

広報 第五十五号

さくら前線

訪問診療のご案内

当院では患者様のご自宅に医師・看護師が訪問し診察しています。

高齢者の方や病院への通院が困難になった方、自宅での療養を希望される方

に対して治療方針・治療スケジュールを作成し定期的にご自宅に訪問し診療を行います。

訪問診療とは計画的な医療サービス

(診療)を行うことです。

月に2回の訪問診療を行うため、容態悪化の予防や自宅にいながらの長期療養も可能になります。毎週〇曜日の〇時にと約束して医師が訪問の上、診療します。1週間ないし2週間に1回の割合で定期的、且つ、計画的に訪問し、診療、治療、薬の処方、療養上の相談、指導等を行っていきます。

また、患者さまやご家族の方からご相談を受けた時点で、これまでの病歴、現在の病気、病状などを詳しく伺い情報収集を図ります。その上で、どのような治療を受けられたいか、ご家族の介護力や経済的な事情なども詳しく伺いながら、診療計画、訪問スケジュールをたてていきます。(詳しくは地域連携室まで)

高齢者が気になる病気!?

第10回

今回は、脳梗塞の予防方法について説明します。

脳梗塞になる多くの原因には、高血圧、糖尿病、高脂血症、喫煙、肥満、多量飲酒などがあり、脳梗塞を予防するには生活習慣(食習慣・飲酒・喫煙・精神的ストレス運動不足)の改善が大切です。

塩分の摂取を控えるに、脂肪分の多い食事は避け、喫煙・飲酒量を減らすことにより血圧を下げる事が期待できます。また何より適度な運動をすることにより、運動不足の解消・ストレスの発散をすることができます。また血圧を低下させることもできます。

禁煙すると脳卒中や心臓疾患では肺癌とは異なり、数年で効果が現れ非喫煙者の状態に近づくといわれています。脳梗塞死亡率の危険度は、たばこ20本吸う場合で約3倍となっています。酒は百薬の長と言われるように少量の摂取であれば健康維持に最も効果的です。

「脳梗塞は夏に多い」「朝に発病しやすい」

夏は、脱水になりやすいため、脳の血管を流れる血液が濃くなり、ドロドロとした状態になり、詰まりやすくなってしまいます。そこで特に、汗をかきやすい夏期にはよく、心がけて水分をとるようにしましょう。

一般に夜中に血圧が下がって血液の流れが悪くなりやすいこと、また、朝方に血液中の水分が足りな

くなって血液がドロドロとすること、朝、起床時には交感神経が緊張し、逆に血圧が上がる方が多いことなどから、朝に発症しやすいといえます。したがって就寝時・起床時に白湯をとるのも予防に効果的です。

「効果的な食べ物とは？」

魚の油に含まれるEPAやDHAには動脈硬化を抑えて脳梗塞を予防する効果があります。またEPAには血液をサラサラにする効果、DHAには頭を良くする効果もあるので、予防に効果があります。また納豆に含まれるナットウキナーゼには、血栓を溶かして脳梗塞を予防する効果があり、梅干やレモンなどのすっぱい食べ物に含まれるクエン酸には血液をサラサラにして脳梗塞を予防する効果があります。

褥瘡予防対策委員会

医薬品安全管理委員会



7月22・23日の2日間に渡って、興和創薬株式会社様のご協力により、院内講演会を開催いたしました。内容は「褥瘡について(評価と治療)」です。

褥瘡とは、長い間寝たきりになり背中やお尻の皮膚が擦り剥け潰瘍を作り、慢性化してしまう床ずれのことです。その予防と治療を行う上で評価(重症度)は客観的に正しく行われる必要があります。評価法の一つにDESTINERという方法があります。床ずれの深さ、滲出液の程度、大きさなどの項目を点数化して重症度を評価します。適切な治療を行っていれば、点数は下がり改善傾向と判断できます。

栄養課だより

糖尿病と歯周病②

管理栄養士 斉藤恵子

糖尿病の方は、歯周病の治療を行うと、糖尿病が改善される傾向にあるとのこと。また、歯周病のリスクのある方は、糖尿病に罹患する確立も高くなります。歯周病が進行すると、歯がぐらついたたり、歯を失ったりで、硬いものが食べられなくなり、軟らかいものを選んで食べるようになります。軟らかい食品は、歯石を溜めやすくするため、歯周病が悪化します。

また、軟らかい食品は、よく噛まずに飲み込むことが可能であり、血糖値の急上昇を防ぐ繊維質のある食品(硬いもの)を避けるようになります。すると、バランスの良い食事を取ることが困難になるので、糖尿病の悪化が懸念されます。

そして高血糖が歯周病に影響する・・・と二つの病気は相互関係にあるといえます。

糖尿病の方が歯科診療を行うには、診療のストレス、緊張が血糖値に影響し、歯科治療後すぐに食事ができない可能性があるため、歯科医師に糖尿病であることを伝える必要があります。

よく噛むことにより、脳の働きも活性化されます。糖尿病のみならず、いつまでも口から食事がとれるように、自分の歯、入れ歯を正しくケアし、健やかに保ちたいものです。

サービス委員会

清掃作業について

サービス向上委員会では、月に一度、職員に呼びかけ敷地内の清掃作業を実施しております。いつ来院されても、きれいな病院敷地を目指して努力しております。何かご不満な点でもございましたら、遠慮なくご指摘ください。



お知らせ

- 7月13日より、3階・4階のトイレ改修工事を実施しています。大きな音がでて大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご了承ください。
- 外来待合室に月刊誌(最新号)を設置しました。ご利用ください。

診療予定日(8月以降)

☆池田迅先生
 8月21日(金)・22日(土)
 9月18日(金)・19日(土)
 10月16日(金)・17日(土)

☆佐久間博道先生
 8月7日(金)・13日(木)
 20日(木)・28日(金)
 9月4日(金)・10日(木)
 17日(木)・25日(金)

※ 休診日のお知らせ
 内科 8月3日(月)
 外科 8月1日(土)・14日(金)・15日(土)

診療案内(8月)

診療科		月	火	水	木	金	土
内科 循環器科	午前	中澤※1	中澤	中澤	佐久間 ※4 (中澤)	佐久間 ※4 池田※5 (中澤)	中澤 池田※5
	午後						休診
外科 胃腸科 (整形・リハビリ科)	午前	熊倉 (群大)	大曾根 (群大)	休診	小野里 (群大)	笹口	(群大) ※6
	午後						休診
心療内科	午後	休診※2	休診	休診	休診	休診	休診

- ※1 8月3日(月)の内科は休診となります。
- ※2 第3月曜日午後の診療となります
- ※3 火曜午前は訪問診療で不在(外科による代診)となる場合がございます。
- ※4 第2・3木曜日と第1・4金曜日は佐久間 Dr の診療(午前)となります。
- ※5 第3金曜・第4土曜日の診療となります。
- ※6 第2・4・5土曜日の診療となります。
- ◆ かかりつけ患者様の急病時はいつでも対応します。
- ◆ 外科休診日でも軽度のケガ等をご相談ください。
- ◆ 8月休日当番医は9日(外科)・23日(外科)となります。

外来受付時間：午前 8時45分 から 12時00分まで
 / 午後13時00分 から 17時00分まで

休診日：土曜日午後、および日曜・祝祭日(当番医は救急対応)

- ※ 佐久間 Dr の内科診療日(午前)は7日・13日・20日・28日となります。
- ※ 心療内科の診療は 17(月)午後となります。
- ※ 池田 Dr の内科診療は21日(金)・22日(土)となります。
- ※ 土曜(午前)の外科診療日は8日・22日・29日となります。
- ※ 8月14日(金)の外科診療(笹口 Dr)は休診となります。

発行：吾妻さくら病院 広報委員会

吾妻郡中之条町伊勢町 782-1
 TEL: 0279-75-3011
 FAX: 0279-75-3299
 URL: <http://www.a-sakurahosp.com>