

読んで安心 めくもり情報

なご わ

和みの輪

第9号
平成20年4月1日

発行所

医療法人博俊会 春江病院

〒919-0414

福井県坂井市春江町

江留下屋敷62-5

TEL 0776-51-0029

FAX 0776-51-6163

ホームページ <http://www.harue-hp.org/>



日本医療機能評価機構



- 教えて！ 病気のおはなし 第8回 《認知症について》
- 特定健康診査・特定保健指導
- 会計番号表示画面／第9回病院展開催のお知らせ
- 脳力アップおすすすめメニューについて
- 「ハートフル専用パーキング」について
- 春江病院の概要／基本理念／院是／編集後記

“通所リハビリ カルミア春江”利用者
橋本 定一 様の作品です



認知症について



脳神経外科医長

つちだあきら
土田 哲



最近、テレビや新聞の報道、小説やテレビドラマなどで、認知症（痴呆）が取り上げられることが増えています。二十一世紀に入り我が国の二十歳以上が六十五歳以上の高齢者で占められ、その内の約七割が認知症であると言われており、認知症が身近な存在になってきたためだと考えられます。日常診療の場でも「どうしても認知症になりたくない。」と訴える方が大勢いらつしやいます。

認知症とは？

では、認知症とはどのようなものなのでしょうか。ある教科書には、「一旦獲得した知的機能に欠損が生じ、それまで可能であった日常生活に支障をきたす」状態とあります。具体的には、覚えられない、場所・時間が分からない、計算ができない、うまくしゃべれない、あるいは他人が言っていることが理解できない、判断することができないなどの症状を呈し、今までできていた生活が困難になる状態です。人間は、誰でも高齢になれば、脳と体の働きが衰え、今まで簡単に出来ていたことが、出来なくなることが、例えば、早く走ったり、長く歩いたり、細かい作業をしたり、新しい人や場所

の名前を覚えたりすることが出来なくなります。しかし、そのようなことで日常生活に支障を来たすことは滅多にありません。なぜなら、それまでに積み上げた一人一人の経験や知識が、起こりうる困難を回避するように働いてくれるからです。忘れやすいものはメモを取ったり、重い荷物を持って歩かなければいけないときは、腰の痛みを大きさに訴え子供に手伝わせたり・・・。

認知症はこれらの経験や知識をうまく使うことが出来なくなり自分の体を壊したり、周囲の人に過剰な心労を課してしまう病気なのです。

認知症の中心となる症状

記憶障害：同じことを言ったり聞いたりする。

しまい忘れや置き忘れが目立つ。

蛇口やガス栓の閉め忘れ。

見当識障害：今がいつなのか、ここがどこなのか、わからなくなる状態。

判断力低下：寒くても薄着のまま外に出る。等

MRI画像



健康高齢者

アルツハイマー型認知症
(海馬の萎縮)

教えて！病気のおはなし

認知症の主な原因

認知症を来たす疾患には多くのものがあり、治療の面から以下のように分けられます。

① 症状の進行を少し遅く出来ても、根本的には治らず進行するもの。

② 予防が重要で、発症しても治療により症状の進行を止められるもの。

③ 治療により症状が消失する可能性があるもの。頻度が高いのは①に含まれるアルツハイマー型認知症と②に含まれる多発性脳梗塞や脳出血などの脳血管障害に伴う認知症です。アルツハイマー型認知症は徐々に症状が進行する変性疾患で、初期には意欲の減退、自発性の低下、物忘れが目立ち、その後、全例に思考力、判断力の低

下が見られるようになります。この病気は最近発売

された薬で症状の進行を遅らせる（止めることは出来ませんが）ことが出来るようになってきました。進行性です。脳血管障害に伴う認知症は脳梗塞や脳出血が原因であり、動脈硬化の予防、血圧のコントロールなどで発症を防ぐことが出来ます。このタイプの認知症は、比較的急激に出現し手足の運動障害などを伴うこともあります。症状が進行することはありますが、適切な日常生活、投薬治療で進行を止め、リハビリテーションで改善する可能性があります。また、③のタイプのものとしては正常圧水頭症や頭部外傷のあとに出現する慢性硬膜下血腫などをあげる事ができます。これらは脳

神経外科的な治療により症状の改善、消失が望めます。従って、認知症は治らない病気と決め付けず、症状として疑いがもたれたときには早期に医療機関を受診し適切な治療を受けることが大切です。

認知症高齢者のケア

最後になりましたが、症状の改善が見込めない認知症の患者さんがおられる御家族には、言葉では言い表せないような精神的、肉体的負担が強いられます。正直に申し上げれば、それらは医療者である私にも想像できないものがあると思います。従って患者さんだけでなく、御家族の苦しさや辛さも受け入れ、これらを少しでも和らげることが出来る『医療』と『介護』が、今後益々重要

になると考えています。

認知症の方への理解と接し方

- 認知症の方の脳の働きをよく理解する。
 - 認知症があっても出来る範囲で日常生活を継続する。
 - 出来なくなったことは無理にさせない。
 - 自尊心を傷つけない。
- 認知症だからと軽視したり、無視しない。



特定保健指導

平成20年4月から、
新たな健診制度が
始まります

特定健康
診査とは！

本制度は、働き盛りの人

が将来心臓病や脳卒中、糖
尿病の合併症で障害や寝
たきりになるのを防ぐた
め年1回の健診で動脈硬
化と関連のある**メタボリ
ックシンドローム(内臓脂
肪症候群)及びその予備軍**

を拾い上げ、早期のうちに
食生活や運動不足、喫煙な
どの生活習慣を改善した
り、場合によっては薬でコ
ントロールして病気にな
らないようにする制度で
す。



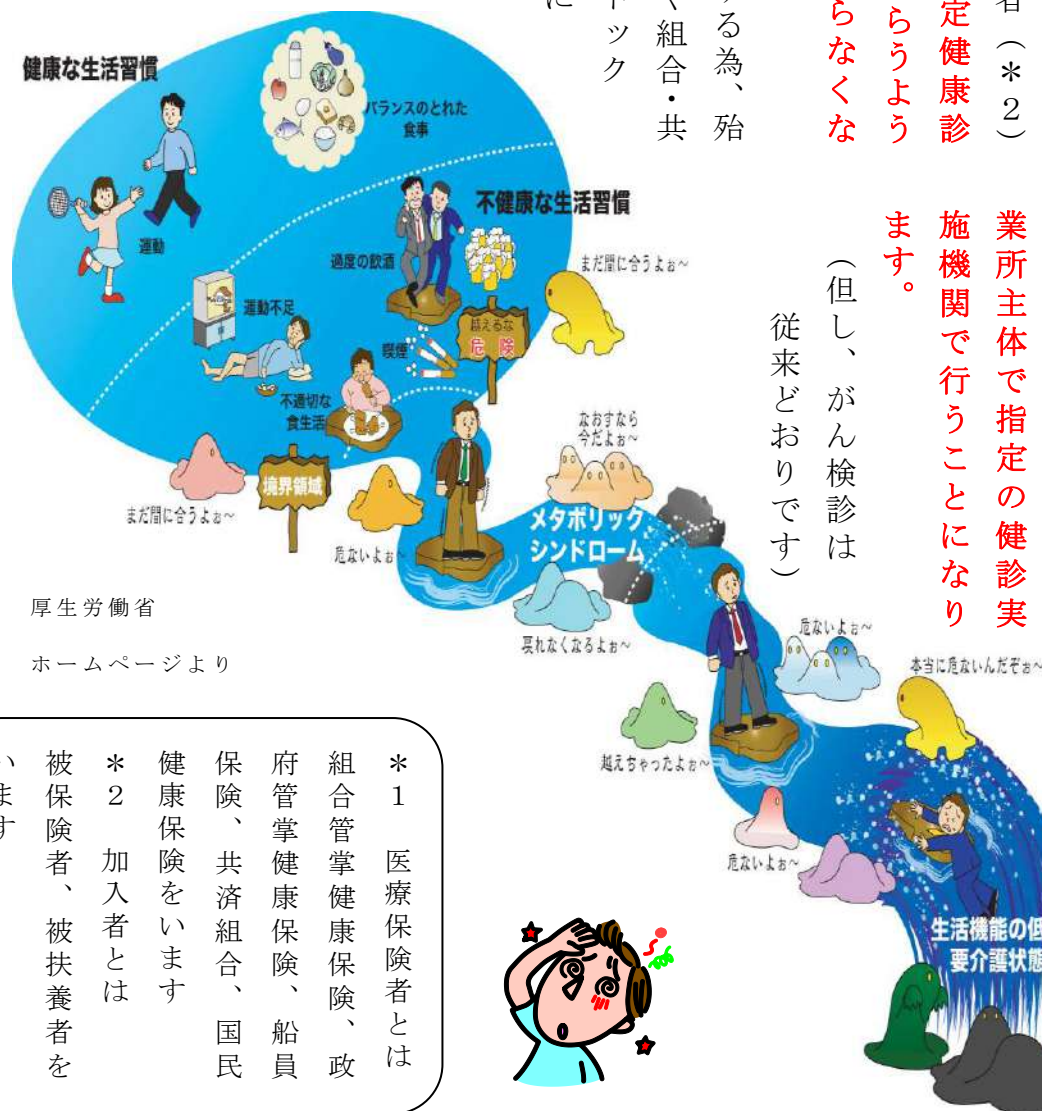
医療保険者(*1)が40
歳〜74歳の加入者(*2)
の方に毎年「特定健康診
査」を受診してもらおうよう
勧めなければならなくな
りました。

年に1度実施する為、殆
どは事業主健診や組合・共
済の健診、人間ドック
を受けた際同時に
特定健康診査を
行うようになり
ます。

政府管掌保険
生活習慣病健診
でも特定健診
項目が組み込ま
れています。

本制度は医療保険者毎
の健診である為、例えば社
会保険の被扶養家族の方
はこれまで市町村健診で
受けられたのが、今後は事
業所主体で指定の健診実
施機関連で行うことになり
ます。

(但し、がん検診は
従来どおりです)



*1 医療保険者とは
組合管掌健康保険、政
府管掌健康保険、船員
保険、共済組合、国民
健康保険をいいます

*2 加入者とは
被保険者、被扶養者を
いいます

平成20年度から始まる 特定健康診査

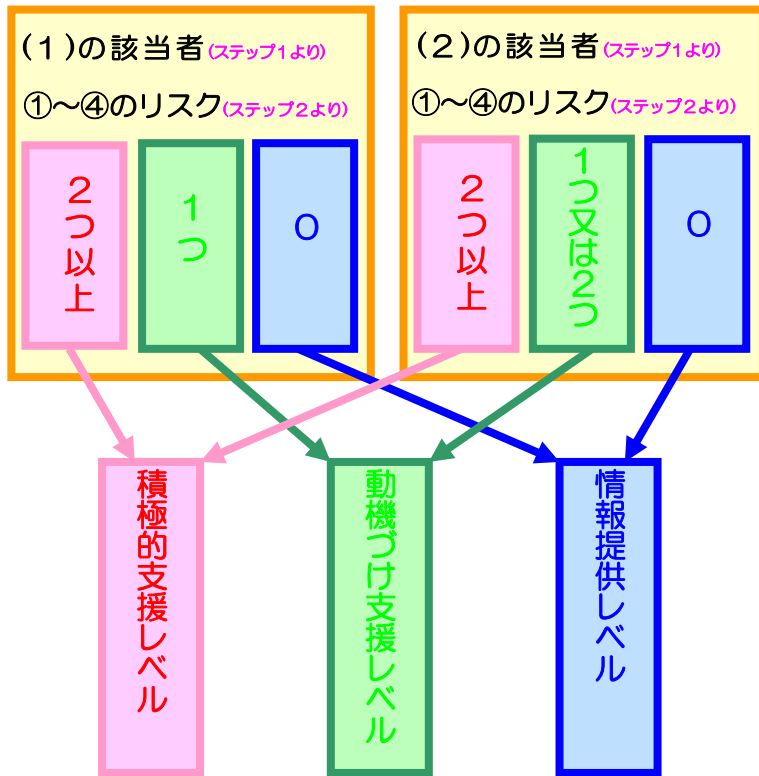


特定健康診査は、メタボリックシンドロームに着目した健診で、身体計測に腹囲が追加され、血液検査もメタボリックシンドロームの程度を判定する項目となっています。

腹囲・BMI・血液検査結果・喫煙の有無・現在の治療の有無（血圧・高血糖・高脂血症）を基に生活習慣病の発症リスクに応じて「情報提供」・「動機づけ支援」・「積極的支援」に分けられます。これを階層化といえます。

医療保険者又は事業主には検査結果と階層化の結果が報告されます。

ステップ1・ステップ2より階層化



ステップ1 【腹囲】

男性 85cm 以上 / 女性 90cm 以上 → (1)

男性 85cm 未満 / 女性 90cm 未満かつ
BMI 25 以上 → (2)

+

ステップ2

- ①空腹時血糖値
100mg/dl 以上又は HbA1c5.2%以上
- ②中性脂肪
150mg/dl 以上又は HDL40mg/dl 未満
- ③最高血圧 130mmHg 以上
又は最低血圧 85mmHg 以上
- ④質問票にて喫煙歴あり
(①～③のリスクが1つ以上ある場合に
カウント)

生活習慣病の発症リスクが高い方に対して生活習慣を見直すサポートをする事を特定保健指導といえます。特定健康診査で「動機づけ支援」・「積極的支援」（上記参照）に階層化された方に対し生活習慣の改善を目的に計画的に保健指導を行います。

保健指導は、医師・保健師・管理栄養士等が本人との面談を得て6ヶ月をかけて行われ効果は数値で評価されます。

当院では医療保険者より依頼を受け、保健指導終了時点で効果判定・決済を行います。

特定保健

指導とは！



特定健康診査・ 特定保健指導



カウンセリング室



保健指導室

平成20年4月からは、利用される方に対して時間の配慮、俊敏な結果の返送等一層の対応・サービスをこころがけてまいります。



どのした 堂下
こういちろう 幸一郎

新任医師紹介
3月からリハビリテーション科に勤務されている先生を紹介致します。
勤務日 毎週 火・水
午後2時—5時



健診控え室

尚、平成19年12月に春江病院ホームページに健診のご案内を載せました。一度ご覧下さい。



第七回病院展の様

今回のテーマはまだ決まっておりませんが、病院・カルミア春江・職員を知っていたら、良い機会と考へ、職員一同知恵を絞り、来院される皆様にとって興味をひき、有意義な時間を過ごしていただけるよう、取り組んでまいりますので、ぜひ、ご参加いただきますようお願いいたします。

平成二十年七月十二日（土）午後より、第八回病院展を開催する事となりました。
前は、『食生活と運動を考える』をテーマに開催させていただきました。

第八回病院展



会計表示画面

薬番号表示に続き、会計番号が画面に表示されるようになりました。導入により、会計の呼び出しに気付かずお待たせする事もなくなりました。
今後は、「受付票」に印字される会計番号を、画面にてご確認の上、会計窓口までお越し下さい。

**会計呼出方法が
変わりました**
—会計番号表示—



脳力アップおすすめメニュー

栄養科



魚介類と野菜を中心に様々な食品をまんべんなくとり、よく噛んで認知症予防♪
ちょっとひと工夫で脳を元気にする献立に変身！ぜひお試しください。

かみかみチャーハン



エネルギー561kcal (1人分あたり)
たんぱく質20.4g カルシウム135mg
塩分2.5g 食物繊維7.2g

材料(1人分)

- ごはん 120g
- ひじき 1g
- ねぎ 10g
- かまぼこ 10g
- しらす干し 8g
- ミックスベジタブル30g
- 卵 50g(1個)
- 塩0.5g(ひとつまみ)
- サラダ油 小さじ1杯
- サラダ油 小さじ2杯
- しょうゆ 小さじ1杯
- ごま 小さじ1杯

つくりかた

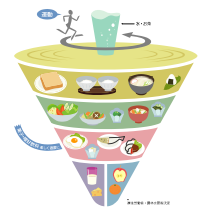
- ①ひじきを水につけておく
- ②ねぎ、かまぼこを細かくきる
- ③フライパンにサラダ油をひき、塩をひとつまみ入れた卵で、いり卵を作る
- ④ひじきをざるにあげ水気をきる
- ⑤フライパンに小さじ2杯のサラダ油をひき、ひじき・ねぎ・かまぼこ・しらす干し・ミックスベジタブルを炒める
- ⑥ごはん・いり卵・ごま・しょうゆを加え、パラッと炒めて、できあがり！



【ひとくちメモ】

認知症を防ぐのには「魚介類と野菜を中心に様々な食品をまんべんなくとると効果があるらしい」ということが厚生労働省の研究班の調査でわかったそうです。

よく噛むことも脳に刺激をあたえるのでひじきやかまぼこ、しらす干し、コーンなどしっかり噛むことでおいしく脳力アップ♪



（ハートフル専用パーキング利用証制度より）



当院ではハートフル専用パーキング（左の看板が目印です）を設けております。ハートフル専用パーキングとは、歩行が困難な障害のある方、高齢の方、けがをされている方、妊産婦の方を対象とした、駐車スペースです。
駐車場ご利用の際はご理解、ご協力をお願いいたします。

ハートフル専用パーキングにご協力下さい

チョット
おしえて!

通所リハビリカルミア春江では何をしているの？

カルミア春江ではリハビリや入浴に加えて、様々な創作活動も行っております。創作活動を通して、利用者様同士の交流や心身機能の向上も図れています。また、利用者様の作品は、毎年秋に行われる坂井市の文化祭にも出展されています。



ボランティア募集のお知らせ

カルミア春江では、ボランティアの方を募集しております。

カルミア春江は日常生活の様々な介護やリハビリテーションの他、七夕やクリスマス会など季節に応じた行事を催しており、年に数回ボランティアの方々が民謡や踊り、太鼓などを披露していただきます。利用者様もとても喜んでおられます。

ボランティアにご協力していただける方は、

電話 0776-51-1250
カルミア春江（橋本）まで

ご連絡ください。お待ちしております。



春江病院の概要

☎ 0776-51-0029

一般病床 : 116床 (亜急性期病床11床含む)

療養病床 : 21床

医療病床 : 11床

介護病床 : 10床 (※ 介護療養型医療施設)

診療科目 : 外科、内科、呼吸器科、胃腸科、循環器科、アレルギー科、リウマチ科
整形外科、形成外科、脳神経外科、肛門科、眼科、リハビリテーション科
放射線科

【救急・労災指定病院】24時間態勢で患者様を受け入れております。

人間ドック (1日・2日・脳・乳がん)・企業健診・

政府管掌健康保険生活習慣病予防健診なども行っております。

編集後記

今回は、当院の健診事業部の紹介をさせていただきました。今後も、「和みの和」を通じて、当院の活動を皆様に分かりやすく伝える事を目指していきたいと思っております。皆様のご意見・ご要望をお待ちしております。

【基本理念】 地域医療の担い手として

住民に信頼される病院

【院 是】

- 医療レベルの向上
- 和を以て尊しと為す
- 患者様への適切な対応
- 地域医療への参画