキンソン症候群 | 二次性パーキンソン症候群 |
|---|---|
| ●原因不明 | ●原因がわかっている |
| ① パーキンソン病 | ① 薬物性パーキンソン症候群 (一部の向精神薬、制吐薬、抗潰瘍薬など) |
| ② 若年性パーキンソン病 | ② 血管性パーキンソン症候群 (脳梗塞など) |
|  | その他あり  |

一次性パーキンソン症候群 (**パーキンソン病**) に関しては、治療法の開発が進み、**15~20年程度は独立生活が可能**となっています。しかし、二次性パーキンソン症候群での治療法は様々であり、抗パーキンソン病薬が効きにくい方もいらっしゃいます。



★パーキンソン病は早期発見が大切です。



《初期症状》

●ふるえ（全体の60%で出現）



左右どちらかの手がふるえるようになります。感情的なストレスや疲労により、ふるえは強くなる傾向があります。

●歩行障害（全体の20%で出現）



最初の一步が踏み出せなくなります。ようやく歩き出しても、歩幅が小さくなり、小刻みに足を引きずるように歩きます。

●動作緩慢（全体の20%で出現）



服の着脱や食事動作、寝返りなど、日常的な動作をするのが遅くなります。その他の初期症状として、嗅覚の低下やまばたきの回数が減る、食欲がなくなる、無表情になる、声が小さくなる、などがあります。



このような症状が見られたら、早めに地域医療支援センターで相談、もしくは**神経内科**などの専門医を受診しましょう。

★パーキンソン病でみられる精神症状、自律神経症状、睡眠障害

【精神症状】うつ症状、不安症状、幻覚・妄想など



うつ症状
 ・なんとなくやる気がしない
 ・気分が落ち込む
 ・体がだるい、すぐ疲れる

【自律神経症状】便秘、排尿障害、立ちくらみなど



便秘
 ・便秘になりやすい



排尿障害
 ・トイレが近い
 ・夜中にトイレに行きたくなる

【睡眠障害】



・なかなか眠れない
 ・夜中に起きてしまう
 ・昼間にとっても眠くなる
 ・横になると足がムズムズする
 ・明け方に筋肉がこわばって痛む

このような症状が見られたら早めに**神経内科受診**を！パーキンソン病は、早期に発見、薬物療法やリハビリを行なっていく事により、普通の生活を続けていく事も可能な病気です。



こんにちは！保健師です。

8月の退院指導介入患者数は21名。指導件数の多い疾患は、1位：糖尿病（3名）・慢性腎不全（3名）、3位：心不全（2名）・狭心症（2名）・閉塞性動脈硬化症（2名）とその他、様々な疾患の方に介入しています。今回からパーキンソン病を取り上げています。より多くの方にパーキンソン病について、身近な病気であることを知ってもらいたいと思います。（徳田、救仁郷）



★ポイント制★

現在、ひだまり通所ではポイント制を実施しています。

ポイント制とは？利用者様が、日常生活で行う食器の片付けや台拭き、自主的な歩行訓練や自転車こぎなど自分の為になる事を主体的に行うことでポイントを獲得し、貯まったポイントを外出やドライブ等に還元できるひだまりの取り組みです。

一人ひとり目標があり、皆さんそれを楽しみにポイントを貯めていらっしゃいます。

今回、ポイント還元にてドライブへ行きました。「初めて行ったけど行ってよかった。」や「次ポイントを貯めて違う場所へ行きたいな」と喜びの声が聞かれました。



400ポイント
ドライブツアー『神川大滝』



400ポイント
ドライブツアー『あすばる大崎』



400ポイント
墓参り同行 ~内之浦へ~



700ポイント
デザートツアー



ひだまり通所リハビリ曜日別平均利用人数

| 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 55名 | 50名 | 48名 | 48名 | 47名 | 52名 |

※特に、水・木・金・土の受け入れ可能です。新規にご利用を希望される方は下記連絡先まで直接ご連絡いただきますようお願い致します。

※お問い合わせ先 通所リハビリ 上村（支援相談員）・長谷川（理学療法士）

●介護老人保健施設とは、介護が必要な方の家庭復帰・在宅支援をめざし、生活サービスを行います。

利用対象者：介護保険の被保険者が対象となります。要支援1・2/要介護1～5の方（入所サービスは要支援を除きます）手続き方法は、当施設か担当ケアマネージャーにご連絡ください。見学をご希望の方はいつでも2階の受付またはお電話にてお申し付け下さい。



ブログアドレス★<http://blog.goo.ne.jp/hidamarinohohon>
ホームページアドレス★<http://ikeda-hp.com>
★ホームページからのお見舞メールもぜひご利用下さい。
←携帯はこちらから。ブログ「ひだまりのほほん日記」

介護老人保健施設
ナーシングホーム ひだまり
ショートスティ/通所リハビリ/訪問リハビリ
代表 (0994) 41-1200/通所 (0994) 41-1725

池田病院 腎友会勉強会が開催されました

8月18日（日）池田病院腎友会の勉強会が当院多目的ホールで開催されました。当日は透析に関する知識を深めようと約50名の透析利用者のご家族などが参加しました。



勉強会では、透析センターの作業療法士による腎臓リハビリテーションや透析中の運動療法に関する説明が行われ、実際にチューブを使用した運動、ストレッチなどの



実演が行われました。また、医事課スタッフによる災害伝言ダイヤル利用についての説明があり、最後に池田徹理事長による、現在行われている透析センターリニューアルの説明や鹿屋の医療の現状、透析利用者に対する熱中症についての講話がありました。

当院では、透析を利用される方が透析の知識を深め、より良い生活が送れるよう、今後も勉強会を始め、積極的にサポートいたします。



そうしんパールレディバレーボール 鹿児島県大会

8月17日（土）「第36回そうしんパールレディバレーボール鹿児島県大会」が鹿児島国際大学にて開催されました。



毎年、鹿児島相互信用金庫鹿屋支店エリアの代表として、池田病院バレー部が参加しており、最近は、なかなか良い結果を残すことが出来ていませんでしたが、今回の大会ではAパート20チーム中、見事第3位に入賞することができました。



役職者研修



8月9日（金）新館 多目的ホールにて(株)日本経営戦略人事コンサルティングの神田さんをお招きし、人事考課についての研修が行われました。

新たに役職に就かれた26名が部下を指導する立場になって、人を育てるとはどのようなものなのかディスカッションを行い、モチベーションアップ及び患者様の満足度アップにつながるよう、部下の模範となる行動を示せるように取り組んで参ります。

- 『1. こんな評価者は嫌だ、なりたくない』
- 『2. 今日、何を知りたいか、不安な点は何か』
- 『3. 適切な運用をしたらどんな良い影響があるのか』

などをテーマとして、熱心に研修しました。



ナーシングホームひだまり栄養部門

～栄養部門 おやつレシピ～

ひだまりでは毎日の食事の楽しみとして、おやつを提供しています。

おやつは楽しみ以外にも、3食で足りない栄養を補う意味もあります。

今回は利用者様に好評なおやつの中から、簡単に出来て、栄養も摂れるおやつを紹介します。

抹茶ミルクもち

(材料) 5人分

- 牛乳 200cc 片栗粉 大さじ2½杯
- 砂糖 大さじ4杯
- 抹茶 小さじ½杯(好みで加減して下さい)
- きな粉 適量

作り方

- ① 鍋に牛乳、片栗粉、砂糖、抹茶を入れてよく混ぜる
- ② 弱火にかけて、もち状になるまでさらに練り混ぜる
- ③ 容器に移して冷ます
- ④ 適当な大きさに切り分けて、きな粉をまぶして出来上がり



(1人分カロリー 92kcal カルシウム 55mg)

池田病院 外来診療表 9月

| 診療科目 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----------------|-----------------|-----------------|--|-----------------------------|------------------|--------------------|
| 一般内科 | 武田 和久 | 久木田 稔正 | 武田 和久 | 武田 和久 | 池田 大輔 | |
| 腎臓内科 | 吉留 悦男 | 吉留 悦男 | 池田 徹 | 池田 徹 | 吉留 悦男 | 西本 紀一郎 (28日のみ) |
| CKD専門外来 | | 屋 万栄 | | | | |
| 肝臓内科 | 井戸 章雄 | | 平峯 靖也 | | 有馬 卓志 | 柴藤 俊彦 (14日・28日) |
| 血液内科 | 大納 伸人 久木田 稔正 | 大納 伸人 | 大納 伸人 久木田 稔正 | 大納 伸人 | 久木田 稔正 | |
| 神経内科 | 白石 匡史 樋口 雄二郎 | | | 白石 匡史 岩田 真一 | 白石 匡史 | |
| 消化器内科 | 堀之内 史郎 | 堀之内 史郎 | 佐々木 文郷 | 堀之内 史郎 | 堀之内 史郎 沼田 政嗣 | 堀之内 史郎 |
| 呼吸器内科 | | | 寒川 卓哉 | 内田 章文 | | 寒川 卓哉 (21日・28日) |
| 呼吸器外科 | | | | 渡辺 有為 (5日・19日) | | |
| 糖尿病内科 | | | | 上久保 定一郎 (26日のみ) | 西牟田 浩 | |
| 循環器科 | 東福 勝徳 | 池田 大輔 | 東福 勝徳 | 池田 大輔 東福 勝徳 (12日・26日) | 東福 勝徳 | 池田 大輔 |
| リハビリテーション科 | | | | | | 川津 学 (7日・21日) |
| 整形外科 | 川井田 秀文 | 川井田 秀文 | | 川井田 秀文 | 川井田 秀文 | 《手術日》 |
| 放射線科 (画像診断) | 宮川 勝也 | 宮川 勝也 | | 宮川 勝也 | 宮川 勝也 | 宮川 勝也 |
| 歯科 | 奥家 信宏 淵田 亜沙子 | 奥家 信宏 淵田 亜沙子 | 奥家 信宏 淵田 亜沙子 | | 奥家 信宏 淵田 亜沙子 | 奥家 信宏 |
| 循環器科 | | 心カテ 園田 幸一郎 | 心カテ アングイオ | 池田 大輔 | 東福 勝徳 | |
| 整形外科 | | | 八尋 雄平 (4日・18日) あべ松 昌彦 (11日・25日) | | 富永 博之 (20日のみ) | |
| 放射線科 (画像診断) | 宮川 勝也 | 宮川 勝也 | | 宮川 勝也 | 宮川 勝也 | |
| 歯科 | 奥家 信宏 淵田 亜沙子 | 奥家 信宏 淵田 亜沙子 | 奥家 信宏 淵田 亜沙子 | | 奥家 信宏 淵田 亜沙子 | 奥家 信宏 |

【初診受付】 午前…8:30～11:00 午後…休診

【再診受付】 午前…8:30～11:00 午後…休診

※午後の診療は、予約以外は休診となります。但し、急患はこの限りではありません。

*手術、学会等により、診療時間の変更、担当医師の不在等があります。

*一般内科以外は予約を受け付けております。事前にご連絡ください。

*整形外科…再診の方は、予約をお願いします。(初診はこの限りではありません)。

*健康診断…各種健診を承ります。お電話にてご予約できます。(TEL0994-40-8782 医事課)

*放射線科…ご予約・紹介は専用直通電話とFAXへお願い致します。(TEL0994-45-5163 FAX0994-45-5271)

*歯科…ご予約は専用直通電話へお願い致します。(TEL0994-43-6468)

《初診の方は情報提供書をお願い致します。》

※かかりつけ医のある方は、当院に初診で来院される際、必ず紹介状をご持参ください。

池田病院 医療法人青仁会 池田病院

〒893-0024 鹿児島県鹿屋市下祓川町1830番地 <http://www.ikedahp.com/>

☎ 109941-43-3434

☎ 109941-40-1117