

ちゅうざん



「ちゅうざん病院」は沖縄市松本にあるリハビリテーション専門病院です

歴史あるちゅうざん祭り小規模で開催



ちゅうざん病院では毎年、患者様やご家族様、地域の方々に向けたイベント「ちゅうざん祭り」を開催しています。ちゅうざん祭りの歴史は長く、今年で第17回を迎えます。コロナ禍の影響もあり、今年は例年より規模を縮小して開催することを決定しました。このような状況下でも、ちゅうざん病院の職員は患者様の笑顔のために、みんなで力を合わせて取り組んでいきます。よろしくお願いいたします。

ちゅうざん祭り実行委員長 末吉勇樹



ドクターズ・リレーコラム

第3回・吉田貞夫

「やっぱり、栄養って大切！」

～患者さんを元気に、よりよいリハビリテーションの効果を～

ちゅうざん病院に赴任して、まもなく3年になります。私は、ちゅうざん病院に赴任して以降、栄養サポートチーム(NST)という活動に参加させていただいています。患者さんに栄養をしっかり摂ってもらい、からだの状態を良くし、退院までに、できるだけ患者さんを元気にして、よりよいリハビリテーションの効果がえられることを目指しています。

栄養というと、「なんだ、食事のことか」と思う方もいるかもしれません。しかし、栄養状態が悪いと、感染症を発症したり、合併症を発症したりして、せっかくリハビリテーションを行っても、思うような結果がでないことも多いのです。

最近、サルコペニアという言葉をお聞きになったことはありませんか？ サルコペニアは、筋肉が減少し、やがて

歩行が困難になったり、寝たきりになったり、肺炎を発症しやすくなったりする状態です。誰でも、年を取ると、サルコペニアが進行していきます。サルコペニアの進行を遅らせるためには、しっかり栄養を摂取することが大切です。とくに、適切にタンパク質を摂取することが重要です。

これからも、患者さんを、低栄養やサルコペニアから護るため、活動を続けていきたいと思っています。

栄養のことで、わからないことがあれば、管理栄養士か私にご相談ください。



<ドクタープロフィール>

吉田貞夫・よしだ さだお

平成3年 筑波大学医学専門学群卒業

平成9年 筑波大学大学院医学研究科卒業

専門分野： 一般内科、臨床栄養学

日本感染症学会認定インфекション・コントロール・ドクター

日本外科学会外科専門医

日本臨床栄養学会臨床栄養学指導医



セラピスト・健康講座

言語聴覚士 澤岬奏美

「誤嚥性肺炎の予防について」

日本人の死亡原因の上位に誤嚥性肺炎があがっています。誤嚥とは、食べ物や飲み物、唾液などが本来入るべき食道ではなく、誤って気管に入ってしまう状態です。誤嚥によって細菌が肺に入り炎症を起こすのが誤嚥性肺炎です。症状として、熱や咳が出たり、痰が増加する場合があります。

誤嚥性肺炎を防ぐには…

①歯だけでなく、口の中に残った食べ物や、唾液をきれいにし、口の中全体の汚れを取り除きましょう。特に寝る前のケアはしっかりと行いましょう。

②誤嚥しないように、食事に集中できるような静かな環境を作りましょう。姿勢は、顎を引き気味にし、足の裏をしっかりと床や足台に乗せて、背筋を伸ばすように意識しましょう。

③誤嚥したときに、力強い咳で吐き出すために呼吸筋を鍛えましょう。日頃からたくさん会話をしたり、大きく深呼吸をしましょう。

顎は引き気味に

背筋を伸ばす

足を床にしっかりつける



義歯の清掃方法

- ☑ 毎食後に外して、表面だけでなく裏も磨く。
- ☑ ブラシで磨くだけでは細菌はそれほど減らない。義歯洗浄剤での浸け置き洗いをする。





教えて管理栄養士さん

管理栄養士 翁長安李

「朝ごはん、きちんと食べてますか？」

最近涼しくなり、すごしやすくなってきました。これから秋にかけて食欲が増し、秋の味覚が楽しい季節です。今回は朝ごはんについてです。みなさんは朝ごはんをきちんと食べていますか？

朝ごはんは、就寝時に下がった体温を上げるために必要不可欠です。朝ごはんの刺激は身体全体に“目覚め”を伝える信号として大きな役割を果たし、脳の働きや活動力を高めます。しかし、朝ごはんを食べない習慣は基礎代謝や体温の低下のみならず、免疫力も低下すると考えられています。

また、朝ごはんを食べない習慣の人に肥満が多いこともわかっています。これは、睡眠不足や交代勤務（夜勤）も関係しています。夜眠り、朝日を浴び、食事によって必要な栄養素をとることで身体のエンジンはかかりますが、このリズムが整わないことでエネルギー代謝もぼんやりと始まってしまい、効率よく代謝できずに肥満に繋がります。

早寝早起きで十分な睡眠を取り、1日3回の食事を

を規則正しく食べる食習慣が健康に重要なのだと、改めて感じますね。

新型コロナウイルスもまだまだ心配ですが、インフルエンザや季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあります。しっかり朝ごはんを食べて免疫力を上げましょう！

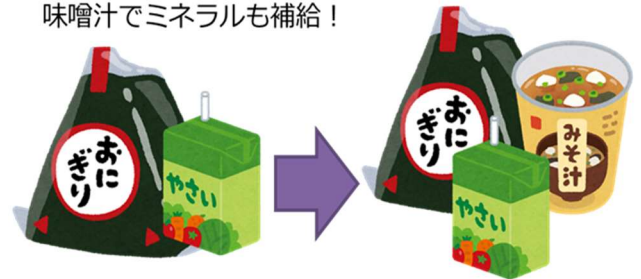
【例えばこんな献立に♪】

「サラダだけ」よりグラノーラヨーグルトでたんぱく質をプラス！



おにぎりは鮭などを選びたんぱく質をプラス！

味噌汁でミネラルも補給！



部署の取り組み紹介

放射線技師 島袋一樹

「放射線科」

放射線科課長の島袋です。ちゅうざん病院放射線科は2名体制で、24時間オンコール体制で運営しています。

現在は、コロナ禍で、院内のフェーズとしても感染流行期にあたるため、放射線科の業務は、マスク、フェイスガード、手袋、ガウンを使用して患者様と接することになっています。

当院にある放射線機器としては、一般撮影、CT、外科用イメージ(C アーム)があります。撮影内容としては入院に必要なレントゲン撮影や、入院患者様が発熱したり、転倒したりした時に撮影があります。

入院時にレントゲン撮影をするのは、病院で管理するために必要で、患者さんの病状を正確に知りたいからです。

他に嚥下造影という撮影があり、これは飲み込みの検査です。その時に使用する機器が外科用イメージで、検査時には医師、看護師、管理栄養士などいろいろな職種が集まり検査をしています。

検査内容などわからないことがあればいつでも放射線科までご連絡下さい。



クローズ・アップ ～^{かがや} ^{びと}輝き人

今回は、当院に入ってきて一番に顔を合わせる受付で働いている医療事務課の友寄さんに大変なことや接遇において気をつけている事を伺ってきました。

Q1. 医療事務のやりがいと大変なところを教えてください。

医療行為をおこなう事はありませんが、受付業務を行っている際に患者様の状態が良くなっていく姿を見ると大変嬉しくなります。また「ありがとう」などの感謝の言葉を掛けていただくこともあり、少しでも医療従事者の一端を担っているような気がして、やりがいを感じています。医療事務は、一般的な事務と比べ覚えることが多いです。受付対応、電話対応に始まり、患者様への会計業務や保険者への診療報酬請求などを行うために、治療行為や薬、検査に関する知識から保険や医療費についての知識までさまざまなことを覚えなければいけません。また、法律改正によって運用や施行に細かな変更が発生するため、戸惑うことが多く大変ではありますが、新しい知識を習得しスキルアップしていると実感しています。

Q2. 受付を担当するとき、どのようなことに気を付けていますか？

患者様が気持ちよく受付できるように、明るく努めていますが、マスク着用で表情が分かりにくいいため、声色に気を付けて事務的で冷たい印象を与えないようにしています。また、窓口には患者様だけでなく様々な目的を持った方がお見えになるため、来院された理由を正確に把握しスムーズに必要な対応がおこなえるように丁寧にお話を伺わせていただくことを心掛けています。

Q3. 仕事の目標について教えてください。

医療事務は、診療行為をおこなうことはありませんが、医療を提供するうえで欠かせない部署だと思います。患者様と各部署のつなぎ役として連携やヒアリング能力を高め、診察や面談などが円滑に行えるように日々努力していきます。

<プロフィール>

友寄 実由菜・ともよせ みゆな

医療事務歴:3年9ヶ月

高校卒業後は、一般企業に就職。医療に携わる仕事に就きたいと感じ退職。6か月間就学し医療事務の資格取得。医療事務・看護助手を経験し2019年に当院に就職。



【病院紹介】

ちゅうざん病院は、昭和 59 年に沖縄ではじめてリハビリテーション病院として開設され、現在では回復期病床 216 床を有するリハビリテーション専門病院として、高齢者や、障害者の人たちが、安心して生活できるような、医療・介護を提供しています。

スタッフのチームワークと熱意によって身体の障害、あるいは慢性疾患を持った患者様により良い心の通い合う医療をモットーに専門的なりハビリテーション、看護・介護を行い、患者様の社会復帰、家庭復帰を目指しています。

<アクセス・問い合わせ>

〒904-2151 沖縄県沖縄市松本 6-2-1

TEL:(098)982-1346



【編集後記】

朝晩が冷え込むようになってきましたが、みなさま体調はいかがでしょう。

トップ記事にもありますように、ちゅうざん病院では年に1度ちゅうざん祭りを開催しています。しかし、今年は新型コロナウイルスの影響で規模を縮小して行う事となりました。ちゅうざん祭りを楽しみにしていた地域の方もいらっしゃると思います。

今年開催されるちゅうざん祭りの様子も広報誌ちゅうざんにてみなさまに配信していきたいと思えます。(運天)

発行責任者:尾川貴洋

編集長:千知岩伸匡

編集員:運天政則・原健人