

MISAKI

KOKUBU CENTRAL HOSPITAL  NEWS

vol.3

霧島市民に必要とされる施設
美崎会 活動 情報誌



FREE

ご自由に
お取りください

ひとこと 病院長からの

世界が歴史的な出来事の渦中にある今、
革命のようなものが必要なのかもしれませんね

こんにちは。病院長の藤崎です。

新型肺炎が報告されてから約3~4ヶ月ですが感染拡大の勢いはすごく、中国…、韓国…、日本…、それ以外にも世界レベルで広まっており悲しいことに多数の死者もでております。80歳以上の高齢者や糖尿病患者などの易感染状態にある人が感染すると死亡率は20%にもなるようです。

このままいくと本当に東京オリンピック中止という事態まで想定していた方がよさそうです。今回の事態は経済など様々なことに大きな影響を与えることは明白であり世界中が一刻も早い収束を願っております。

しかしながら日本政府の対応は非常に甘くてトロいものであり全てが後手に回っている状態です。当院の横にはドラッグストアがありますが開店前からマスクを求めてお客さんが並び、マスクの転売ビジネスが流行り、薬品メーカーがマスクの増産態勢の入るなど、もはやパニックになっているといってもよさそうです。

近いうちに鹿児島での感染者の報告もあるでしょうから備えが必要となります。治療法がないわけですから、感染予防しかありません。3/14の安倍総理の会見はがっかりです。高校野球もスケートも大きなイベントも中止。

学校は休校。非常、緊急事態宣言。世界中で株価の大暴落と企業の倒産。津波は目の前です。国に依存することなく乗り切りましょう。

革命のようなものが必要なのかもしれませんね。

令和2年3月14日 藤崎 剛斎

当法人の経営理念、基本方針が変わりました。

皆様に一層充実した看護介護サービスをご提供できるよう励みます。

経営理念

職員・家族が幸せになれる慢性期病院づくり

基本方針

患者さんの権利を守るよう、組織全体で与えられた義務を果たします
危機管理、コンプライアンスを常に念頭に置き、日々作業にあたります
言い訳をせず、素早く決断・行動し、結果を振り返り、改善を図ります

生きることは食べる事

摂食嚥下機能療法とは…？

摂食とは、食べ物を認知することから始まり食べ物を口の中に取り入れる事。

嚥下とは、食べ物を嚥んで飲み込むまでの一連の動作を指します。

摂食嚥下機能療法とは、この過程で問題があり食事が難しくなっている方に対して、食べ物の選択、食べる姿勢などを検討し、食べることのサポート全般を言います。



慢性期病院では、高齢な患者さんを対象にすることが多い病院です。
年を重ねるごとに歯の状態が変化し、また飲み込む力というのは相応に低下していきます。
当院から退院される患者さんは、在宅や施設へ退院される方がほとんどです。
医療機関で患者さんの『食べる』に対して『安全』を提供できる最後の医療機関だと自覚しています。
日本の高齢者死亡原因の上位3位以内に、肺炎が入っています。肺炎には、誤嚥性肺炎といった食べ物をうまく飲み込むことが出来ず、肺に炎症をきたしてしまう病態も含まれています。
高齢者にとって、食べるということはそれだけ危険を含んでいる行為でもあるのです。
当院言語聴覚士は、安心して安全な食事を目指して食べる力を向上することはもちろん、その方が生活していくうえでどういった食事ならば安全に食事生活していくのか相談させていただいています。



記事／国分中央病院 言語聴覚士
重田 祐子 (写真中央)

言語聴覚士は、コミュニケーションをとるための治療を提供するイメージを持たれていますが。そのため、喋りづらい病態が発生する脳疾患を扱う病院に多く働いています。しかし当院では、コミュニケーションの治療に加え摂食嚥下機能療法に力を入れています。5名の言語聴覚士が『食べたいと思う物を、最後まで楽しく口から食べる』という理想を基に、日々患者さんの『食べる』に向き合っています。



これからの看護師の姿

特定行為研修を修了した看護師をご紹介します。



特定行為に係わる研修は 2015 年 10 月から開始された制度で、これからの超高齢化社会に向けて、看護師の実践的な理解力、思考力及び判断力並びに高度かつ専門的な知識及び技能の向上を図るための研修であり、すなわちチーム医療のキーパーソンとなる看護師を育成する為に創設された制度なのです。詳細は厚生労働省のHPにも記載されていますが、特定看護師になると、高度かつ専門的な知識と技能を身に着けた看護師が、医師が指示として作成した「手順書」に従って一定の診療の補助を行うことができます。

このような制度が始まった背景として、日本は 2025 年には、超高齢化社会を迎え、それに伴い患者さんの増加、医師不足による充足した医療の提供が困難になることが予測されています。医療の世界も今後は在宅医療に向かっていく流れであり、患者さんの状態を的確に見極め、タイムリーな対応が取れ、「治療」「生活」の両面から患者さんを支えることができる看護師が必要になると考えられています。



当院の特定看護師ができること

- 呼吸器（人工呼吸療法に係るもの）関連
- 呼吸器（長期呼吸療法に係るもの）関連
- 栄養に係るカテーテル管理（CVC）関連
- 栄養に係るカテーテル管理（PICC）関連
- 創傷管理関連
- 栄養及び水分管理に係る薬剤投与関連
- 感染に係る薬剤投与関連
- 血糖コントロールに係る薬剤投与関連
- 精神及び神経症状に係る薬剤投与関連

全国に 1685 名の研修修了者（平成 31 年 3 月末）がおりますが、国の目標とする 2025 年までに 10 万人には程遠いものがあります。当院には 6 名の特定看護師がおりますが、1 病院に複数の特定看護師が在籍していることは珍しく、他の病院に比べ早い時期から実際の臨床の場で特定行為を実施する体制ができています。今後は、在宅医療推進・医師不足の問題改善のためにも、特定看護師の必要性や重要性を広める活動につなげていけたらと考えております。

もっと伝えたい

介 | 護 | の | お | 仕 | 事

国分中央病院
看護部
河本 智美



「夢」を叶える仕事、それが介護の仕事です

介護の仕事ってどんなイメージですか？

高齢者のおむつを取り換える、ごはんを食べさせる、着替えを手伝うというシーンが思い浮かぶ人が多いと思います。いわゆるお世話ですね。

また、介護の仕事は「きつい、汚い、給料が安い」の3Kだと言われることがありそれを聞いて、この仕事に就くことをためらう人もいるかもしれません。

たしかにそれらは働いている人が感じる印象なのかもしれません。

しかし、その中で忘れてはいけないのが介護士の行う仕事に関しては、『ありがとう』がセットになっていることです。

介護士が提供するものは 『 介護 』 です

介護に関してはどこまでも質が求められます。自分自身が真心を込めて対応した行動は、必ず『ありがとう』のお返しが待っています。なぜなら、患者さんが一番困っていることに手助けを行えるのは介護士だからです。また、患者さんの出来なかったが出来るに変わる瞬間にもっとも立ち会えることも介護士が一番多いと言えます。これらは、何にもかえがたい『やりがい』です。実際に当院でも、働いている人の話を聞いてみると……

Staff Voice

当院
スタッフ
の声

Voice
1

患者さんや家族に笑顔が出てきてありがとうと感謝されるとき、元気のなかった方がどんどん元気になったときなどには、やりがいを感じ、社会の役に立っていると実感できます。

Voice
2

自分で提案したやり方で、患者さんの生活が変わった瞬間の笑顔は、自分も感動してしまいました

マイナスイメージが付きまとう介護の仕事ですが、実は楽しいこと、やりがいのあることがたくさん。

介護職にしか味わえない感動もたくさんあります。

昨今メディアでは、介護士不足の問題は高齢化の進行の時によく取り上げる問題です。

将来の『夢』や、セカンドライフの選択肢に介護士を目指してみたいはいかがでしょうか。

栄 養 通 信

国分中央病院
管理栄養士
木園 広海



当院の糖尿病食事療法について

従来の糖尿病の食事療法は、カロリー制限によって行っていました。そのエネルギー比率は糖質 60%、たんぱく質 20%、脂質 20%でカロリーや脂質制限をすることが困難、アルコール制限をしなければならないという欠点がありました。

また、血糖値を上げる原因となる栄養素は糖質のみであるので、糖質が多い従来のカロリー制限食は、食後血糖値上昇、追加分泌インスリンが大量の必要となっていました。

一方、当院は糖尿病患者には糖質制限食で対応を行っております。この食事は糖質のみを制限すればよく、食後高血糖が起こらない、追加分泌インスリンもごく少量で済むなどの利点があります。

※エネルギー比率：1日に摂る食事全体のエネルギーに占める割合 (%)

	従来のカロリー制限食	糖質制限食
エネルギー	1,400kcal	1,400kcal
糖質	210g	30g
ポイント	<ul style="list-style-type: none"> ■ カロリーや糖質制限 ■ 食べられる物、量の制限が厳しい ■ アルコールも制限 	<ul style="list-style-type: none"> ■ カロリー制限不要 ■ 肉や魚等食べられる物が多い ■ 蒸留酒は飲酒可
食後の血糖値	上昇	無し
追加分泌インスリン	大量	極少量
食事例	 <p>主食、主菜1品、副菜1品、汁物、果物、朝のみ牛乳</p>	 <p>主菜3品、副菜1品、汁物、朝のみ豆乳、チーズ納豆</p>

当院の糖質制限食は、主食が付かない代わりに主菜を通常より2品(少量)付加、豆乳・納豆・チーズでエネルギー調整を行っています。また、米・パン・芋・麺などは禁止とし、揚げ物の衣などは、おから粉を使う工夫をしています。

おすすめレシピ ～糖質制限チョコケーキ～

1
ピース

- カロリー 37 kcal
- 糖質 2.1g

材料 (12cm型) 12ピース分

おから粉 60g
ココア 30g
ベーキングパウダー 4g

絹ごし豆腐 100g
ラカント 80g
サラダ油 12g
無調整豆乳 50ml

作 り 方

1. Bの材料をボウルでよく混ぜる。(豆腐はしっかりつぶします)
2. 1にAの材料をふるいにかけてながら加えて、ヘラでねっとりとしてくるまで混ぜ合わせる。
3. 180℃に予熱したオーブンで35～40分焼きます。
4. 粗熱がとれたら冷蔵庫に入れ、冷やして出来上がり。



ポリファーマシー について

医療法人美崎会
薬剤師
松枝 寛治



皆さんは「ポリファーマシー」という言葉をご存じですか。ポリファーマシーとは、治療に必要以上のお薬が投与されている、あるいは不必要なお薬が処方されている状態のことを指します。ポリファーマシーの問題点は、薬の飲み間違い、薬剤費の増大に伴う医療費の高騰、薬物による副作用の増加、残薬の増加などが挙げられます。薬をたくさん飲むということは副作用が発生する確率も高くなりますし、また薬の組み合わせによる相互作用による思いがけない有害事象の派生、薬の効きすぎ、逆に効きにくくなるが発生したりと問題が起きることもあります。

また高齢の方は身体能力の低下と同様薬を分解する能力も低下してきます。今は何も副作用が発生していなくてもこれから年齢を重ねていくと、薬を分解する機能の衰えが来た時に有害事象が生じる可能性も出てきます。

これらの問題を避けるには服用するお薬の量は最低限にし、最大限の効果が得られるような調整が必要になってきます。お薬を減らす為にできることは色々あります。体操や散歩などの運動や十分な睡眠をとることで体の免疫力を高め、お薬を減らすこともできます。食べる食事の内容や量を調整することで健康を取り戻すこともできます。あなたが飲んでいるそのお薬は本当に必要でしょうか？

お薬手帳の話



お薬手帳は患者さんとお薬を紐づける手段として非常に重要な役割を果たしています。ですから、今一度、再確認の意味も込めてお薬手帳についてお話ししたいと思います。お薬手帳とは、自分が使っている薬の名前・量・日数・使用法などを記録できる手帳です。副作用歴、アレルギーの有無、過去にかかった病気、体調の変化などについても記入できます。

実は先程述べました**ポリファーマシーの問題とも密接な関係**があります。

そもそもお薬手帳は患者さんの治療への積極的な参加が治療成功の鍵であるという発想から生まれた概念であり、このようなポリファーマシーを見つける際に、お薬手帳は有効です。お薬手帳には、過去、そして現在のお薬の履歴が記載されています。ですから、似たような効能効果の薬が、重なって処方されている状態に気づくことができます。従って、お薬手帳は、医療機関ごとを持つものではなく、一つにまとめておくべきものと言えます。

上記のことを参考にいただき、お薬の情報に加え、体調の変化等気付いたことは些細なことも記載してみましょう。お薬を減らすことだけが目的ではありません。お薬を飲んでいる患者さんの情報を治療に皆で共有し、協力して患者さんの治療にあたることが大切であると思っています。是非ともお薬手帳のメリットを最大限に活用していただけたらと思います。

美崎会グループのご紹介



国分中央病院

〒899-4332 鹿児島県霧島市国分中央1丁目25番70号

TEL.0995-45-3085



サービス付き高齢者向け住宅

メディカーサ国分中央

〒899-4332 鹿児島県霧島市国分中央1丁目25番51号

TEL.0995-73-7111



地域密着型特別養護老人ホーム

ソ・ウェルこくぶちゅうおう

〒899-4332 鹿児島県霧島市国分中央3丁目12番29号

TEL.0995-73-8300

美崎会グループのWebサイトは下記よりご覧ください

<http://www.misakikai.or.jp/>

