

「健康教室」開催のお知らせ

7/14 (土) 午後2時より
「ロコモってなに?~ずっと自分の足で歩きたい~」

講師: 副院長 / 脊椎センター長 中野恵介 リハ科 / 理学療法士 佐々木・浅井
場所: 牧整形外科病院 2階大会議

7/28 (土) 午後1時30分より
「体操リハとフットケア~糖尿病友の会あさひ~」

場所: 牧病院 4階研修室

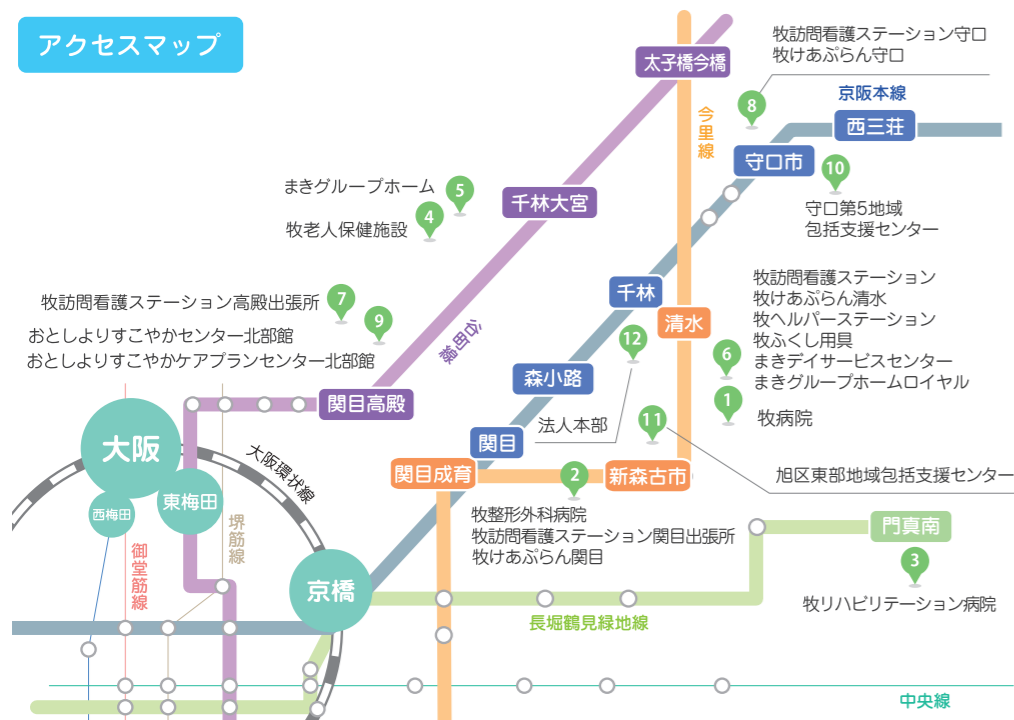
9/29 (土) 午後1時30分より
「狭心症について / リハビリ体操」

講師: 内科医師 河内寛治 理学療法士 中西勝則
場所: 牧病院 4階研修室

※いずれも事前の申し込みは必要ありません。ご参加お待ちしております。



アクセスマップ



牧ヘルスケアグループ 医療法人清翠会

私たちの理念

Medical for Happiness

一人ひとりの幸せな人生を支えるために

私たちの約束

『Professional』

医療人としての誇りと謙虚さを持ち、日々研鑽を重ねます。

『Heart』

あたたかい想いやりの心とともに、あなたに寄り添います。

『Team』

和をもった信頼されるチームで、あなたを支えます。

URL <http://www.maki-group.jp>

発行日 2018年7月1日
発行者 医療法人清翠会

編集者 法人広報委員会
編集・印刷 株式会社 一心社



この広報誌は、メディアユニバーサルデザインに配慮して制作しております。

まき 夏 Summer 倶楽部

トピックス
牧病院 地域包括ケア病棟とは
消化器内科
呼吸器内科 (SAS外来、禁煙外来)
皮膚科、循環器科の紹介

vol.114



- ◎ ペインクリニックの紹介
- ◎ リハビリテーション専門医
- ◎ おとしよりすこやかセンター北部館デイケア
- ◎ 地域包括支援センター

牧病院は『地域のかかりつけ病院』を目指します！

これまで整形外科のイメージが強かった牧病院ですが、今年3月の牧整形外科病院の開設に伴い、牧病院では整形外科診療を外来の方に縮小し、一方その他の診療科においては、内科・循環器内科・呼吸器内科・消化器内科・外科・放射線科・皮膚科などより幅広く対応できるようになり、かつ専門医師による治療が可能な体制となりました。

それに加えて、3階病棟に地域包括ケア病床(35床)を導入したことにより、従来の急性期病棟では入院期間に制限があったケースも、「もう少し入院して治療やリハビリを受けて自宅復帰を目指したい」というニーズに応えることができるようになりました。

その他、地域包括ケア病棟では、自宅等で療養されている患者さんの状態に合わせて、一時的な入院をしていただくことができ、地域の患者さんや診療所の先生方、その他医療福祉関連の皆さんから頼りにされる病院として、これからの地域の「ときどき入院、ほぼ在宅」を支えていきます。

【地域包括ケア病棟とは】

地域包括ケア病棟とは、急性期治療を終えた方、在宅や施設で療養中の方等が一時的に入院し、診療・看護・リハビリテーション・退院支援を受けながら、在宅復帰を目指す病棟です。

【地域包括ケア病棟の入院機能】

◎急性期治療が終了後、在宅復帰に向けて、入院の継続が必要となるケース。

〈ポストアキュート機能：Post-Acute〉

(例) ◆他院からの転院 ◆牧病院急性期病棟からの転棟 等

◎在宅や施設に療養中で、高度な急性期治療の必要はないが、一時的な入院が必要となるケース。

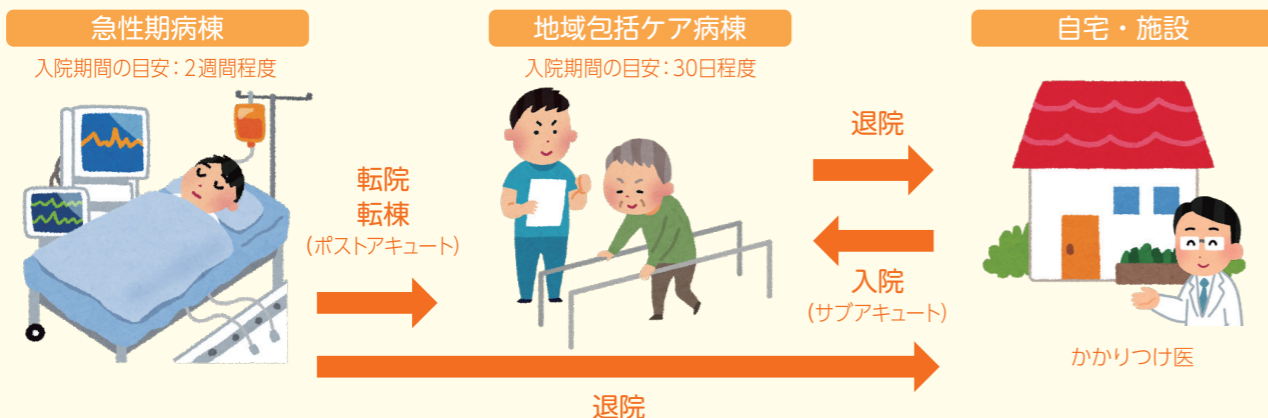
〈サブアキュート機能：Sub-Acute〉

(例) ◆自宅等療養中の急性増悪 ◆発熱・下痢・脱水 ◆食欲不振・栄養不良 ◆急なADL低下 等

◎さまざまな理由で一時的な入院が必要となるケース。

(例) ◆集中的なリハビリテーション ◆急なADL低下 ◆嚥下評価・訓練 ◆胃ろう造設

- ◆教育入院(糖尿病等の食事・運動等の生活習慣改善指導) ◆褥瘡治療 ◆抗がん剤治療
- ◆家族等による介護・医療処置習得のための練習・指導 ◆服薬調整
- ◆医療必要度が高いレスパイト入院(介護施設のショートステイでは困難な場合) 等



消化器内科

食道や胃、大腸などの消化管に加え、肝臓、胆のうなどの消化器疾患の診断や治療を行っています。

当院で治療可能な疾患

- 食道：逆流性食道炎など
- 胃：早期胃癌、胃・十二指腸潰瘍、幽門・十二指腸狭窄など
- 大腸：大腸ポリープ、大腸腫瘍、下部消化管潰瘍、経肛門のイレウスなど
- 胆膵：閉塞性黄疸、総胆管結石、胆道悪性狭窄、急性胆嚢炎、肝膿瘍など
- 肝臓：肝生検、インターフェロン治療
- 胃瘻：胃瘻造設など

— 新入職医師 —

薦田 みのり (こもだ みのり)



2018年4月に牧病院に入職しました薦田みのりと申します。

専門は消化器内科で、主に胃カメラと大腸カメラによる内視鏡検査・治療を行っています。また、外来では消化器疾患だけでなく、一般的な内科疾患の診療も行います。

胃カメラや大腸カメラの検査を受けようかな、と迷っている方や、以前受けられた検査がとてつらかったので・・・と検査をためらわれている方もいらっしゃると思います。

当院では検査のつらさを和らげるために、経鼻内視鏡検査(鼻から細いカメラを行う胃カメラ)や、鎮静薬を用いた胃カメラ、大腸カメラの検査も行うことができますので、消化器内科外来にお越しになり、ご相談ください。

呼吸器内科

肺炎・誤嚥性肺炎、気管支喘息、COPD(慢性閉塞性肺疾患)などの呼吸器疾患の診療を行っています。また呼吸不全に対する在宅酸素療法、睡眠時無呼吸症候群に対するCPAP療法も行っております。

禁煙外来

禁煙外来では、呼吸器内科の医師が、患者さまの喫煙歴をきちんと把握した上で、禁煙補助薬の処方、治療の経過を見守ります。禁煙中の症状(離脱症状)が起こっても、治療が続けられるように、診察で相談できます。

SAS外来

睡眠時無呼吸症候群に関して、終夜ポリソムノグラフィー(PSG)による精査を行っております。就眠中のイビキや無呼吸、日中の眠気やコントロールのつかない高血圧がある方は、ぜひ一度ご相談ください。

禁煙外来	水曜 午後2時～午後3時	神谷 瞳
	土曜 午後1時～午後2時	本田 実紀
呼吸器内科 (SAS外来)	火曜 午前診	本田 実紀
	木曜 午前診	神谷 瞳



皮膚科

皮膚は全身の中でも非常に大きな臓器で、良くなったことも悪化したことも患者さんご自身で直接見ることでできる臓器です。できもの(腫瘍)や炎症など普段と違う変化が起こったときや他の方と違う変化があるときは、皮膚科を受診ください。外来で液体窒素を利用した治療ができます。また悪性かどうかもチェックすることができます。

皮膚科 信原 桂子 月曜・火曜・木曜・金曜 いずれも13:30～15:30

液体窒素で治療可能な主な皮膚科疾患

- ▽尋常性疣贅(ゆうぜい)(ウイルス性イボ)
- ▽老人性疣贅(ゆうぜい)(扁平なもの)
- ▽痒疹(非常に痒いポツポツとした赤い皮膚の盛り上がり(丘疹)がパラパラとちらばってできる病気)
- ▽円形性脱毛症
- ▽コンジローマ(性感染症の一種)
- ▽陥入爪などの毛細血管拡張性肉芽腫(まき爪で皮膚がめりこんでいる状態)
- ▽老人性色素斑(少し盛り上がっているもの)

循環器科 — 新入職医師 —

河内 寛治(かわち かんじ)



昭和45年6月 大阪大学医学部 第一外科入局

昭和54年7月 桜橋渡辺病院 心臓外科医長

昭和63年1月 奈良県立医科大学 第三外科 助教授

平成8年7月 愛媛大学医学部 第二外科 教授

平成23年4月 社会福祉法人 介護老人保健施設アイリス 施設長

平成30年4月 牧病院 内科

大阪大学から愛媛大学時代までもっぱら心臓血管外科の手術(冠動脈バイパス術、弁膜症手術、大動脈瘤手術)に取り組んできました。老人保健施設では、高齢者や認知症の治療に携わってきました。牧病院では、心臓外科時代に培った経験で循環器疾患の患者さんを診させていただきます。皆様が健康で元気に過ごせるように頑張っていきます。

ペインクリニックで痛みのコントロール

牧整形外科病院 麻酔科/ペインクリニック 部長 恒遠 剛示 (つねとう たかし)



牧整形外科病院ではペインクリニックの診療を平成30年4月から開始しています。ペインクリニック (pain clinic) のペイン (pain) は「痛み」を意味しますので、ペインクリニックは【痛み】を専門的に診る診療科です。

「痛み」は誰もが経験したことのある不快な感覚で、願わくは経験したくないものですが、これは私たちが生きていく中で、体に異常事態が起こった時に知らせてくれる警告反応として大切な役割を持っています。痛みを感じることは正常な反応で、痛みはその原因の治癒とともに消失しますが、痛みの原因が治癒したにも関わらず、痛みが長期間に及ぶと生活の質を著しく低下 (動けない、寝られない、働けない、食べられないなど) させることとなります。このような状態に陥らないように、いち早く痛みを緩和させることが重要となります。

痛みを感じると、交感神経 (興奮に関する神経) の活動が活発になり、筋肉が緊張したり (筋肉のコリ)、血管の収縮が起こります。その結果、その部位に痛みを引き起こす物質が溜まり、さらに痛みを強く感じさせます。このようにして痛みがドンドンと強くなる・広がることで痛みの悪循環が作り上げられます。そして、痛みの悪循環が長期間継続することで、体の苦痛だけでなくこころの苦痛 (不安、悲しみ、怒りなど) が加わり、更に痛みを強く感じさせることがあります。

これらの痛みの悪循環を早い段階で断ち切ることが重要となりますので、ペインクリニックではさまざまな痛みの治療を併用して、痛みの緩和を図っています。日常生活に支障を及ぼす (仕事ができない、趣味が継続できない、リハビリができないなど) 痛みに対して、神経ブロック療法、薬物療法、運動療法を中心に痛みのコントロールを行います。

ペインクリニックでの治療は神経ブロック療法が主となり、それに加えて、薬物療法や運動療法を併用して、集約的に行います。通院での神経ブロック療法だけでは痛みの緩和が得られない患者さまや、リハビリテーションが必要な患者さまに対しては、入院による治療も行っています。

〈神経ブロック療法〉とは？

痛みを生じている神経に直接、あるいはその周囲に局所麻酔薬を注入して痛みの伝わりを遮断することで、痛みを緩和する治療です。痛みの伝わりを遮断することで交感神経の興奮が抑えられ、痛みのある部位の血の流れがよくなり、筋肉のコリを緩め、痛みを引き起こす物質を洗い流す作用があります。

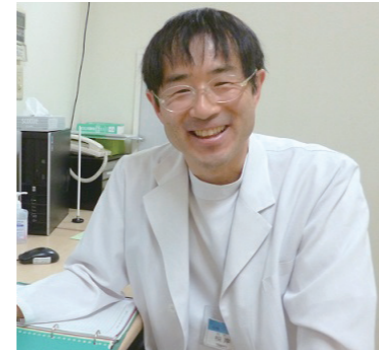
神経ブロック療法では安全性を考慮して、レントゲン透視下ブロックや超音波ガイド下ブロックを積極的に使用して、患者さまに負担をかけないように短時間で処置が終わるように取り組んでいます。



超音波ガイド下ブロック

整形外科との二刀流で行きます！

整形外科・リハビリテーション科 根岸 宏一 (ねぎし ひろかず)



大学卒業後に整形外科を選択し、関連病院で外傷、高齢者の骨折、関節疾患等の診療に忙殺されながら、2001年に整形外科専門医を取得しました。2007年に医局の人事から外れて牧リハビリテーション病院に赴任しましたが、リハ専門医取得条件の1つであるリハ学会研修施設での3年以上の勤務条件を満たしておらず、専門医取得は完全にあきらめていました。しかし、2012年にリハ指導医の資格を持つ濱田万弓医師が入職されたおかげで専門医取得の機会が得られ、学会発表2題の条件もクリアし、口頭試験も奇跡的に合格し、想定外ですが2017年にリハ専門医を取得することができました。

専門医とは名ばかりで、正直なところ脳血管疾患、神経・筋疾患、呼吸器・循環器疾患等の領域はまだ不勉強なところが多い現状です。整形外科マインドを維持するため牧病院で週1回外来をさせていただいておりますが、今後は超音波を利用したボツリヌス療法の習得等リハ専門医としての知識・技術の習得も目指し、最終的にはリハ指導医取得を目標に学術面でも成果を発揮していきたいと思っておりますので、引き続き皆様方の御指導・御鞭撻の程宜しくお願い申し上げます。

リハビリ専門医になりました

リハビリテーション科 釜瀬 大蔵 (かませ だいぞう)



今年の3月に、「日本リハビリテーション医学会 リハビリテーション科専門医」の資格を取得致しました。以前は脳神経外科で勤務しておりましたが、4年前にリハビリテーション科に転科しました。現在は、脳卒中のほか、骨折や脊髄損傷など脳以外の病気・外傷でリハビリが必要になった患者さまの診療にも携わっています。

患者さまの状態により、必要となるリハビリは様々です。入院されたらまず診察をして、一人ひとりに応じたリハビリを処方しますが、その後もリハビリの進み具合をみながら、担当療法士と密に話し合っ、訓練の内容や治療の目標などを日々決定・修正しています。「今、この患者さまに何が必要か」を常に考え、その時その時での最適なリハビリを提供することを心がけています。また、痛みや不眠といった症状をお薬で和らげたり、病状の説明や質疑応答に十分な時間をかけたりすることで、患者さまが安楽に、わだかまり無くリハビリに取り組めるように努めています。

常に患者さまの「これからの生活」を考えて診療にあたる、まさに「病気ではなく人を診る」リハビリ科での診療に、やりがいを感じています。リハビリが必要になった患者さまの、これからの生活がより良いものになるよう、専門医としてできる限りのお手伝いをさせていただければと考えています。今後ともどうぞよろしくお願い致します。



「ご利用者を主役に!」を合言葉に! ～春夏秋冬イベント開催～

通所責任者 山下 善希 (やました よしき)

おとしよりすこやかセンター北部館デイケアでは一年を通して様々なイベントを開催しています。

春はお花見、夏はスイカ割り、秋は運動会、年末はクリスマス会や紅白歌合戦など、「ご利用者を主役に!」を合言葉に取り組んでいます。

職員が大切にしていることは、ご利用者に楽しんでいただくことはもちろん、みんながワクワクするイベントの企画をすることです。イベントは毎回とても盛り上がり、一年を振り返った時に沢山の思い出が記憶に残るデイケアとなっています。



あなたの街の「地域包括支援センター」へようこそ!

～みんなの安心・安全をお手伝い!～

旭区東部地域包括支援センター 管理者 松田 真人 (まつだ まさと)

あさひさんさんオレンジチーム チーム長 仲田 弓恵 (なかた ゆみえ)



日本が超高齢化社会を迎える中で、高齢者のための総合相談窓口として「地域包括支援センター」が設置されています。

私たち、旭区東部地域包括支援センターでは、「専門性の高さ」と「フットワークの軽さ」をモットーに、地域で暮らす高齢者をサポートするための拠点として、介護だけでなく、福祉、医療、行政など様々な専門職と連携しながら、総合的に高齢者とそのご家族を支えるためのお手伝いをさせていただいています。

併設の「あさひさんさんオレンジチーム」が、認知症についてのご相談を受け、『初めて関わりを開始してから6ヶ月間』という

限られた期間の中で“集中”した関わりを行っています。「病院なんて、絶対に行きたくない!」と言われる方も少なくありませんが、関わりを続ける中で、少しずつ病院受診や介護サービスに結びつけられることをめざしています。また、若くして認知症になられた方(若年性認知症)のご相談を受けたり、認知症についての広報活動等、幅広い業務を行っています。

このような大切な使命を担った地域包括支援センターの職員として、私たちは日々邁進してまいります。どうぞよろしくお願い申し上げます。

“まごわやさしいよ”で、バランス良い食事を ～栄養教室を開催～

管理栄養士 長井 久代 (ながい ひさよ)

当館デイケアでは低栄養改善を目的に月に一度、管理栄養士による栄養教室を開催しています。

昭和初期の日本の食事は、ご飯・お味噌汁、魚・野菜・芋・豆などのおかずを組み合わせた一汁三菜でした。低栄養改善が目的の栄養教室は、バランスの良い食事の合言葉として“まごわやさしいよ”。和の食材を覚えやすい文字、

また、ご家族やご利用者に栄養について知識を深めていただける様、栄養だよりを年4回発行し、その中でも“まごわやさしいよ”のレシピを紹介しています。

すこやか栄養だより
2018.5月号 VOL.4
～健康長寿のカギは「フレイル」予防～

「フレイル」という言葉をご存じでしょうか?
体重が減ってきた、食がたつ、寝る気が出ない、歩くのが辛いなどを感じたら、それはフレイルかもしれません。健康な状態から介護が必要となるまでの中間段階として、長期的なケアが必要です。フレイル(虚脱)とよばれる状態が来たら、フレイルになるまでには身体機能の低下だけでなく、社会的要因も関係しています。

★ やせ過ぎ、急な体重減少に要注意
18.5未満
18.5未満
25以上

★ 高齢者は、肥満よりやせが危険

★ 高齢にやせるほど心臓に負担がかかる

「まごわやさしいよ」を取り入れた献立例

ツナカレー	200
豚汁	100
味噌汁	100
納豆	100
豆腐	100
人参	100
玉ねぎ	100
ピーマン	100
ピーチ	100
りんご	100
バナナ	100
ヨーグルト	100
フルーツ	100
お菓子	100

- ま(豆)
- ご(胡麻)
- わ(わかめ)
- や(野菜)
- さ(魚)
- し(しいたけ)
- い(芋)
- よ(ヨーグルト)

で言い表し、ご利用者に興味を持っていただくために、テーブルごとにカードやイラストを用いたことでわかりやすく説明することが出来ました。

毎月、ご利用者が楽しみながら参加出来るようクイズ形式にするなど、回を重ねながら工夫を凝らしております。

～楽しく体を動かして“筋力貯筋”～

守口第5地域包括支援センター 管理者 矢倉 宏範 (やぐら ひろのり)

今年のテーマの一つが「目指せ 億万長者 筋肉貯筋をはじめよう!」。

この春4月から体操教室で楽しく運動し、手作りの筋力貯筋通帳を作り、ハンコを貯めていくことを始めました。

最初は、「何それ?貯筋?そんなことができるの?」という声があがりました。でも手を上げたり、足を動かしたり、みんなで大きな声を出して体操していくうちに、徐々に「人生まだまだ夢はあるよ」と活気があふれるようになり、最近は教室の中に笑い声が響いています。

以前は「体操って一人でやるのが退屈だし、気が乗らないわ!」とおっしゃっていた方が、来月はいつ体操教室があるのかと楽しみにされていて、筋肉貯筋通帳にハンコが押されるとにっこりと微笑まれます。

守口第5地域包括支援センターはいろいろな介護予防教室を開催し、ご自身の状態に合わせた体操ができるよう取り組んでいます。

