

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. 52

2015.MAR

♡ ささえあい

かさねあい♡

介護保険制度改定について

進化する地域包括ケアの課題

健康だより

アレルギー性鼻炎ってどんな病気？/アレルギー性鼻炎と風邪の違い
アレルギー性鼻炎にはどのようなものがあるか/早めの受診と治療をオススメします

ナーシングホームひだまり

池田メディカルフィットネスセンター
内田チドリ様の短歌が「山茶花2月号」に掲載

3月 外来診療表

血液浄化センター通信

お知らせ

医療安全標語 / 感染対策委員会 / 大隅地区糖尿病学術講演会

平成27年度 介護保険制度改定について

介護老人保健施設
ナーシングホーム ひだまり
事務長 重吉 邦寿



平成27年度は三年ごとに見直される介護保険制度の見直しの年です。2月6日に厚生労働省より改定案が出されています。見直された内容のひとつは中重度の要介護者や認知症高齢者の方に力を入れていくというものです。国はこれから介護度の高い方や認知症高齢者に介護保険料を重点的に使い、反対に介護度の軽い方は地域の住民やボランティアの力を借り、地域で支えていくことで介護費用を抑えることを考えているようです。要支援といわれる軽度の利用者はデイサービスと訪問介護を利用できなくなります。その受け皿として平成29年度までに各市町村が主体となって行われる「新しい総合事業」に移行されますが、軽度の利用者にとっては受けられるサービスは縮減となりました。

また介護保険の見直しは制度のほか各事業所が介護サービスを提供することにより支払われる介護報酬の見直しも行われます。この介護報酬はそれぞれ介護を提供する事業所の収入となります。収入が増えれば職員の増員や設備の改修、新しい物品を入れるなどすることでサービスの質を上げることができますが、今回はマイナス改定となりほとんどの事業所の収入が減ることになるでしょう。残念ながら質の向上ができる事業所は少ないと考えています。国に財源がないことと、介護保険の費用に充てる予定だった消費税増税が先送りになったことがその理由とされています。

今回の改定では利用者にとっても介護事業者にとっても厳しい改定となりましたが、一方で国からの強力なメッセージも読み取れます。介護保険制度の給付理念である「尊厳を保持し、その有する能力に応じ、自立した日常生活を営むことができるよう」これからの介護サービスの提供は 要介護者、サービス提供者、地域住民、行政が自立支援に向けた取り組みを今まで以上にしなければならないということです。要介護者はできる限り自立するための努力をしていくこと。サービス提供者はその人の能力をしっかりと把握し、必要

以上のサービスの提供はしないこと。地域住民はその人を地域で支えていくという意識を持って自発的に協力すること。そして行政は住民の意見に耳を傾けその地域に必要なサービスを作っていくこと。これからの介護保険はそれぞれが、それぞれの役割をしっかりと理解し果たしていくことが必要となりそうです。



進化する地域包括ケアの課題



池田病院 事務部長
寺前 学

これからの医療介護政策の最重要テーマの一つは「地域包括ケア」です。

地域包括ケアは、法律上の定義では「高齢者が可能な限り住み慣れた地域で、その有する能力に応じて自立した日常生活を営むことができるよう、医療、介護、介護予防、住まい及び自立した日常生活の支援を包括的に確保」することであるとされています。高齢者の暮らしを支えるには地域の見守りや助け合いが必要であり、市町村の高齢者施策のこれからの基盤となる考え方として、介護の分野から生まれました。一方、医療の分野でも「病院完結型モデルから地域完結型モデルへの転換」という考え方が出てきました。背景には患者さんの多くを高齢者が占めるようになり、肺炎、骨折、認知症などがその例ですが、単に疾患を治すだけでは根本的な解決にならないケースや、そもそも疾患自体を完治できないケースが増えてきたことがあります。これは、特に大都市部での入院ベッドや入所介護施設の圧倒的な不足により、在宅医療に頼らざるを得ないという事情もありますが、自宅での療養や看取りを望む住民の希望にも沿うものでもあります。

地域包括ケアシステムの制度設計について、当初から中心的役割を果たしてこられた田中滋氏(慶應義塾大学名誉教授)は、「2014年は『地域包括ケアシステム構築元年』である」と言われています。このシステムが求められる背景は、よく指摘される「団塊の世代の75歳超え」だけではなく、第一に急性期治療だけでは完結せず、長期的・継続的なケアニーズをもった患者さんが主流となったことがあります。第二には短期間の介入では解決できず、地域における包括ケア・生活支援体制が不可欠である認知症患者数が著しく増加したことが挙げられるでしょう。そして第三には、2025年頃には年間160万人を超える看取りが必要となりますが、これらをすべて病院に委ねるようなあり方は機能マヒ・崩壊を引き起こしかねず、地域の看取り力と在宅医療の力を活かすためにも地域包括ケアシステムを作り上げなければならない、とされています。

地域包括ケアの現在の課題は、それぞれの地域において、誰がどのように行動すれば実現できるのかという方法論に移ってきました。池田病院を中心とした池田グループのみならず、地域のすべての地域包括ケア関係者とアライアンスを構築していかなければなりません。全国のどの地域でも完成してはいません。私たちが競争ではなく協力・提携することにより、鹿屋・大隅の地域において日本一の地域包括ケアシステムが実現できるかもしれません。



※厚生労働省：地域包括システムより引用

アレルギー性鼻炎



●アレルギー性鼻炎ってどんな病気？

くしゃみ・鼻みず(水様性)・鼻づまり が3大症状です。



くしゃみ



鼻みず



鼻づまり

風邪でもないのに、突然くしゃみや鼻みずが止まらない。鼻もつまる……。そんな症状が続いたら、アレルギー性鼻炎かもしれません。アレルギー性鼻炎とは、アレルギー反応によって起こる鼻の粘膜の炎症です。

近年、アレルギー性鼻炎にかかる人の数は増加しており、多くの方が、この鼻炎に悩まされています。

●アレルギー性鼻炎と風邪の違い



風邪とアレルギー性鼻炎の症状はよく似ています。その鼻の症状は、もしかしたらアレルギー性鼻炎かも!? アレルギー性鼻炎の特徴として次のような症状があります。風邪が長引いている方はチェックをしてみましょう。

- 透明でサラッとした鼻みずが出る。
- 1週間以上、くしゃみや鼻みずが続いている。
- 目と鼻にかゆみをとまなう。
- 1日中くしゃみが止まらないことがある。
- 熱はあっても微熱程度で高熱ではない。

チェックした数が多い方は、
アレルギー性鼻炎の可能性が
高くなります。

●アレルギー性鼻炎にはどのようなものがあるか



通年制アレルギー性鼻炎

- ダニ
- 家の中のちり(室内塵、ハウスダスト)
この中には、ダニのほか、蛾、ゴキブリなどの昆虫、ペットの毛、フケなども含まれています。

抗原は季節に関係なく一年中ありますから、
症状も一年中あります。

季節制アレルギー性鼻炎(花粉症)

- 原因となる花粉の飛ぶ季節にだけ症状があります。
- スギ●ヒノキ●カモガヤ●ブタクサ●白樺
などが代表的抗原です。

自分が反応する花粉の飛散時期により、
症状は春に出たり秋に出たりします。

●アレルギー性鼻炎ってどんな病気？*

鼻炎は素人治療を続けていますと効果が不十分なうえ、いろいろな症状(体がだるい、頭が重い、疲れやすい、眠れない、集中できないなど)があらわれる場合があります。また、放置していますとだんだんと症状が強くなり悪循環に陥る事があります。耳鼻咽喉科やアレルギー外来への早めの受診をオススメします。

① 抗原の除去と回避

鼻に入る抗原の量を減らすことは、治療の第一歩で、患者さんにしかできないことです。

室内ダニの除去

- ①室内の掃除は、掃除機をゆっくり動かし、1畳あたり30秒以上の時間をかけ、週に2回以上掃除する。
- ②布張りのソファ、カーペット、畳はできるだけやめる。
- ③ベッドのマット、布団、枕にダニを通さないカバーをかける。
- ④部屋の湿度を50%、室温を20~25度に保つように努力する。

花粉の回避

- ①花粉情報に注意する。
- ②飛散の多い時は、窓・戸を閉めて、外出を控える。
- ③外出しなければならない時には、花粉のつきやすい毛羽立った衣類を避け、マスク・メガネを着用する。
- ④外出から帰宅時、入室前に衣服や髪をよく払い花粉を落とす。入室後なるべく早く、洗眼・うがい・鼻をかむ等、体に着いた花粉も落とす。
- ⑤掃除を励行する。

ペット(特にネコ)抗原の減量

- ①症状がひどい場合、できれば飼育をやめる。もしくは屋外で飼い、寝室に入れない。
- ②ペットとペットの飼育環境を清潔に保つ。
- ③カーペットをやめ、フローリングに。通気を良くし、掃除を励行する。

② 薬物療法

薬物療法は、最も一般的に行われている治療法です。抗アレルギー薬を基本に、必要に応じて症状を和らげる薬を併用します。

③ 特異的免疫療法(減感作療法)

薬で症状が改善しない場合に用いられる治療法で、原因となっている特定の抗原の抽出液を皮下注射します。低濃度・少量から始めて、徐々に濃度と量を増やし、その抗原に対する体の免疫機能を高めていきます。2~3年間、定期的に抗原の注射を続けると約70%の人が良くなるといわれています。

④ 手術療法

鼻腔の形に異常があって症状が改善されにくい人、薬物療法等では鼻づまりが治まらない(鼻の粘膜の腫れがひどい)人には手術療法が効果的です。



こんにちは！保健師です。

2月の退院指導介入患者数 16名。指導内容は、糖尿病・透析・禁煙指導・精神的フォローなどです。昔と比べ花粉症になる方が増えているようです。今までどうもなかったのに、いきなり発症というケースもあるようですので、バランスのとれた食事や運動、禁煙など体にいい事始めてみませんか？

地域医療支援センター：徳田、救仁郷



介護老人保健施設 ナーシングホームひだまり

通所リハビリ 初詣

初詣 ～今年も通所リハビリにひだまり神社が登場～

神主様より皆様にお祓いをして頂き、利用者様はひだまり神社に次々とお参りをされました。利用者様の中には、通所リハビリで使用しているポイントカードをお賽銭の代わりに賽銭箱に入れ、おみくじを引いたりされていました。おみくじの結果を職員に読んでもらったり自分で読んだりして、「お参りに行けなかったから良かったあ」との声が多数聞かれました。



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
56名	48名	47名	49名	51名	52名

※どの曜日も受け入れ可能です。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 繁昌(支援相談員)・長谷川(理学療法士)

●介護老人保健施設では、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
ショートステイ/通所リハビリ 訪問リハビリ
代表(0994)41-1200/通所(0994)41-1725

池田メディカルフィットネスセンターで **リハビリライフ** 始めましょう!

リハビリ特化型
デイサービス

医療法人
青仁会



池田メディカル
フィットネスセンター
Ikeda Medical Fitness Center



○池田メディカルフィットネスセンターは、運動に特化した短時間デイサービスです。個々の生活目標に合わせて、理学療法士が運動プログラムを立て、運動提供スタッフがサポートします。

40歳以上で身体に不安のある方も
月/木曜日の15時45分～17時15分、ご利用できます。
お問い合わせは、45-4536:ほしの

1月より要介護認定者の方も、ご利用可能となりました。

ナーシングホームひだまり
～短歌雑誌「山茶花2月号」に掲載されました～

現在、ひだまりに入所中の
内田チドリ様の短歌をご紹介します。

介護職愛とまことの限りおば 人につくすを目前に見る

*たとえ課せられた仕事とはいえ、介護士の仕事は大変根気のいるものです。
愛とまことの限りとは作者の素晴らしい目だと思えます。
頭の下がる気持ちですね。 (雑誌講評)

先日、内田チドリ様に郵便物が届いたので居室へ持って行くと、「見てごらん、私が書いたのが選ばれたのよ!」と短歌雑誌「山茶花」を見せてくださいました。

チドリ様は「あなた方、介護の人を詠ったのよ。」と掲載されている短歌と講評を読んでもうございました。私たち介護職員の働く姿を、このように短歌として詠って頂けるということは、私たちにとってこれほど嬉しいことはありません。

今後も職員一同、利用者様が快適に安心して過ごして頂けるよう、日々精進してまいります。



【内田チドリ様のご紹介】



■内田チドリ様プロフィール
大正9年3月10日生まれ
94歳

誰にでも、気さくに声をかけられ、フロア内でも他の利用者様とよく話をされています。若い頃より、手先が起用で洋裁の免許を取られたとのこと。「子どもにも沢山洋服を作ってあげていたのよ。」と教えてくださいました。現在も入所婦人会活動への参加を楽しみにされており、ぬいぐるみなどの手芸も手際よく作られています。俳句については、昔から毎月専門誌へ応募されるほど好きで、居室にも口作の短歌を飾られています。

池田病院 外来診療表

3月

診療科目	月	火	水	木	金	土	
午前	一般内科	今中 大	久木田 稔正	佐久間真友子	中嶋 秀人詞	佐久間真友子 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 (14日のみ)
	透析内科	屋 万栄 阿部 正治	村岡 良朗	屋 万栄 村岡 良朗	屋 万栄 村岡 良朗	屋 万栄 村岡 良朗 春田 隆秀	春田 隆秀 村岡 良朗
	CKD専門外来		屋 万栄	野崎 剛			
	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	中嶋 秀人詞
	神経内科	樋口 雄二郎	白石 匡史		岩田 真一	平松 有	
	消化器内科 (肝臓内科)	井戸 章雄 (2日・16日)	有馬 卓志	平峯 靖也	今中 大	森内 昭博	柴藤 俊彦 (14日・28日) 有馬 卓志
		堀之内 史郎 佐久間真友子	堀之内 史郎	堀之内 史郎 今中 大	堀之内 史郎	堀之内 史郎 佐々木 文郷	今中 大
	呼吸器内科	上野 史朗	上野 史朗	寒川 卓哉	俣木 浩子	上野 史朗	寒川 卓哉 (14日・28日)
	呼吸器外科				横枕 直哉 (5日・19日)		
	糖尿病内科		上久保定一郎 (24日のみ)			西牟田 浩	
	循環器内科	東福 勝徳	池田 大輔 伊集院 駿	東福 勝徳	池田 大輔 東福 勝徳 (12日・26日)	東福 勝徳 友松 範博	池田 大輔
	リハビリテーション科						川津 学 (7日・28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	
午後(予約のみ)	循環器科			池田 大輔	東福 勝徳		
	整形外科			音羽 学 (4日・18日) 中村 俊介 (11日・25日)	富永 博之 (6日・20日)		
	放射線科 (画像診断)	宮川 勝也	宮川 勝也		宮川 勝也		
	乳腺外科	船迫 和		船迫 和	船迫 和	船迫 和	
	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。

※予約に関するお電話は午後2時～5時の間をお願い致します。

*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…受診希望の方は、ご予約をお願いします。(急患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)

*乳腺外科…お電話にてご予約できます。(TEL0994-40-8782 医事課)

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

※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。



医療法人青仁会 池田病院

[0994]-43-3434

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

[0994]-40-1117

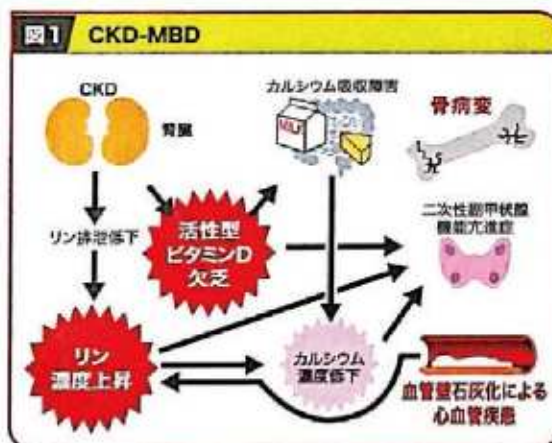
血液浄化センターより、透析治療に関する様々な情報をお届け致します。

血液透析に関わる方への CKD-MBD講座



腎臓はミネラルのバランス維持に大きな役割をはたしています。腎臓の機能が低下すると、ビタミンD不足およびカルシウムの血液内の濃度が下がります。さらに尿からリンが十分排泄されないと、副甲状腺ホルモンが増加します。結果として骨がもろくなります。

腎臓病により、リン・カルシウム・PTHのバランス異常を骨だけでなく、血管の石灰化など全身に影響を及ぼします。骨に対して運動・サプリメントだけでなく、リンの取りすぎも控えないといけません。



透析時に、ビタミンDの内服及び注射を使用し、骨及び血管を守っています。近年では、血圧や酸化ストレス改善など多面的な作用が報告されています。

ビタミンD投与は、副甲状腺ホルモンを単に抑えるだけでなく、ビタミンD補充としても使用できます。過剰に体内に入るとカルシウム上昇し石灰化を加速させます。何事もほどほどが良いですね。



※ CKD-MBD(慢性腎臓病に伴う骨・ミネラル代謝異常)

医療安全標語について

厚生労働省で、毎年11月25日を含む1週間を医療安全推進週間と定めています。これは、「患者の安全を守るための共同行動(PSA)」の一環として、医療機関や医療関係団体等における取組みの推進を図り、また、これらの取組みについて国民の理解や認識を深めていただくことを目的としています。

これに伴い、今年度も当院に於いて「医療安全推進に関する標語」を募集しました。

病院全体で42件の応募があり、以下の3作品を優秀作品として選びました。院内の医療安全に対する一年間の行動目標として取り組んでいきます。

1. 「伝達は 伝わらなければ 独り言」
2. 「思い込み 一番危険 その行為」
3. 「聞いたつもり 見たつもり したつもり つもりつもって事故の元」

医療安全管理委員会

平成26年度 後期院内感染対策研修会

2月12日、平成26年度後期院内感染対策をテーマに研修会を開催しました。感染対策については、すべての職員が必ず年間2回以上の研修を受講することを義務付けていますが、今回後期研修として開催し、「結核について～自分自身がかからないために～」と題して当院の上野史朗医師(呼吸器内科部長)が講演しました。感染対策は病院全体の取り組みであり終わることのない重要な課題ですので、今後も継続して研修を重ね、患者様へ安心安全な医療が確実に提供できるよう、研鑽してまいります。

講師：呼吸器内科部長
上野 史朗先生 (写真)



大隅地区糖尿病学術講演会

2月4日(水) ホテルさつき苑に於いて、90名程の医療関係者が参加される中、大隅地区糖尿病学術講演会が行われました。講演では、当院の屋 万栄医師(腎臓内科部長)より「血液透析治療の現状(当院での取り組み)」、特別講演では今村病院院長 鎌田 哲郎先生による「糖尿病腎症に対する糖尿病チーム医療」についてご講演がありました。

