



さくらだより

2024年
冬号

～命をつなぎ つないだ命をつなぐ～



謹賀新年

病院長 福田 修

皆様におかれましては、ますますご清祥のことと、お喜び申し上げます。齋藤記念病院は、本年もさらに地域医療に積極的に参画し、患者さんを選ばれる病院を実践し、医療活動を続けてまいります。

過去に2025年問題が取り上げられ、久しくなりましたが、団塊の世代が75歳以上となる2025年まであと一年になりました。医療と介護のニーズを合わせ持つ高齢者が増大すると予想されます。このため、医療介護総合確保推進法により、医療と介護の一体的な提供を可能とする体制整備が進められ、齋藤記念病院は、1月には塩沢地区の診療所を引き継ぎ「ほろじゅくりニック」として開院、4月には、看護小規模多機能型居宅介護施設「ライフィニティ石打」を、石打地区にオープンし、切れ目のない医療、介護を展開してまいります。

2024年のキーワードは、「地域医療構想」と「地域包括ケアシステム」と考え、実践してまいります。地域医療構想は、急性期から回復

期、慢性期まで、将来の医療ニーズの予測を踏まえ、関係者の協議によって地域に必要とされる医療提供体制の整備を進めるもので、今後の当院の展開にご注目、ご期待ください。一方、地域包括ケアシステムは、要介護の状態となっても可能な限り、住み慣れた地域で自立した日常生活を営むことができるよう、医療・介護・予防・住まい・生活支援が包括的に確保される体制構築を目指すもので、まさしく当院の実践してきている姿であります。地域医療構想と地域包括ケアシステムは、車の両輪の関係にあり、お互いが補完しあうことで、医療と介護の連携を推進し、「住み慣れた地域で豊かに老いる」の実現を目指しています。

齋藤記念病院は、新潟県で最も病床利用率が高い病院の一つです。また、この医療圏では療養が必要な慢性期の患者さんが群馬県に流出している現実もあります。我々は、この2つの問題などを解決すべくスタートし、進展するのが、2024年と捉えています。

専門医が教えてくれる 口腔ケアの重要性

皆さんが「口腔ケア」という言葉を耳にした時にイメージするのは、おそらく「歯磨き」や「清掃」ではないかと思えます。

しかし「口腔ケア」には清掃以外の意味があるという事を最初にお伝えします。本来「口腔ケア」の意味するものには大きく次の3本の柱があります。

1 清掃

2 環境整備

3 機能向上（維持）

1の「清掃」とは、お口の中をきれいに清掃し清潔な状態を保つ事を意味します。お口の中が清潔な状態に保たれないと全身状態に影響が出る場合があります。

2の「環境整備」は、お口の環境を整えるということです。

例えば「虫歯で大きな穴が開いている」「入れ歯が壊れている」「歯肉が腫れている」といった状態を治すということが、お口の環境を整えるという事になります。

3の「機能向上（維持）」とは、お口の機能を維持向上するという事です。

お口には「食べる」「飲み込む」「話す」「表情を作る」など様々な機能があり、これら

の機能を維持することが「食べたり話したり」という楽しみを保つ事に繋がります。「口腔ケア」を行うことが疾病予防と共に健康の回復、人としての喜びを保つ事に繋がることもご理解いただけたと思います。

齋藤記念病院には多くの患者様が入院されています。入院中は今まで自分で出来ていた歯磨きが難しくなる（清掃不良）、抵抗力の低下により歯肉が腫れやすくなる（お口の環境の崩れ）、人と話すことが少なくなる（機能低下）などの事が起こり易くなります。そこで入院患者様に対して定期的に歯科医師が介入し、現場スタッフから口腔ケアにおける不安点や質問を聞き、実際に患者様のお口に触れながら健康回復の一助として口腔ケアを実施しております。

患者様一人一人お口の状況が違う事から、その方に合った口腔ケアを行う事が大切であると認識し対応を行っております。「口腔ケア」の持つ意味、その重要性、そして齋藤記念病院の取り組みをご理解いただければと思います。



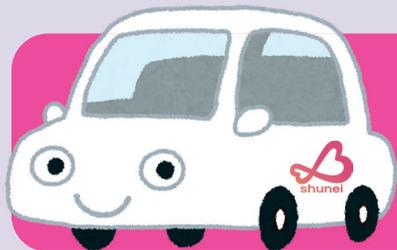
今中直子

病棟担当 歯科医師



訪 問 リ ハ ビ リ

の こと なら



齋藤記念病院へ!!

対象になる方

- 要介護認定・要支援認定を受けている方で、担当ケアマネージャーがいる方
- 通院が困難な方
- 南魚沼市、南魚沼郡在住の方

※通院が可能な方でも条件次第では可能です。

※要介護・要支援認定を受けていない方、ケアマネージャーのいない方でもご相談ください。

次のような方はぜひご相談ください!!

- ✓ 自宅でリハビリを受けたい方
- ✓ 自宅での生活に不安のある方
- ✓ 介助方法の指導や住宅改修の助言が必要な方
- ✓ 日常生活動作の練習が必要な方
(歩行、食事、トイレ、入浴等)
- ✓ 自宅療養中で日々の生活に介助を要する方



訪問リハビリでは・・・

- 自宅でマンツーマンのリハビリが行えます。
- 実際に生活している場所や物を使って動作の練習が行えます。
- 日常生活動作の指導・助言が行えます。
- 寝返り、立ち上がり、歩行などの動作の練習が行えます。
- 利用者様に寄り添い、その方のペースに合わせたリハビリを受けられます。



ご 連 絡 は

☎ 025-773-5111 (FAX 025-773-3024)

電話にて「訪問リハビリの相談です」とお伝えください

今回は、地域リハビリテーションについてお話させていただきます。何らかの病気や怪我によって生活がしづらくなった方にとって、在宅復帰後もリハビリを必要とされる方は多くいます。地域でその人らしく暮らすためには、ニーズを引き出し、生活を多面的にアプローチすることが求められます。

昨今のリハビリテーションの位置づけは、医療保険下にとどまらずその垣根を超えて地域リハビリテーション、すなわち介護保険下での関わりや在宅での必要性が重要視されています。俊榮会としましても、更に必要性の高まる介護分野においての取り組みを行っており、その一環として訪問リハビリテーション事業を昨年8月より開始しております。

訪問リハビリテーションとは、リハビリ専門職が利用者様のご自宅に実際にお伺いして、日常生活の自立・向上、家庭内の役割や社会参加の向上を図る事が目的のサービスです。利用者様のご自宅にお伺いする事で、実際の生活場面と利用者様個人に合わせたリハビリテーションが行える事が特徴です。現在は、理学療法士が月・火・木・金曜日の午後に訪問リハビリテーションを行っています。

訪問リハビリ開始までの流れを 簡単にご説明いたします。

① 当院へ訪問リハビリの申し込み



② 当院の医師による訪問診療



③ 訪問リハビリの指示書作成



④ 訪問リハビリの開始

となっております。



対象となる方は、

- ◎要介護、要支援認定を受けている方
- ◎通院が困難で自宅でのリハビリテーションを希望される方
- ◎医師により訪問リハビリが必要と判断された方
- ◎南魚沼市、南魚沼郡在住の方が挙げられます。

現在の生活で、以下のことでお困りの方はぜひご相談ください。

- ◎高齢やその他理由で移動手段がなく自宅でリハビリを希望する方
- ◎退院直後などで自宅での日常生活動作や家事動作に不安のある方
- ◎自立を目指したい方
- ◎在宅生活の中で、日常生活動作や家事動作に不安や問題がみられてきている方
- ◎在宅療養など行っている難病疾患の方など

介護保険を利用されている方は、ケアプランの作成が必要になりますので、まずはケアマネージャーさんにご相談ください。介護保険を利用していない方、通院が可能な方でも条件によっては訪問リハビリが可能な場合がございますのでお気軽に当院までご相談ください。

今後、在宅医療の需要、医療・介護の連携の重要性はさらに高まっていくものと思われます。当院のリハビリテーション室としましても、入院リハビリ・外来リハビリ・訪問リハビリを三本柱として医療と介護の連携強化を考えた取り組みを行っていきたいと考えております。そして患者様、利用者様がその人らしく在宅生活を送ることが出来るよう努めてまいります。

引き続き、何卒宜しくお願い申し上げます。

専門医が教えてくれる 脳卒中予防十力条

第8弾 脳卒中起きたらすぐ病院へ…早期発見・早期受診

いよいよ脳卒中予防十力条シリーズも最後になりました。最後は「脳卒中起きたらすぐ病院へ」です。

脳卒中は脳の血管の病気で、血管が詰まる「脳梗塞」、血管が破れる「脳出血」「くも膜下出血」の3つあり、7・2・1の割合で発症します。脳卒中は死因の第4位で、人生100年時代における寝たきり・要介護の原因第1位の病気です（令和4年度）。一度発症すると大変なので、これまでお話してきた予防がとても大事です。しかし、脳卒中が起きてしまったら…とにかく速やかに病院で治療を行うことが、その後の生活の質を向上させると言われています。

そこで脳卒中（主に脳梗塞・脳出血）早期発見の合言葉があります。「ACT FAST」です。

F (Face)…顔が歪んでいる、片側の口角が下がる

A (Arm)…腕の力が入らない

S (Speech)…呂律が回らない、言葉が出ない、他人の言うことが理解できない

T (Time)…症状が出た時刻を確認

ACT (action)…突然のFASTを認めたら、すぐに救急車を呼びましょう。

顔・腕・言葉以外にも、突然意識が悪くなる、半側のしびれ、物が2つに見える、視野の半分が欠ける、めまいやフラフラして歩けないなども脳卒中の症状です。病院受診をしましょう。

また、くも膜下出血の場合は、突然の激しい頭痛、今まで経験したことのない頭痛、意識障害などで発症します。主に脳動脈瘤の破裂によりおこり、1/3の方は亡くなる怖い病気です。再破裂すると死亡率が上がるので救急車を呼んで早急な治療を受けましょう。

早期発見という点では、脳ドックもあります。自覚症状の出にくい脳の病気に対して早期発見と予防を目的とした予防医学です。無症候性脳梗塞、脳微小出血、未破裂脳動脈瘤、脳腫瘍、頸動脈の狭窄、脳血管の狭窄・閉塞などがわかります。症状が出る前に治療が可能なこともありますので、早期発見に役立ててください。

最後になりますが、脳卒中は脳の血管の病気です。予防には、高血圧・糖尿病・脂質異常症・喫煙・多量飲酒と心房細動の管理が大切です。発症した場合は、時が命、ACTFASTです。

脳卒中予防十力条

- ① 手始めに 高血圧から 治しましょう
- ② 糖尿病 放っておいたら 悔い残る
- ③ 不整脈 見つけ次第 すぐ受診
- ④ 予防には たばこを止める 意志を持って
- ⑤ アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒
- ⑥ 高すぎる コレステロールも 見逃すな
- ⑦ お食事の 塩分・脂肪 控えめに
- ⑧ 体力に 合った運動 続けよう
- ⑨ 万病の 引き金になる 太りすぎ
- ⑩ 脳卒中 起きたらすぐに 病院へ さら
- ⑪ ストレスを減らしましょう
- ⑫ いわし・さんまなどの背中の青い魚を たべましょう



小山新弥

・オーソモレキュラー・ニュートリション・プロフェッショナル認定医
・臨床分子栄養医学研究会 認定医

[齋藤記念病院 外来医師診察予定]

診療科	医師名	受付時間	月	火	水	木	金	土
脳神経外科	福田 修	午前 8:30~11:30	○	○	○		○	○
	小山 新弥					○		
乳腺・胸部外科 【予約制】	鬼頭 隆尚	午前 8:30~11:30	★	★	★	★	★	★
肛門・乳腺・消化器外科	廣田 正樹	午前 8:30~11:30	○	○	○	○	○	○
整形外科・リウマチ科 【予約制】	池田 三香	午前 9:30~12:00		★	★			
		午後 1:30~ 3:30		★				
	巻島由紀子	午前10:00~11:30 ※第1・2・4土曜日のみ						★
	山中 力仁	午前 9:00~11:30 午後 1:30~ 4:30				★	★	
内科 【予約制】	青木 聡	午前 9:00~12:00				★		
	廣田 喜一	午前 9:00~11:30		★				
内科	担当 医	午前 9:00~11:30					○	
		午後 1:30~ 4:30					○	
神経内科 【予約制】	石原 智彦	午前 9:00~11:30 ※第1土曜日のみ						★
	石黒 敬信	午前 9:00~11:30 ※第2土曜日のみ						★
	三木 健司	午前 9:00~11:30 ※第4土曜日のみ						★
甲状腺外科 【予約制】	筒井 英光	午前 9:00~11:30 午後 2:00~ 4:00 ※第1月曜日のみ	★					
	伊藤 純子	午前 9:00~11:30 午後 2:00~ 4:00 診察日：1/17・2/14・3/13			★			
	小野 怜子	午前 9:00~11:30 午後 2:00~ 4:00 診察日：1/26・2/16・3/22					★	
オーソモレキュラー外来 【予約制】	小山 新弥	午後 2:00~ 4:00 ※詳細はお問い合わせください。	★					

○印は予約不要です。★印の診療科は予約制となっております。
お電話での予約又は変更等のお問い合わせは、月・火・木・金の
午後 2:00~ 5:00の間をお願いいたします。(☎025-773-5111)



医療法人 俊栄会

齋藤記念病院

病床数：98床/一般病棟42床、療養病棟56床

〒949-6602 新潟県南魚沼市欠之上478番地2 URL <https://www.saito-memorial.com/>
TEL 025-773-5111 FAX 025-773-3024 E-mail soumuka@saito-memorial.com

