

ゆるめく

● 第60回全日本病院学会参加 平成30年10月6日(土)・7日(日)

第60回全日本病院学会が東京でおこなわれ、当院より「デスカンファレンスの振り返りと4年間のターミナルケアの変遷」の一般演題で発表しました。
 終末期における看護について実践してきた結果を、全国からの参加者のまえて発表し、質問もいただき大変勉強になりました。また今回は、小泉進次郎衆議院議員の「人生100年時代の社会保障について」の特別講演もあり、人気の政治家にて聴衆も大勢で別の会場にモニターを準備するほどの参加者でした。



小泉進次郎氏特別講演

● 第26回日本慢性期医療学会参加 平成30年10月11日(木)・12日(金)



鹿児島県で行われた第26回日本慢性期医療学会に通所介護げんきの郷から参加し、『げんきの郷での太鼓クラブの活動内容と成果』との演題で発表しました。全国から集まった発表の中には参考になる内容の演題が多く、今後のげんきの郷での取り組みにぜひ活かしていきたいと思えます。

【編集後記】 ○○の秋といえど?の問いかけに約半数の人が「食欲の秋」と答えるそうですが、確かに秋は美味しいものがたくさんあります。でも実は秋はダイエットに適した季節でもあります。秋は自立神経が整い、痩せやすい環境になるそうです。穏やかな気候や美しい自然に触れながら、ウォーキング等の運動をしてみたいはいかがでしょうか。



永生病院 130床(一般病棟 40床・療養型病棟 90床)

- 医療法人 圭良会
- 永生病院 香川県仲多度郡まんのう町買田221-3 Tel 0877-73-3300
 - いこいの郷 (居宅介護支援事業所) Tel 0877-73-3655
 - いこいの家 (通所介護) Tel 0877-73-3718
 - げんきの郷 (通所介護) 仲多度郡まんのう町買田102-1 Tel 0877-58-8811
 - 森内科 香川県仲多度郡琴平町1167 Tel 0877-73-4188
 - グループホーム こんびら (認知症対応型共同生活介護) Tel 0877-73-0811
 - サンライズこんびら (小規模多機能型居宅介護) 香川県仲多度郡琴平町横井字池田451番地1 Tel 0877-58-8600

永生病院広報誌「ゆるめく」第53号
 発行元：医療法人 圭良会 永生病院
 編集者：医療サービス改善委員会
 住所：〒769-0311 仲多度郡まんのう町買田221-3
 TEL:0877-73-3300
 FAX:0877-73-3202
 永生病院のホームページ <http://www.eisei-hp.or.jp/>
 eメールでのお問い合わせは keiryokai@eisei-hp.or.jp
 発行年月日：平成30年10月20日

- 【理事長のあいさつ】 全日病・慢性期医療学会に参加して
- 【うまげな話】 「ミネラルについて～亜鉛の効能」
- 【健康ひろば】 「手根管症候群」
- 【行事報告&お知らせ】 「認定マーク「くるみん」4回目取得」 「第60回 全日本病院学会参加」 「第26回 日本慢性期医療学会参加」
- 【編集後記】

- 病院理念
信頼される医療・保健・福祉を提供し、地域の健康増進に貢献する
- 基本方針
良質な医療を提供するため、心と技術を磨く努力を惜しみません
患者の権利、尊厳、安全を重視した医療を提供いたします
医療、福祉と連携を持ち、急性期医療から在宅医療まで、全員参加で取り組みます
- 患者の権利章典

1. 医療を受ける権利	3. 知る権利	5. 学習する権利
2. 自己決定権	4. プライバシーに関する権利	6. 参加と協同



全日病・慢性期医療学会に参加して

氏子祭が終わる頃になると急に気温が下がり、秋の深まりを強く感じます。

10月に第60回全日本病院学会(東京)、第26回日本慢性医療学会(鹿児島)があり参加いたしました。いずれの学会においても、地域連携・地域包括ケアシステム・地域医療構想に関するシンポジウムや一般演題が多くとりあげられており、高齢者におけるポリファーマシー、災害対策、AIの導入など興味あるテーマが満載でした。新たに創設された介護医療院についても、両学会でシンポジウムが開かれ会場いっぱいの参加者でした。介護保険上の介護保険施設であり、医療法上の医療提供施設でもある新たなニューモデルとして注目の存在でした。議論をつくして創設された新たな施設なので、介護療養型病棟からの単なる転換先という存在に終わらせず、「医療・介護・生活・看取り」を提供する施設として継続し、進化させていくというものでした。

「人生100年時代の社会保障について」というテーマで小泉進次郎衆議院議員の特別講演がありましたが、予想通りの人気で会場はあふれんばかりの状態でした。統計的には、今の子供達が成人になる頃には、日本の平均年齢が100歳を超えることになるので、現在の100歳でのイメージではなく、年齢を重ねながら、

何回でもチャレンジできる社会のシステムづくりが必要では、との話題が議論されました。

日本慢性期医療学会では、厚生労働省迫井審議官や、老健局眞鍋課長の講演もあり、今回の診療報酬・介護報酬の同時改定では、社会保障システムにおける持続可能性を更に高めるため、医療サービス・介護サービスの連携を推進させるものとなったことを強調されました。迫井審議官の講演で印象に残ったことは、これまで「患者中心の医療」をすすめてきたが、今後はさらに進化して「患者の生活の視点をいれた医療」を目指していくべきとのことでした。

質の高い入院医療はできるだけ短期間で行い、その後は日常生活との適切な橋渡しのできる医療・介護サービスをおこなっていく過程で、生活の視点は重要なことと思われまます。拡大して考えれば、高齢者医療に限らないことかもしれません。労働力低下が予想される人生100年時代においては、できるだけ社会とのつながりを持ち、結果的に生きがいにつながればよいこととなります。



理事長 森 伊津子



健康は毎日の食事から...

【第24回】～ミネラルについて～ 亜鉛の効能

ビタミンと同じ働き微量栄養素の「ミネラル」は、16種類もあります。中でも今回は「亜鉛」についてご紹介したいと思います!

ミネラルとは...

骨や歯など体の構成成分になる、体液のバランスを調整する、酵素の成分になる、神経や筋肉の動きを調整するなどの働きがあります。

亜鉛の主な効果効能

細胞や組織の新生や新陳代謝に欠かせない成分
免疫反応をはじめとした各種の酵素をサポートする。

1日あたりの摂取目安量	男性	女性
成人	10.0mg	8.0mg
70歳以上	9.0mg	7.0mg

亜鉛を含む代表的な食品とは...

亜鉛を含む食品	含有量(mg)/100g中	亜鉛を含む食品	含有量(mg)/100g中
カキ	13.2	ごま	6.3
パルメザンチーズ	7.3	たらばがに缶詰	5.9
煮干し	7.2	牛肩ロース赤肉	5.7
ココアパウダー	7.0	するめ	5.4

簡単にできる、おいしさ&免疫力アップの絶品料理!!

うまげな料理カード チーズ入り人参のきんぴら 2人分

材料 人参(中) / 1本 くるみ / 20g オリーブオイル / 大さじ1
パルメザンチーズ / 大さじ1 パセリ / 適量 塩・こしょう / 適量

作り方 ①人参は千切にし、くるみは細かくくだく。
②オリーブオイルを引いたフライパンで①を炒める。
③人参に火が通ってきたら、チーズとパセリ、塩こしょうをふって味を整える。

加工食品には、亜鉛の吸収を妨げる成分が含まれているので加工食品の取りすぎには注意しましょう。

健康によい食材をバランスよく食べましょう!

栄養科

認定マーク「くるみん」4回目取得

次世代育成支援対策推進法に基づく認定企業 香川県内第50号に認定

平成30年6月26日、香川労働局長より「基準適合一般事業主認定通知書」を授与され、認定マーク「くるみん」4回目を取得しました。県内で4回目を取得した企業は2社です。計画期間は平成27年4月1日から平成30年3月31日、目標は「育児・介護休業法に基づく育児休業等雇用保険法に基づく育児休業給付、労働基準法に基づく産前産後などの諸制度の周知」でした。



計画期間中、職員に向けて「出産・育児・家族の介護の両立」応援ガイドブック、「育児・介護休業等の諸制度」、「改正育児・介護休業法のポイント」について周知しました。その結果、育児休業の取得率は女性100%、男性36%でした。また子の看護休暇や育児時間、介護休業や介護休暇等、多様な両立支援制度を利用する職員も増加し、離職率も低下してきました。これからも専門職としてお互いが助け合いスキルアップしながら働き続けられるようサポートしていきます。



認定マーク「くるみん」

両立支援推進委員会

体の安心情報ば 健康ひろば 第37回 テーマ 「手根管症候群」

手の痺れは首から?

皆さん、「手根管症候群」という病気を聞いたことはあるでしょうか? 朝方に手が痺れて痛くて目がさめる、起きて少し腕を振ると楽になる、親指から薬指の半分までが痺れる、親指の付け根が痩せてきて最近ものがつまみにくくなってきた、といった方は手根管症候群かもしれません。

手根管というのは手首にあるトンネルで、主に手根骨と横手根靭帯に囲まれています。このトンネルの中に正中神経と屈筋腱が入っています。トンネル内の空間は限られているので、屈筋腱の周囲の滑膜が腫れてきたり、横手根靭帯が肥厚してくると正中神経が圧迫されて、神経症状が出てきます。これが手根管症候群です。

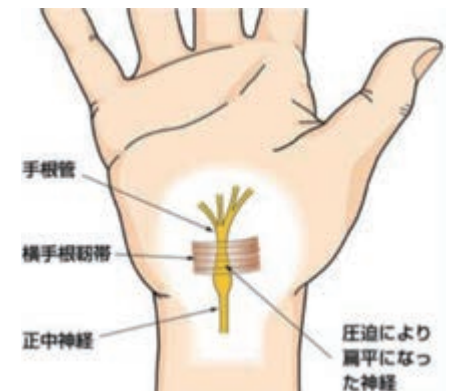
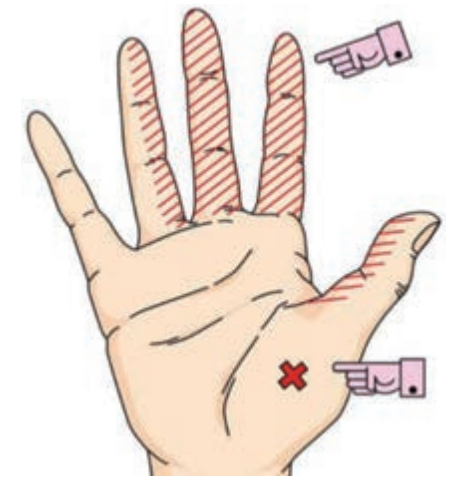
原因は不明ですが、女性に圧倒的に多く生じると言われています。妊娠、骨折、重労働者にも生じ、閉経、骨折も原因となります。

診断は、これらの典型的な症状と、正中神経の伝導速度や、知覚検査、MRIなどの画像検査を総合的に判断して行います。

治療は、保存治療では、ビタミンB12製剤の内服や、装具固定などがあり、最近では更年期の症状の1つと考えられて、イソフラボン由来の薬(エクオール)も発売されています。これらで治療効果が見られない場合はステロイド注射や手術加療が必要となります。手術治療には従来から行われている、観血的手根管開放術と、その皮切を小さくした小切開手根管開放術、関節鏡を使って行う鏡視下手根管開放術があり、私の施設では、局所麻酔の日帰り手術で行えて、確実かつ低侵襲な鏡視下手根管開放術をお勧めしています。

「手術したその夜からよく眠れた」、「手術の1週間後には水が使えるようになった」と、喜んでもらっています。

手が痺れたら、首からではなくて手首が原因の手根管症候群かもしれません。お近くの手外科専門医へ受診してみてください。



医学博士 手外科専門医 山口 幸之助
香川大学医学部附属病院 整形外科・リハビリテーション部 病院助教