

まき 倶楽部

2021
春
Spring

トピックス

牧病院

新CT装置のご案内

～フィリップス社 64列

CT 5000 Ingenuity～

健康診断、人間ドック おすすめはコレ!

vol.125



演者
府中病院 心不全センター長
花谷 彰久 先生



演者
牧病院 院長
中谷 武嗣



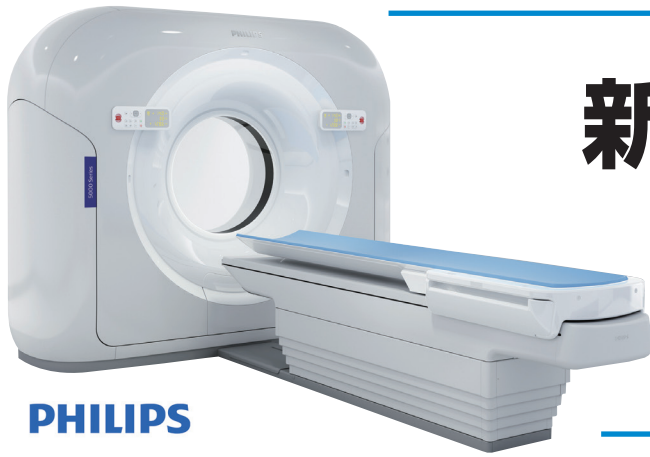
座長
旭区医師会 会長
焦 昇 先生



心不全治療連携講演会
2021年3月11日 於：太閤園

INDEX

- ◎健康診断、人間ドック おすすめはコレ! / 牧病院
- ◎備蓄食の作成と試食を行いました / 牧リハビリテーション病院
- ◎脊椎ドック (全脊椎精査検査) のお知らせ / 牧整形外科病院
- ◎ソフト食を開始しました! / 牧すこやかセンター
- ◎いきいき花クラブ～春いっぱいお花バイキング～ / まきデイサービスセンター



新CT装置のご案内

フィリップス社
64列CT 5000 Ingenuity

PHILIPS

当院のCT装置が新しく64列CTにバージョンアップしました！
新機能で被ばくも減少することができ、息止めが短くなります。

特徴1 低被ばく

放射線の被ばくが減少
画像はよりキレイになります

胸部CTでは
約30%減

特徴2 息止めが短い

息止めが短くてすむので
苦しくありません

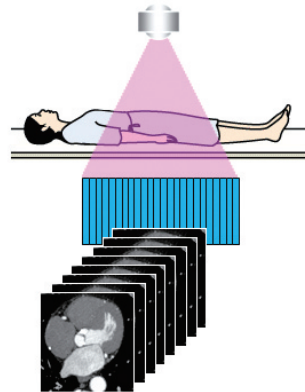
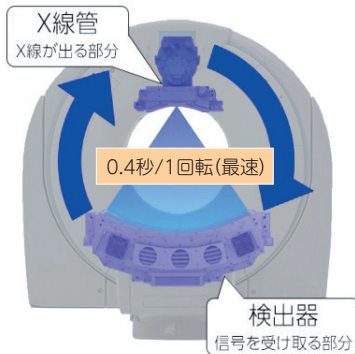
特徴3 ハンデのある方に優しい撮影

体内に金属がある方や肩が痛くて
手が上がらない方でも診断しやすくなりました

特徴4 新しい機能が充実

心臓や大腸のCT検査が可能になりました
MRIとの組み合わせでより精査可能に！

CTの列とは？



旧 牧病院
16列CT 16スライス/1回転



新 牧病院
64列CT 64スライス/1回転

息どめ時間が短くブレのない診断しやすい画像になります



健康診断、人間ドック おすすめはコレ!



👉 脳ドックはAI解析と放射線読影医2名の目でトリプルチェック

年に1回はかならず健康診断や人間ドックを受けている方も、新型コロナウイルスの影響で、受診を先延ばしにしているませんか。自営業の方やリタイアした方、主夫（婦）のみなさんはもちろん、企業にお勤めで定期健康診断を受けている方でも、ご自身の健康状態を知ることはとても大切です。異常が見つからなければ健康であることを確認できて何事にも積極的に取り組みますし、もし病気が見つければ、早期治療につながります。定期的に検査を受けることが大事です。

まずは特定健康診査、がん検診を受けましょう！ 対象：40～74歳の人
 「特定健康診査（特定健診、メタボ健診）」 「がん検診（胃がん、肺がん、大腸がん）」

生活習慣病は自覚症状がないことが多く、自分では健康と思っている場合がほとんどです。特定健康診査は、一般的な検査をおこないます。また各種がん検診はがんの早期発見につながります。

※牧病院は子宮がん検診、乳がん検診はおこなっていません。

「脳ドック」

おすすめは、**スタンダード脳ドック**です。頭部MRI検査、頭部MRA検査に加えて頸部MRA検査まで検査ができるお得なコースです。お忙しい方でも受診できるように日曜や祝日も申し込み可能です。

認知症ドックは、50歳以上の方を対象とした認知症を発見するためのドックです。

「人間ドック」

はじめて人間ドックを受診するなら、血液の腫瘍マーカー検査や胸部CTも含まれる**プレミアム人間ドック**がおすすめです。胃や大腸のがんが気になる方は、新登場の胃・大腸カメラドックは同日に検査できるので、何度も絶食するのが面倒という方におすすめです。

全身がん検査（DWIBS）は、特にがんが気になる方におすすめしています。

健康診断・人間ドック一覧表

	コース名	特徴・こんな方へおすすめ	料金(税込)
脳ドック	スタンダード脳ドック 日祝OK	脳ドックは、MRI装置を用いて、脳全体と脳の血管を調べて、早期に脳卒中などの脳疾患をチェックするコースです。	15,980円
	認知症ドック 日祝OK		19,980円
	プレミアム脳ドック		24,300円
人間ドック	胃カメラで行う人間ドック	人間ドックです。胃カメラでは胃がんを早期に発見します。	38,600円
	胃カメラで行う人間ドック+脳ドック	人間ドックです。胃カメラでは胃がんを早期に発見します。脳ドックでは早期に脳卒中などの脳疾患をチェックします。	54,780円
	プレミアム人間ドック	胃、脳、肺など全身をチェックするプレミアムな人間ドックです。	69,980円
	全身がん検査を含むプレミアム人間ドック	プレミアム人間ドックに全身がん検査（DWIBS）と胸部から骨盤 CT検査、新型コロナ抗体検査もプラスした人間ドックです。	99,980円
	胃・大腸カメラドック	胃カメラと大腸カメラを同日に検査できます。	34,880円
	全身がん検査（DWIBS） 日祝OK	MRI機器でDWIBS（全身がん検査）検査を行い、全身にがんがないかを調べます。ご家族にがんで亡くなった方がおられて、いつか自分もがんにかかるのではないかと不安に思っておられる方にお勧めです。	39,800円



ご予約・お問い合わせ

☎06-6953-0120

医療法人清翠会 牧病院

～ 備蓄食の作成と試食を行いました ～

牧リハビリテーション病院 看護部 副主任 山口 美保子 (やまぐち みほこ)

2月17日に災害訓練の一環として備蓄食の作成を行いました。業務改善委員会が中心となり、院内全体で大規模災害訓練を企画していましたが、新型コロナウイルスの影響で延期となりました。そこで新たな企画として、規模を縮小し、消費期限の近い備蓄米を使っての作成訓練を行いました。当日は医師・看護師・セラピスト・事務・栄養士・薬剤師・放射線技師の代表者が参加しました。



出来上がった白米はスタッフが試食を行いました。普段の炊き立てご飯の味には敵いませんが、水で作成したとは思えないご飯ができました。今回作成した備蓄米は50人分でしたが、パックに詰めたところ、1人分が茶碗2杯分程あり、ボリュームは十分ありました。

災害はいつ発生してもおかしくないと言われています。しばらくは大規模訓練を行う事が難しいかもしれませんが、もしもの時、患者さんの安全を確保し、混乱の最中でも落ち着いて対応できる様、一つ一つ訓練を重ねて行きたいと思います。



当院では備蓄食1日分を病棟で管理しており、実際に災害が発生した際は病棟スタッフが中心となり食事の準備を行います。まず、ダンボールを開封し、作成方法(説明書)を読むところから始めました。災害時はお湯の準備ができない為、常温のミネラルウォーターで作ります。必要量の水を入れてから約1時間で白米の完成です。全作業工程を動画に撮り、いざという時に見ながら作成できる様、災害に備えました。



脊椎ドック(全脊椎精密検査)のお知らせ



■ このような方は、ぜひ脊椎ドックをお受けください。

- ・ しつこい肩コリや腰痛がなかなか治まらない。
- ・ 他の病院で手術をすすめられたが悩んでいる。
- ・ 痛みやしびれ、脱力などの原因を明確にしたい。

■ 脊椎の病気

脊椎の変形やその周辺にある椎間板や靭帯の変性は、痛みやしびれ等の原因となります。そのため、脊椎の異常を早期に発見して予防することは、快適な日常生活を送り健康寿命を伸ばすためにとても大切なことです。

■ 脊椎ドック

脊椎ドック(全脊椎精密検査)は、腰や手足に痛みやしびれ、力が入りにくいなどの原因を明確にする検査です。当院では、全脊椎のMRI画像とレントゲン撮影による精密検査を行います。さらに理学療法士による全身の身体機能評価や運動指導も実施します。

脊椎専門医にお体の具合や今後の治療についてご相談いただく機会にされてみてはいかがでしょうか。

■ 検査内容

検査項目：全脊椎MRI(頸・胸・腰椎)
 全脊椎レントゲン(全脊椎2方向、頸椎6方向、腰椎6方向)
 体成分分析(InBody)
 身体機能評価(筋機能、ロコモ25)
 検査費用：70,000円(税込)



日程	時間	内容
1日目 (金)	14:00	受付・入院
	14:10	PCR検査(新型コロナ感染症)
	15:00	リハビリ
	16:00	MRI・レントゲン撮影
	18:00	夕食
	19:00	リハビリ自主トレ
2日目 (土)	8:00	朝食
	9:00	リハビリ
	10:30	結果説明
	11:00	退院

■ 予定表

検査日程：1泊2日(当院特別室)
 入院：金曜日(14:00)
 退院：土曜日(11:00)
 ※年末・年始と祝日の金・土は除く

■ 特別室・アメニティグッズ・お食事

脊椎ドックは、特別室にお泊りいただきます。その際に必要なアメニティグッズは揃えております。

また、備え付けのお飲み物もご自由にお召しあがりください。夕食の主菜は、肉料理または魚料理のどちらかをお選びいただけます。



■ ご注意

- 脊椎ドックは、完全予約制です。当院ホームページからお申込みのうえ、当日は受付へ直接お越しください。
- お申込みの際、MRI撮影の注意事項(心臓・血管の手術、金属など)や食材アレルギーをお申し出ください。
- 日頃、服用されているお薬はご持参ください。
- 軽い運動を行いますので動きやすい靴でお越しください。

■ 予約(病院ホームページから)

当院ホームページの「脊椎ドックお申し込みフォーム」より必要事項をご入力の上、お申し込みください。入院日が決定次第(お申し込み後5日以内)、ご連絡いたします。



申込 QR コード

■ お問い合わせ

牧整形外科病院 〒536-0008 大阪市城東区関目 6-15-30 ☎06-6786-6200(代表)

ソフト食を開始しました！

*ソフト食とは、噛んだり飲み込んだりしにくい方にも食べやすく加工された食事であり、食材をミキサーにかけてムース状に固めたものです。

診療部 栄養科 管理栄養士 松下 智恵 (まつした ともえ) 長井 久代 (ながい ひさよ)

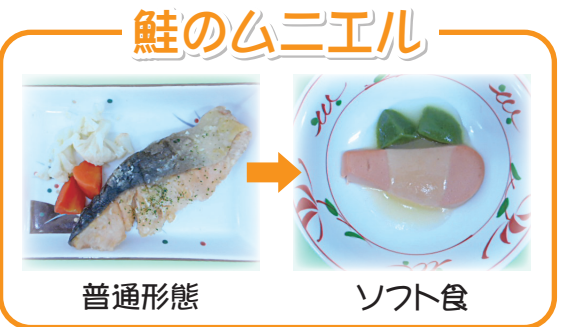
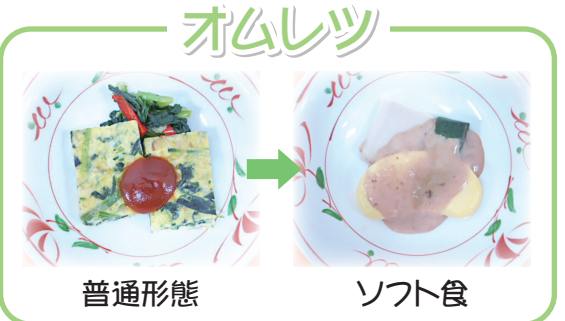
当施設では2020年10月より、ソフト食を開始しました。

従来は食べる能力に合わせた食事形態で、キザミ、極キザミ、キザミトロミ、極キザミトロミの段階に分けて、普通食をフードカッター等でカットし、とろみをつけたあんを混ぜ、加工していました。

従来の食事形態に加工すると、見た目・食形態の性状・量が多くなる等、いろいろな課題がたくさんありました。そこで、多職種で検討し、見た目が美味しそうで、性状が安定した内容で負担なく摂取できるように、ソフト食を導入しました。対象としては、キザミ、極キザミ、キザミトロミ、極キザミトロミの食事形態の方で、昼食の主菜のみでの対応としております。

ソフト食が始まってから、食事の見た目が大きく改善され、スムーズに自己摂取ができるようになられた方、食事摂取量の改善ができるようになられた方も多く、栄養状態の維持改善へとつながっています。

今後は、夕食への導入ができるように、進めていきたいと考えています。



診療部 リハビリテーション科 言語聴覚士 松下 桂子 (まつした けいこ) 安藤 友里子 (あんどう ゆりこ)

**当施設の
食事の形態
(赤魚のみりん焼き)**

普通食

ソフト食に
置き換え

キザミ食
キザミトロミ食
極キザミ食
極キザミトロミ食

ミキサー食

キザミ食や極キザミ食は、咀嚼などの問題がある方にも比較的食べやすい食事ですが、より安全においしい食事を提供するために、数年前から「ソフト食」の導入を検討していました。ソフト食は、舌や歯茎でもつぶせる軟らかさで口の中でまとまり易く、口や喉に食べかすも残りにくい飲み込み易い形状の食事です。(*左の図を参照)

当施設では、ムース状になった約60種類の具材の中から、その日の献立に近い物を選んで調理し提供しています。メイン料理、つけ合わせ等具材ごとに盛り付け、見た目から味を想像しやすく、各々の味や色を楽しむことができます。ソフト食の導入で食欲や摂取量が改善した方もいらっしゃいます。

また、当施設では必要に応じて、言語聴覚士が食事の状態の観察や評価、噛む力や飲み込む力を改善するための訓練を行っています。さらに、月2回多職種で、飲み込みに問題(嚥下障害)のある方の食事について検討する場を設けています。例えば、むせにくい姿勢や飲み込みの状態にあった食事の形態、すくい易い食器について検討しています。ソフト食が食べにくい方もいらっしゃるため、調整が必要かどうかについても検討します。

今後も、ご利用者の皆さまの声を伺いつつ、食事をより安全に美味しく楽しんでいただけるよう取り組んでいきたいと考えています。

いきいき花クラブ

～ 春いっぱいお花バイキング ～

まきデイサービスセンター 介護福祉士 和田出 美代子(わだで みよこ)
久場川 優衣(くばがわ ゆい)

まきデイサービスセンターでは、身体を動かす体操や楽しみながら取り組むレクリエーション、頭を使った脳トレーニングなどさまざまなプログラムを用意しています。その中で毎月実施しているのが、『いきいき花クラブ』です。ご利用者はそれぞれ思い思いにお花を生けて、楽しみながら取り組んでいらっしやいます。

毎月、ハロウィンやクリスマス、ひな祭りなどその季節や行事に合わせたテーマがあり、お花が好きなご利用者からは「わぁ！きれい！」「かわいいわぁ！」と、とても好評なプログラムです。

3月は「お花のバイキング」がテーマで、ガーベラやミモザ、スイートピーなど、春の花を中心としたお花をご利用者の好みに合わせて選んで、生けていただきました。『いきいき花クラブ』の日は、月間プログラムを配布し事前にお知らせしていますが、スタッフがお花の準備を始めると、ご利用者から「今日お花するん？」「見本のお花どなん？」と楽しそうに声をかけてくださいます。

今回は、ご自身の好みで選んでいいことをお伝えしますと「自分で選んでいいの？」「どの花にしよう？」と皆さん楽しそうにお花を選ばれます。時間をじっくりかけて生けられるご利用者や、その時の感性ですばやく生けられるご利用者、皆さん個性があり提供しているスタッフも楽しみながら取り組んでいます。ご利用者が完成したお花をすべて並べますとそれぞれの個性が出ているのが分かり、毎月楽しく『いきいき花クラブ』の時間を過ごさせていただいています。



「健康教室」開催のお知らせ

会場とオンラインでの開催！

新型コロナウイルス感染予防対策のため、会場の参加人数は制限し、オンラインでもご参加いただけます。

参加申込方法は開催の約1ヶ月前に牧病院にてご案内いたします。

また牧病院ホームページでもご案内いたしますので、ご確認ください。

なお感染状況により、延期となる場合がございます。ご了承ください。



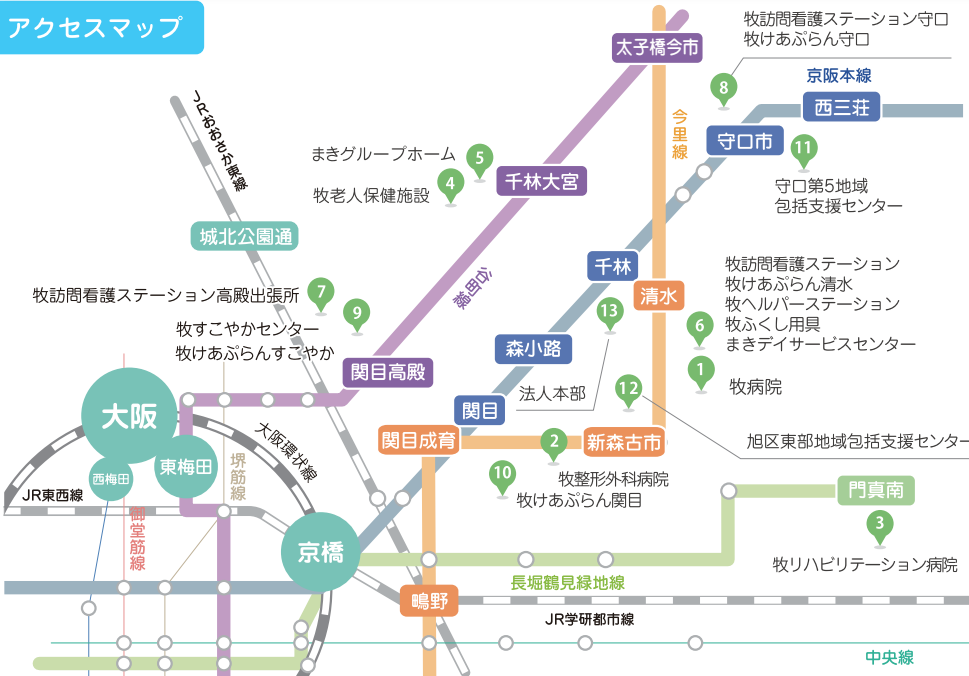
「災害時、いつものでるおくすりの名前、覚えていますか？～お薬手帳のつかい方～」

日時：令和3年5月22日（土）午後1時30分から午後2時まで

講師：薬剤科 長谷川慎（薬剤師）

場所：牧病院4階研修室

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もち、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。

- 1 牧病院
〒535-0022 大阪市旭区新森7-10-28
TEL: 06-6953-0120
牧病院デイケアセンター
TEL: 06-6953-1881
牧病院訪問リハビリテーション
TEL: 070-5043-0494
- 2 牧整形外科病院
〒536-0008 大阪市城東区関目6-15-30
TEL: 06-6786-6200
- 3 牧リハビリテーション病院
〒571-0015 大阪府門真市三ツ島3-6-34
TEL: 072-887-0010
牧リハビリテーション病院
訪問リハビリテーション門真
TEL: 072-887-0010
牧リハビリテーション病院デイケア門真
TEL: 072-887-0050
- 4 牧老人保健施設
〒535-0004 大阪市旭区生江2-15-14
TEL: 06-6929-0300
- 5 まきグループホーム
〒535-0004 大阪市旭区生江2-14-24
TEL: 06-6929-5355
- 6 牧訪問看護ステーション
〒535-0021 大阪市旭区清水4-2-22
TEL: 06-6953-1222
牧けあふらん清水
TEL: 06-6953-1235
牧ヘルパーステーション
TEL: 06-6953-1107
牧ふくし用具
TEL: 06-6958-1030
まきデイサービスセンター
TEL: 06-6953-1506
- 7 牧訪問看護ステーション高殿出張所
〒535-0031 大阪市旭区高殿6-18-41-107
TEL: 06-4254-6660
- 8 牧訪問看護ステーション守口
〒570-0028 大阪府守口市本町1-7-21-102
TEL: 06-6991-5556
牧けあふらん守口
TEL: 06-6991-5557
- 9 介護老人保健施設
牧すこやかセンター
〒535-0031 大阪市旭区高殿6-14-41
TEL: 06-6955-4865
牧けあふらんすこやか
TEL: 06-6955-7511
- 10 牧けあふらん関目
〒536-0008 大阪市城東区関目4-6-2-103
TEL: 06-6786-6230
- 11 守口第5地域包括支援センター
〒570-0033 大阪府守口市大宮通1-13-7
TEL: 06-6992-1180
- 12 旭区東部地域包括支援センター
〒535-0022 大阪市旭区新森4-27-13
TEL: 06-4254-3336
- 13 法人本部
〒535-0021 大阪市旭区清水2-11-14
TEL: 06-6953-0190