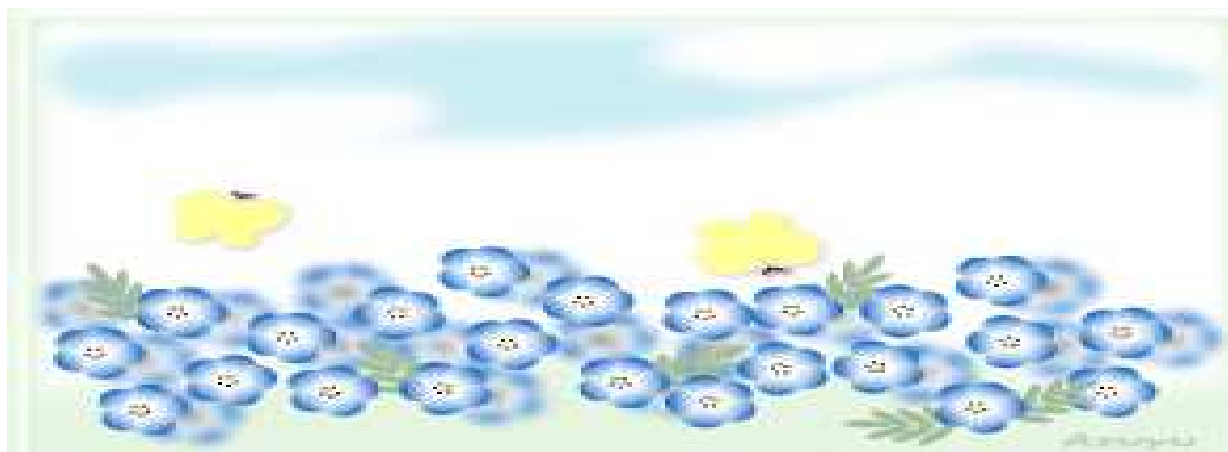


# 広報ちゅうざん

8月号

2007年8月1日発行



## 8月号 目次

巻頭の挨拶(2頁)

言語聴覚士とは(3項)

Nutrition Support～青梗菜～(4頁)

家族会準備委員会の活動と紹介(5頁)

平成19年7月の入退院状況(6頁)

# 予 防 と 医 療

ちゅうざん病院 理事長／院長 今村 義典

本来医療は、病気にかからないように予防すること、病気にかかれば安全な環境で治療をする、そして治療が終われば社会復帰に向けての身体機能や生活（ADL）訓練を行うものです。

しかし、今までの医療保険の仕組みは、病気の治療に対してのみ医療費が払われるようになっていました。検査一つにしても何の病気の治療の目的で行ったか等、必ず病名を記録する必要があります。このような事情で、毎月病院が請求する診療費請求表（レセプト）には、沢山の病名が書かれ不思議に思われるかもしれません。

予防接種を除いて、予防的検査や予防的薬の投与などは、相当する病名がなければ認められていません。極端な事を言うと、どこか悪くならなければ治療出来ないという制度であります。

しかし、病気が健康長寿を阻害し、国民医療費に大きな影響を与える事から、増え続けている生活習慣病（ガン、高血圧、心臓病、脳卒中、糖尿病など）の予防対策としてメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に対する保健指導を徹底するよう平成20年4月から健康診断・保健指導の仕組みが変わり、国を上げて予防に取り組むようになります。

リハビリ医療に取り組みながら、障害を起しリハビリを受けるようになる前に、病気を予防出来ればどれだけ良いかと考えていましたが、やっと治療重視から予防重視へと、医療の考え方が変化し大変よいことだと思います。

このような予防的な取り組みは、医療のみでなく個人の生活習慣と自己責任を要求される厳しさも伴います。

一方医療機関においても、昨年の4月から、入院している患者さんの入院費用（入院基本料）には、1）入院診療計画、2）院内感染防止対策、3）医療安全管理体制、4）褥瘡対策を行うよう義務付けられています。しかし、長期入院の予防、院内感染の予防、医療事故の予防、寝たきりの褥瘡の予防など最大限の努力をしても起こる可能性があるのが医療現場であります。

医療は、病気の予防から医療事故の予防と様々な問題の渦中にあり、労働時間を気にしないで働く過酷な勤務、過大な責任、何か起こると患者・家族からの攻撃に意欲を失い、やる気を失い病院勤務から離れていく「立ち去り型サボタージュ」（小松秀樹著・医療の限界）が最近当院でも起こっています。

辛いだろうが強くあれという事は、簡単ですが、ますますストレスをかけていたように感じて残念に思います。

# 言語聴覚士 (ST) とは？

言語聴覚士 饒村 舞

ちゅうざん病院には言語聴覚士 (Speech-Language-Hearing Therapist : ST) というスタッフがいるのをご存知ですか？今回はこのSTの仕事について簡単に説明したいと思います。

言語聴覚士 (ST) とは、脳損傷などによることばの理解や表出の問題、発声や発語、聞こえの問題、ことばの発達の遅れなど、何らかの原因で聞こえやことばに障害を持つ方々に対して、円滑なコミュニケーションが行えるよう、リハビリを行う専門職です。そのほかにも、脳損傷によって食べ物を噛んだり、飲み込んだりするのが上手にできない方々に対するリハビリも行っています。

## ■言語聴覚士が携わる主な障害

- 失語症**：脳卒中や外傷などによって脳が損傷を受けたために、「聴く」、「話す」、「読む」、「書く」という言語機能に影響を及ぼす障害です。考えていることを上手くことばにできなかつたり、聞こえていても言われていることばを理解できないなどの症状により、上手に会話が行えなくなることがあります。脳が損傷を受けた場所によって一人一人症状が違うので、コミュニケーションが取りやすくなるために、それぞれの症状に応じたリハビリを行います。また、ご家族など周囲の人々に対して、どのように接したら良いのかというアドバイスも行っています。
- 構音障害**：脳の損傷によって、舌や口唇など発音(構音)する際に使われる部位が動かしにくくなることで、発音が歪む、はっきりしないなど、ことばが不明瞭になり、正確に伝わりにくくなる障害です。舌や口唇などの運動や、話す速度の調節など、聞き取りやすい話し方になるようにリハビリを行います。
- 嚥下障害**：脳の損傷や口、舌、喉などの病気によって、食べ物を上手に食べられなかつたり、食べる時にむせ込む、飲み込みにくくなるといった障害です。食べ物は口から入り、食道を通過して胃に入ります。しかし上手に飲み込むことができなくなると、誤って食物が気管を通り肺に入ることによって、肺炎や窒息を起こす危険性があります。舌や口唇の運動、上手に噛む、飲み込むためのリハビリを行います。また、一人一人の飲み込む能力に合った食べ物の形態(ミキサー状にしたり、小さく刻んだ形にする)、食べやすい姿勢、口の中を清潔に保つための指導を行います。

☆現在ちゅうざん病院には言語聴覚士(ST)が7名働いています。

ことばや飲み込みの障害についてわからないことがあったら、気軽に声をかけてください。

## 8月 青梗菜



日常的に使っている野菜のなかでもっとも低エネルギーなのが青梗菜。

1株（120g）のエネルギーはなんと9kcalしかありません。

しかも、茎の部分は加熱してもあまりかさが減らないので、ダイエット中の食事にボリュームを出すのにぴったりの青菜です。

栄養面でもカロテン、ビタミンC、カルシウムを含む優等生。

青菜が少なくなる夏場こそ青梗菜の出番です。

疲労回復ビタミンと呼ばれるB1を多く含む豚肉と組み合わせて夏バテを予防しましょう。青梗菜+たんぱく質の組み合わせは、青梗菜に含まれるカルシウムの吸収率をアップし、骨粗鬆症予防にも効果的です。

### クッキングコラム

## ダイエット中の外食の選び方 エタノールスプレーで食中毒予防

食中毒予防には、除菌力が強く口に入れても害のないエタノールが大活躍。包丁やまな板は食材を変えるたびに洗い、エタノールスプレーをかけて除菌を。調理台の汚れや菌がつきやすいので、エタノールを湿らせたふきんでこまめに拭き取りましょう。殺菌しつつ、汚れが落ち、しかも乾きが早いおかげで掃除もラクに。

また、生ゴミは、バイ菌にとって格好の繁殖場所なので、三角コーナーに生ゴミが出たらすぐにスプレーをかけましょう。

# 家族会準備委員会の 活動と紹介

家族会 準備委員会 高橋啓輔

家族会準備委員会の活動として、『勉強会』および『ゆんたく会』を1ヶ月に1回のペースで開いています。入院中の患者さんや通所利用者さん、および御家族を対象としており、みなさんが抱えている疑問・不安の解消を目的としています。

勉強会テーマは毎回異なり、7月28日は『家族介助指導』をテーマとして行いました。宣伝不足のため残念ながら参加者はとても少なかったのですが、内容には十分満足していただき、『介助量は(方法によって)大分と変わるのですね』、『全部やってあげるよりも、本人にさせることで、リハビリにもなるのですね』と意見も頂いております。

ゆんたく会は、患者さんを家族に持つ方々が互いの悩みや不安を相談し考えるようにし、自発的にも問題解決できるようになるという目的で始まりました。今年度は6月に行いました。そのときは、障害を持ちながらも長期のあいだ自宅で生活しているご本人と、障害を持つ家族とともに生活する方(2名)、それぞれからお話しを聞く機会を設けさせていただきました。そこでは、入院中の患者さんの家族から、『退院後の生活を考えるにあたり、とても参考になった』との感想を頂きました。

勉強会・ゆんたく会、ともに毎月の第4土曜日の14時から開催されています。8月はお盆のため18日にゆんたく会を行う予定です。ゆんたく会は、上記のように退院後の生活を送っている方々の意見を聞くだけでなく、今現在入院生活を送る患者・家族の皆さんが悩みを相談する機会にもなりますので、ぜひご参加下さい。

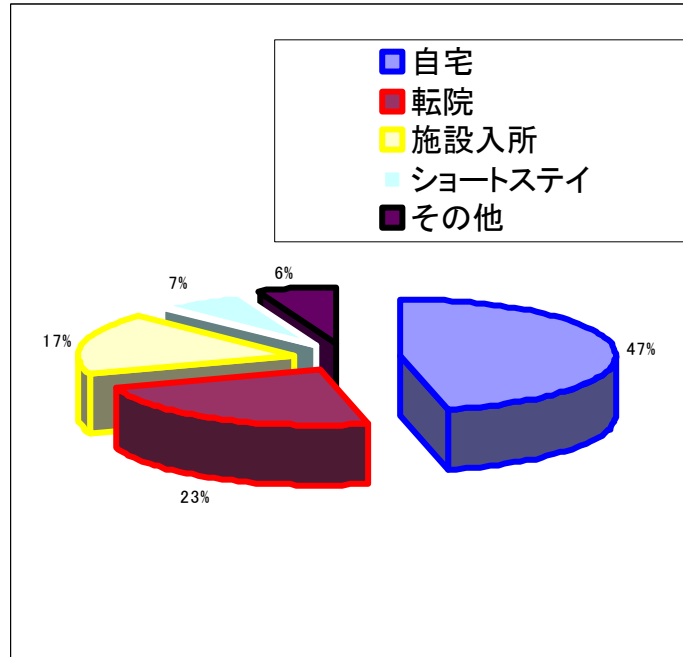
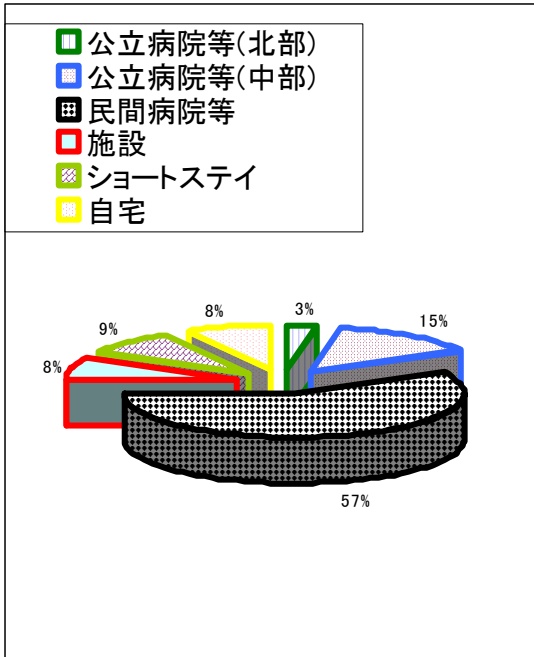
6月のゆんたく会、7月の勉強会に参加できなかった方へ

勉強会の資料は両方ともお渡しできますので、希望される方は理学療法士 高橋まで声をかけて下さい

# 【平成19年7月入退院状況】

【入院患者数：75名】

【退院者数：86名】



**ちゅうざん病院**

**〒904-2151 : 沖縄市松本6丁目2番地1号**

**電話 982-1346 FAX 982-1347**

「広報ちゅうざん」編集: 濱盛 杏菜