

**FREE
無料**

ご自由に
お持ち帰り下さい。

広報誌スマイル

Smile

Vol. 18

August
2016

医療法人錦秀会 阪和第二泉北病院

<http://www.kinshukai.or.jp/kinshukai/hanwadaini/>

阪和第二泉北病院からのお知らせ

「パーキンソン病」の 短期集中リハビリ入院が はじまりました

P2~3

阪和インテリジェント医療センター

乳房専用PET装置 (PEM) 導入のお知らせ (期間限定)

P5

「すーちゃん」と「まいるくん」の
この人に話を聞いてみたい!

P4

〈レギュラーメニュー〉

◎医療福祉相談室便り P6

◎栄養部便り P7

◎病院の取り組み P7

※緩和ケアだよりは今回、
お休みさせていただきます

「Photo 職員 出路 育未」

 敷地内禁煙



「パーキンソン病」の 短期集中リハビリ入院が はじまりました

Q パーキンソン病って

どんな病気？

A 神経伝達物質が足りずに
起こる病気です

パーキンソン病は、神経伝達物質であるドーパミンが足りずに起こる病気です。脳が出す運動の指令がうまく伝わらず、スムーズに動けなくなります。50〜60歳代で発症することが多く、ゆっくりと進行します。日本人の約1000人に1人がこの病気にかかると考えられています。

主な症状は手足がふるえる「振戦」「筋肉がこわばる（筋固縮）」「動きが遅い（無動）」「バランスがとりにくい（姿勢反射障害）」の4つです。治療の基本は薬物療法や外科的療法です。適切な治療を行えば症状を改善したり進行をくい止めることができます。出来るだけ早期から薬物療法と並行してリハビリテーションを行うことが大切です。

Q パーキンソン病の

リハビリテーションとは？

A 進行を予防しながら動作を
再び行いやすくします

○身体の開節が固くならないようにするための関節可動域練習

○歩行・立位時の転倒を防ぐためのバランス及び歩行練習

○行いにくくなった日常生活動作（食事、トイレ、更衣動作など）を獲得するための動

作練習等を理学療法士、作業療法士が実施していきます。

また、

○声が出しやすくなるよう顔や舌の筋肉を働かすトレーニングやボイストレーニング

○食物を飲み込みやすい姿勢を作ることなどは言語聴覚士が介入していきます。

パーキンソン病の場合、症状の進行を予防しながら日常生活において困難になつてしまった動作を再び行いやすくしていくことがリハビリの主目標になります。

Q 阪和第二泉北病院

パーキンソン病の短期集中
リハビリプログラムとは？

A 患者様ひとり一人に効果的な
リハビリをご提供します

パーキンソン病の治療の基本は薬物療法とリハビリテーションです。自宅で療養されている患者様は通院が難しい場合も多く、十分な量のリハビリテーションを受けることは困難です。近隣の神経内科クリニックで多くのパーキンソン病患者を診察されている医師からの「患者様にもっと効果的なリハビリを受けてもらい、少しでも長く症状の進行を遅らせて、活動的な生活を送ってほしい」との声に共感し、当院のパーキンソン病の短期集中リハビリプログラム計画がスタート、5月に第1号の患者様を迎えることができました。

Q どんな入院生活ですか？

A 患者様にあわせて
24時間サポートしています

基本的には4週間の入院となります。入院患者様は、住み慣れた自宅と環境が変わることにより、気分が落ち着かなかつたり、長い距離を歩くことで転倒への配慮が必要になったりします。看護師・介護スタッフは入院前の生活、現在の症状についてご本人、ご家族から聞き取りを行い、病室の環境設定、ベッドやマットの選択、食事、入浴、トイレなど、入院中の日常生活について、どのようにお手伝いするかを相談し決定していきます。パーキンソン病は日常生活全般がリハビリとなります。全てを介助するのではなく、安全な方法を考慮した上で、出来ることは自分で行っていただき、お薬の影響で動きにくい時間はお手伝いするなど、患者様に合わせた看護計画を立て、24時間サポートしています。

Q リハビリの

スケジュールは？

A スタッフで相談して
組み立てます



気になる症状、自宅での生活で特に困っていることについて、じっくりと話し合い、医師の指示のもと、個別の症状に応じたオーダーメイドのリハビリプログラムを患者さんと



ハビリスタッフで相談しながら組み立てていきます。

Q オリジナル

「太極拳」とは？

A 障害の改善に有効とされる
集団療法です

看護師を中心に、週3回の集団療法を実施しています。毎週火曜日には椅子に座っておこなう太極拳があります。緩やかで流れるような、ゆったりとした太極拳の動きは、正しい姿勢・バランスや重心の運用法を身につけるのに役立ち、パーキンソン病の姿勢反射

障害の改善に有効とされています。音楽に乗せてゆっくり体を動かす時間で、心もリラックスします。パーキンソンダンスも実施しています。

Q 退院の時期は？

A 退院前カンファレンスで最適な時期を決めます

退院後のかかりつけ医やケアマネジャー、訪問看護、リハビリスタッフの方にも参加していただき、退院前カンファレンスを行います。リハビリの進行状況やご要望によつては、相談の上、入院期間を延長することもあります。また、退院後の環境面に不安のある方に対しては、必要に応じて、退院前にご自宅を訪問させて頂き、段差の有無の確認、手すりや動きやすい家具の配置などの提案をさせて頂くこともあります。

Q 他に特徴がありますか？

A 患者様や家族様同士の交流を大切にしています

このリハビリプログラム入院の方はできる限り同じ病室に入院していただくようにしています。入院中の患者様、家族様同士、同じ病室療養中ということで、情報交換されていたり、励ましあっていたり、退院の時には連絡先を交換していたりされていました。当院の入院がきっかけで、患者様同士が繋がりに



パーキンソン病患者様の リハビリテーションの流れ (4週間プログラム)

入院	1週目	2週目	3週目	4週目	退院
	初期評価(入院日から約3日間)			最終評価(退院日までの約3日間)	
<p>目標: 筋肉や関節の動きやすさを高め動作緩慢を軽減させる リラクゼーション、ストレッチング、マシントレーニング、抗重力筋活動運動</p>					
<p>目標: ベッド周囲動作能力の向上 起居動作練習、立ち上がり動作練習、立位保持練習 伝い歩き練習</p>					
		<p>目標: 屋内(院内)生活能力の向上 各種歩行練習(歩行器・杖歩行、独歩)、更衣動作練習、 排泄動作練習、入浴動作練習</p>			
		<p>目標: 家事や屋外生活能力の向上 家事動作練習(炊事、洗濯、掃除等)、屋外歩行練習(歩行器・杖歩行、独歩) 階段昇降練習、車への乗降練習、自転車漕ぎ練習</p>			
<p>必要に応じて声が出しやすくなるよう顔や舌の筋肉を働かすトレーニングやボイストレーニングを言語聴覚士が行います。 また、継続して安全に楽しく食事ができるよう、食物を飲み込みやすい姿勢を作ることや現状に合った食形態の提案を行います。</p>					

助け合ったり支えあったりした関係が作られていくことはとても喜ばしいことです。リハビリが進むにつれ、「姿勢がよくなった」「身体が調子がいい」と、ご本人やご家族の喜びの声を聴かせていただいたり、1日2〜3回のリハビリに毎日努力されている様子に、逆に私たちスタッフが日々励まされています。

パーキンソン病は進行性の疾患です。退院後も療養は続きます。かかりつけ医、在宅サービス提供スタッフと今後も連携をとり、必要な時は再度リハビリを受けていただくなど、患者様の生活を支えるお手伝いを続けていきたいと考えています。



この人に話を聞いてみたい!

今回は薬剤部 樽井敬史さんにお話を聞きました。



薬剤師の仕事とは どういうものですか?

病院の薬剤師の仕事内容とは、病院に外来として来た患者様の処方箋に対してお薬を準備することはもちろんのこと、処方箋内容が正しいのかを確認し患者様に安心してお薬を飲んでもらい、その後のお薬による副作用がないかの確認を次回来院時に確認することです。

入院患者様では慢性期病院ということから長期間入院を要する人がたくさんおられます。

長期入院のために、患者様のペースに合わせてお薬の説明を行うこと、外来の患者様と同様に副作用確認も行っています。



医療現場においてどのような役割を担っていますか?

今までの薬剤師の仕事は医師の処方箋を元にお薬を正しく取り揃えることが中心だったのに対して、近年では薬剤師が薬のことについて詳しく理解しているために、薬剤師の立場から患者様にお薬のアドバイスや医師に処方提案などすることが重要視されてきています。

これから医療が複雑になるにつれて、薬剤師が薬のプロとして重要性が増してくると考えています。

投薬ミスの最後の砦として…一番伝えたいこと

医療ミスのニュースが時々報道されていますが、その中で薬の種類や量を間違えて投与してしまった話もしばしば聞かれます。

薬剤師は患者様に薬をお渡しするにあたって、最後の確認を行う医療スタッフです。

このため、投薬ミスの最後の砦として、患者様の健康被害を防ぐ意味でも重要な役割を担っています。特に注意したいのは、患者様がアレルギー体質を持っている場合や妊娠している場合、高齢患者様などです。

これらのケースでは、一般的な人では問題がなくても予期せぬ副作用を引き起こす可能性があるため細心の注意が必要です。

特に高齢患者様では一般的な人と比べて生理機能が低下しているため通常量でも副作用を起こしてしまう方もおられます。患者様一人一人にあったお薬の整理も大切だと考えています。

お薬を飲んでいたら安心するという余分に薬をもらっておいた…とよく患者様から耳にしますが、そのお薬が原因で患者様に不利益がおこる可能性もありますし、負担額も大きくなりデメリットの方が多いです。残薬の確認もこれから重要になってくると考えています。

「すーちゃん」と「まいるくん」の



従来

医師からの処方箋

↓
処方箋の内容があっているか
(用法・用量)など

↓
正しいお薬の調剤

↓
患者様に渡す

今後

医師からの処方箋

↓
処方箋の内容があっているか(用法・用量)など

↓
正しいお薬の調剤

↓
患者様に渡す

↓
副作用がないかの確認
渡した薬が正しく飲めているか・残薬はないか



一言お願いします

患者様に「ありがとう」って言ってもらえるだけで頑張れます。

もっと個人としての知識も増やすため様々な経験を積んでいこうと思っています。そのためには【行動力】が大切だと考えています。

一つのことを極めていくスペシャリストになるのも一つの考えですが、幅広い知識を目指すジェネラリストを目指すのもありなのでは?と最近考えたりもしています。

様々な職種、患者様から信頼される薬剤師になっていきます!

これからも患者様の為にごんばって下さい。

最先端の検査で乳がんをチェック

阪和インテリジェント医療センター

乳房専用PET装置（PEM）導入のお知らせ

昨今、テレビなどで乳がんに関するニュースを耳にする機会が多くなっています。実際に日本では乳がんの患者数は年々増加し、若年化している傾向にあります。しかし、乳がんは比較的治療がしやすいがんとも言われており、早期に発見できればできるほど、治癒率は高まり、乳房を切除せずにすむ可能性も高くなります。

この度、阪和第二泉北病院の専門検査棟である阪和インテリジェント医療センターに、最先端の乳がん検査装置である古河シンテック社製の乳房専用PET装置「PEMGRAPH（以下：PEM）」が導入されました。従来の検査よりも早期の乳がんを発見できる検査装置です。

※PEMは平成29年3月31日までの期間限定での導入です。

◎PEMってどんな検査？

「PEM」は、全身のがんを検査するPET装置をさらに乳房に特化して開発されたものです。乳房専用の検出器を使用するため、従来のPET装置では発見が難しい、径1cm以下の小さな腫瘍の発見も可能となります。また、一般的に乳がん検診などで行われる「マンモグラフィ」に比べて、乳房への強い圧迫が不要のため、痛みを感じることなく検査を受けることが可能です。



(PEM検査の様子)

◎他の乳がんの検査との違いは？

乳がんを検査する画像検査には「PEM」のほかに「マンモグラフィ」「乳腺超音波検査」があり、それぞれの検査には長所と短所があります。阪和インテリジェント医療センターでは「PEM」と「乳腺超音波検査」を合わせて行いますので、より精度の高い検査が可能です。

(表1 乳がんにおける各画像検査の特長)

検査の種類	PEM	マンモグラフィ (当センターでは実施していません)	乳腺超音波検査
長所	<ul style="list-style-type: none"> 検査による痛みが少ない。 乳腺の多い若い女性～40代の女性の病変も見つけやすい。 マンモグラフィ、乳腺超音波検査では発見できなかった病変を発見出来る。 月経周期の影響を受けにくい。 着衣のまま検査ができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 乳腺が萎縮した中年～高齢の女性の病変を見つけやすい。 40歳以上の女性は2年1回、市区町村による公費助成を受けられる。 	<ul style="list-style-type: none"> 被曝の心配がない。 妊娠中でも受診することができる。 乳腺が発達している若い女性の方の病変も見つけやすい。 がん以外のう胞なども見つけやすい。
短所	<ul style="list-style-type: none"> 微量だが被曝する。 検査費用が高額である。 	<ul style="list-style-type: none"> 強い痛みを伴う。 微量だが被曝する。 乳腺が発達している若い女性のしこりは見つけられない場合がある。 検査技師の技量に左右される。 	<ul style="list-style-type: none"> 検査技師の技量に左右される。

◎PEMを受けるにはどうしたらいい？

阪和インテリジェント医療センターでは「PEM」と「乳腺超音波検査」をセットにした新たなオプション検査「乳がん検査セット」を開始致しました。
●PETプレミアムコースおよび●PETエクセレントコースのオプション検査として受診いただくことが可能です。(※「乳がん検査セット」および「PEM検査」のみでの受診はできません。)

※「乳がん検査セット」は平成29年3月31日までに受診される方が対象です。

(表2 各検査コース内容)

コース名	主な検査内容	健診代金(税込)
PETプレミアムコース	全身PET検査、MRI/MRA検査、胃内視鏡検査など	¥207,360
PETエクセレントコース	全身PET検査、MRI検査など	¥147,960

※上記の2コースのオプション検査として「乳がん検査セット」をお選び頂けます。

オプション検査名	検査内容	オプション代金(税込)
乳がん検査セット	PEM検査、乳腺超音波検査	¥36,180



(PEMGRAPHの外観)

PEM・健診に関する
ご予約・お問い合わせは下記まで。

《お電話での問い合わせ》

錦秀会インフォメーションセンター 健診予約担当係

TEL: 0120-787-500

受付時間: 月～土(祝日除く) 9:00～17:00

《ホームページ》 <http://www.kinshukai.or.jp/himc>
「阪和インテリジェント医療センター」で検索

※ホームページにはPEMについて専用のページを設け詳しく紹介しております。ぜひ一度ご覧ください。

第5回

連携施設に
おじゃましました!



ここがスゴイ!

今回は、「特別養護老人ホームやすらぎの園」さんにお伺いしました。特別養護老人ホームは、常時介護を要する方が入所される介護施設です。「やすらぎの園」さんでは、4人部屋や個室、ユニット型個室（トイレ付き）の3タイプのお部屋があります。

「やすらぎの園」さんには、お部屋のタイプが3つあるので、希望があれば他のお部屋に移る（たとえば4人部屋から個室へ）こともできるそうです。色々なお部屋の機能を持った「やすらぎの園」さんならではのメリットですね。



ユニット型特養とは、少人数のグループ単位で、ユニットごとに個室と共同のスペースを持ち、お食事やお風呂など全てが小規模のユニットの中で整う環境の施設です。少人数だからこそ、一人一人の個別ケアを尊重しながら、その方に合った生活リズムで過ごせたり、スタッフや他の利用者さんとの関わりを大切にできます。

「やすらぎの園」さんは1ユニット10人。家庭的な雰囲気の中で、それぞれの利用者さんにやすらぎを提供されています。ユニットごとにお菓子作りなどのレクリエーションを企画したり、外食などお出かけされることもあるそうです。少人数だからこそできることですよ。



ユニット型の居室。日当たりのとっても良いお部屋でした!



取材日はホットケーキを作って皆さんで召し上がられていました。お好み焼きも人気メニューだそうです!混ぜたり焼いたりお手伝いされる方も。



とっても美味しそう!チョコレートとシロップ、好きな方を選んでおられました!



◎日帰り旅行

「やすらぎの園」さんでは、家族さんと協力しているいろいろな行事の企画などをされています。日帰り旅行はご家族も一緒に参加されています。花鳥園や淡路島に行かれたことも!



◎納涼大会

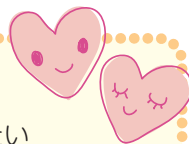
今年は8月6日開催予定。地域の方やボランティアさん、さかい・つくしこども園の子どもたちも参加されるそうです。賑やかでとても楽しそう!



◎ファッションショー

利用者さんのお気に入りの服装をしてもらい、レッドカーペットの上を歩きます。お着物の方もいれば、ドレスの方も。みなさんお似合いです!

施設のモットー「心のケア」



なにごとにも限界を作るのではなく、利用者さんのやりたいという気持ちを大切にされています。たまたまテレビのコマーシャルで大阪城の3Dプロジェクションマッピングを知った利用者さん。「見に行きたい!」その一声から、急遽企画して皆さんで外出されたこともあるそうです。普段からできないと決め付けるのではなく、「できるためにどうしたらよいか」考えることを心がけておられます。利用者さんにとっても家族さんにとっても喜びですよ!



【施設概要】

特別養護老人ホーム やすらぎの園

〒599-8248 大阪府堺市中区深井畑山町2528-1

☎072-270-7000

入所のご相談はこちらまで

栄養部便り

夏の疲れに栄養満点の「納豆お好み焼き」を

納豆が苦手な方でも食べやすいメニュー

残暑厳しい日が続きますが、夏バテなど起こされていませんか？

今回は、このように疲れがたまりやすい時期に、簡単に作れる「納豆お好み焼き」をご紹介します。

納豆と山イモのネバネバ成分は同じムチンという糖たんぱく質であるため、納豆でも山イモと同様にふっくらと仕上げることができます。納豆に含まれる大豆イソフラボンが女性ホルモン様の作用があり、更年期障害の症状を緩和すると言われています。また、男性では前立腺癌の予防効果の研究も進んでいます。さらに、食物繊維による便秘改善効果も期待できますので、ぜひお試しください。

山イモの代わりに納豆でふっくら 『納豆お好み焼き』



材料 (1人分)

生地	●キャベツ	100g
	●小麦粉	50g
	●和風だしの素	3g
	●納豆	20g
	●卵	1個
	●水	50ml
●油	小さじ1	
●豚バラ肉 (薄切り)	2枚	
●お好みソース	適量	
●マヨネーズ	適量	
●花かつお	適量	

- ①キャベツは1cm角に切る。
- ②ボールに生地材料を入れて混ぜる。
- ③フライパンに油を敷き、②を丸く厚みが均一になるようにのばし、上に豚バラ肉をのせる。
- ④蓋をして弱火で約5分加熱し、焼き目がついたら、もう片方の面は蓋をせずに弱火～中火で約4分加熱する。
- ⑤皿に移してお好みソース、マヨネーズ、花かつおをかければ完成。



ワンポイントアドバイス

- 納豆は先によく混ぜてから生地に入れると粒がほぐれやすくなります。
- ソースとマヨネーズが納豆独特の匂いを抑えてくれます。

病院の取り組み

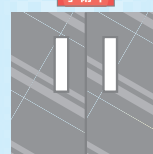
年間600件を超える手術症例とそれを支える手術スタッフ

当手術室スタッフは看護師10名、中材スタッフ2名総勢11名の少人数ではありますが、人工関節をはじめ外傷による骨折、歯科口腔外科、CVカテーテル留置等の手術を昨年は約600件を担当しました。

スタッフは老若男女様々ですが皆やる気があり、元気なメンバーばかり!!

僕が、私かと皆業務をどこよりも高い集中力、そして素早く行ってくれています。(←自負ですが)。病棟と比べ患者様に関わる時間は短いですが「ありがとう」という言葉で癒され、笑顔になりそして輝きます。これが手術室スタッフの働く活力になり日々業務を行っています。

手術の介助だけでなく手術当日までに術前訪問を行い、患者様に手術の流れを説明。少しでも不安軽減が出来るようにしています。また患者の保温やプライバシーの保護のため容易に着脱出来るインナーシャツを着用してもらっています。「とても温かかったです」「恥ずかしくなかった」と好評価をいただいています。



当院へのアクセス



道路事情により遅れる場合がありますので
あらかじめご了承ください。

電車でお越しの方

- ①南海高野線「中百舌鳥駅」、
地下鉄御堂筋線「なかもず駅」より、
南海バス「もず陵南町西」下車南へ徒歩5分、
もしくはタクシー(2.2km)
- ②JR阪和線「上野芝駅」、
泉北高速鉄道「深井駅」より、
病院送迎バス、もしくはタクシー(1.7km)

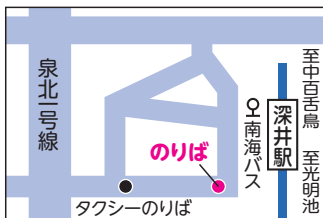
お車でお越しの方

- ①阪神高速堺線終点下車、26号線浜寺中学校
左折、約10分
- ②阪和自動車道堺IC下車、約15分

送迎バスが駅から送り迎え致します。

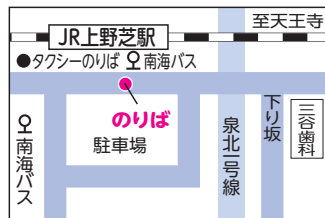


▶ 泉北高速鉄道「深井駅」



※深井駅のバス乗り場は事情により若干移動することがあります。
※道路事情により遅れる場合がございますのであらかじめご了承ください。

▶ JR 阪和線「上野芝駅」



送迎バス時刻表

泉北高速鉄道 深井駅				
	平日・土曜		日曜・祝日	
	深井駅→病院	病院→深井駅	深井駅→病院	病院→深井駅
7	15 40	05	7	15 40 05
8	00 20 40		8	00 20 40
9	20 55	10 45	9	20 55 10 45
10	15 40	05 30	10	15 40 05 30
11	15 40	05 30	11	10 50 00 40
12	30 50	40	12	50 40
13	20 50	10 40	13	20 50 10 40
14	20 50	10 40	14	20 50 10 40
15	10	00 45	15	10 00
16	00 25 50	15 40	16	10 45 00 35
17	15 40	05 30 55	17	40 30 50
18	05 30 55	20 45	18	00 20 40 10 30 50
19		10 35	19	15 40
20		15	20	15

JR阪和線 上野芝駅				
	平日・土曜		日曜・祝日	
	上野芝駅→病院	病院→上野芝駅	上野芝駅→病院	病院→上野芝駅
7	15 40	05	7	15 40 05
8	00 20 40		8	00 20 40
9	20 55	10 45	9	20 55 10 45
10	15 40	05 30	10	15 40 05 30
11	15 40	05 30	11	10 30 00 20
12	30 50	20 40	12	20 10
13	20 50	10 40	13	20 50 10 40
14	20 50	10 40	14	20 50 10 40
15	10	00 45	15	10 50 00 40
16	00 25 50	15 40	16	45 35
17	15 40	05 30 55	17	40 30 50
18	05 30 55	20 45	18	00 20 40 10 30 50
19		10 35	19	15 40
20		15	20	15

お知らせ

前回お知らせしました、A棟B棟間の渡り廊下の
アクリルガラス入れ替え等工事が完了しました。
ご協力ありがとうございました。
続きまして、B棟1階フリー라운ジの改
修工事中です。
ご不便をおかけしますが、ご了承お願い
致します。



医療法人 錦秀会
阪和第二泉北病院

【住 所】〒599-8271 大阪府堺市中区深井北町3176番地
【連絡先】TEL. 072(277)1401(代)
【U R L】http://www.kinshukai.or.jp/kinshukai/hanwadaini/

