

智仁会だより

医療法人 智仁会
平成 29 年 11 月号

VOL.45

私たちは地域の専門病院として誇りと責任を持って、最良の医療提供に努めます。



2017年
11月号

 **Saga Rehabilitation Hospital**
<http://www.sagarcha.or.jp/main/>



通所リハ・訪問看護・その他

在宅サービス



認知症でものひのひと

グループホーム吉原



サービス付き高齢者向け住宅

ドリームハウス吉原

CONTENTS

- 知っておきたい病気の話～ノロウイルス～
- 夢館敬老会 / 作品展示会
- 人間ドックのご案内
- リハビリ部ニュース
- 失語症の集い ～伝友会～
- 看護部通信



知っておきたい

病 気 の 話



回復期病棟専従医

富安 夏子

日本内科学会総合内科専門医

日本リハビリテーション医学会認定臨床医

佐賀医科大学卒

第5話 ノロウイルス



ノロウイルスとは

ノロウイルスは、急性胃腸炎の病原ウイルスの一つです。一年中を通して発生していますがとくに秋から春先にかけて流行します。



感染経路

カキなどの二枚貝を、生や十分に加熱しないで食べた場合に感染することがあります。また、感染した人の便や嘔吐物を触ったり、感染した人が触ったドアノブなどを別の人が触って、その手で目や鼻などの粘膜に触れたり、汚染した手で触れた食品を経口摂取することで、体内にウイルスが入って感染します。潜伏期間は1～2日で、嘔気・嘔吐・下痢・腹痛、軽い発熱などの症状が現れます。



治療

残念ながらノロウイルスに対する抗ウイルス薬はありません。整腸剤や水分補給などで症状をやわらげます。脱水症状がひどいときなどは、点滴をすることもあります。とくに、ご高齢の方や、小さいお子さんでは、重症化することもあるので、注意が必要です。吐き気や下痢のある方は、早めに受診して治療を受けましょう。



感染の予防法

①手洗い

ノロウイルスに感染しないためには、手洗いが重要です。特に、トイレを利用した後や、排せつ介助やオムツや嘔吐物の処理をした後、調理や食事の前などには、石けんを十分に泡立てて、手のひら、手の甲、指先と爪、指の間、親指、手首をしっかりと洗い、そのあとは、流水で十分に流しましょう。



②十分な加熱調理

ノロウイルスの汚染の可能性のある二枚貝などの食品を食べるときは、中心部が85～90℃で90秒以上、しっかりと加熱することが重要です。

③塩素系薬剤による消毒

まず、汚物の処理や消毒を行う際は、ウイルスが屋外に出ていくよう、空気の流れに注意しながら、十分に換気し、使い捨てのエプロンやマスク、手袋を着用して行いましょう。ノロウイルスには、「85℃以上で1分以上の加熱」と「次亜塩素酸ナトリウム」による消毒が効果的です。次亜塩素酸ナトリウムは、家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤で代用できます。（使用にあたっては、使用上の注意も確認しましょう）。

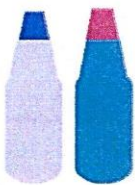
ノロウイルスの消毒方法

オムツ等は速やかに閉じて糞便等を包み込みます。床は、汚物中のウイルスが飛び散らないように、糞便、嘔吐物をペーパータオルなどで静かにふき取ります。拭き取った後は、次亜塩素酸ナトリウム（塩素濃度約 200ppm；0.02%）で浸すように床を拭き取り、その後、水拭きします。また、まな板、包丁、食器、ふきん、タオルなどは、熱湯（85℃以上）で1分以上の加熱が有効です。オムツや拭き取りに使用したペーパータオルなどは、ビニール袋に密閉して廃棄します。この際、ビニール袋に廃棄物が十分に浸る量の次亜塩素酸ナトリウム（塩素濃度約 1000ppm；0.1%）を入れることが望ましいとされています。

塩素消毒の方法

次亜塩素酸ナトリウムを水で薄めて【塩素消毒液】を作ります。なお、家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤でも代用できます。

| 製品の濃度 | 食器、カーテンなどの 消毒や拭き取り 200ppm の濃度の塩素消毒液 | | おう吐物などの 廃棄 (袋の中で廃棄物を浸す) 1000ppm の濃度の塩素消毒液 | |
|-------|---|-----|---|-----|
| | 液の量 | 水の量 | 液の量 | 水の量 |
| 12% | 5ml | 3L | 25ml | 3L |
| 6% | 10ml | 3L | 50ml | 3L |
| 1% | 60ml | 3L | 300ml | 3L |



※濃度によって効果が異なりますので正しく計ってください

ノロウイルスによる感染について

| 感染経路 | 症状 |
|--|--|
| <p><食品からの感染></p> <ul style="list-style-type: none"> ●感染した人が調理などをして汚染された食品 ●ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝など <p><人からの感染></p> <ul style="list-style-type: none"> ●患者のふん便やおう吐物からの二次感染 ●家庭や施設内などでの飛沫などによる感染 | <p><潜伏時間></p> <p>感染から発症まで24～48時間</p> <p><主な症状></p> <ul style="list-style-type: none"> ●吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱が1～2日続く。感染しても症状のない場合や、軽い風邪のような症状のこともある。 ●乳幼児や高齢者は、おう吐物を吸い込むことによる肺炎や窒息にも要注意。 |



敬老会

Yumekan Keirokai



9月16日(土)、多年に渡り社会や家族に尽くされてこられたご入居者様への敬愛とご長寿を祝い、夢館2階エントランスホールにて毎年恒例の「夢館敬老会」を開催致しました。催し物として職員からの出し物、金曜会の方々の三味線、夢佐賀大学の方々によるマジックショーなどを楽しんでいただき、抽選会では自分の番号が読み上げられると驚きと共に笑顔で商品を受け取られていました。昼食は祝い膳をご用意させていただき、短い時間ではありましたが入居者様やご家族様と共に笑顔で溢れる時間を過ごすことができました。



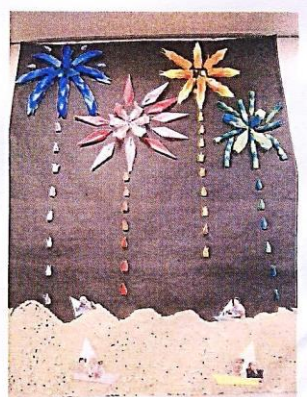
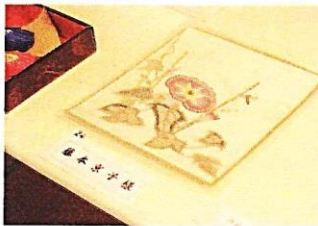
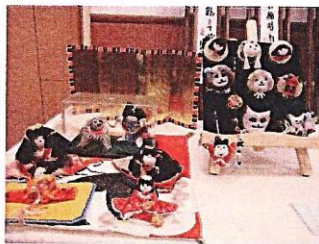
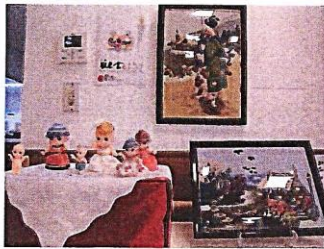
—



夢館作品展示会

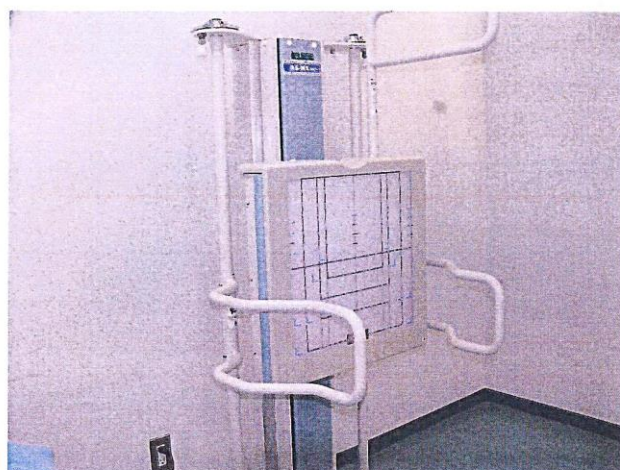
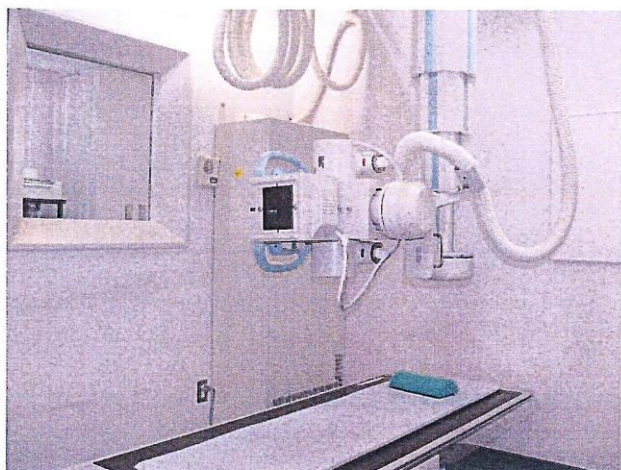


好評の「夢館展示会」を今年も開催させて頂きました。今回展示された総作品数は24点と多く、手芸や川柳、絵葉書、絵手紙、折り紙を使用した作品、絵画、ちぎり絵など幅広い種類の作品を皆様より出展していただきご覧になられた方々も興味深く見入られていました。



一般撮影装置 RAD Speed PRO (島津)

胸部、腹部、全身の骨・関節の撮影を行っています。画像はデジタル化されており、被ばく低減や画質の安定性を実現しています。



患者さん中心の質の良い撮影を心がけています。

①被ばく低減

当院ではCR（一般撮影装置）を導入しており被ばく線量の低減に努めております。CTでは被ばく低減ソフトを積極的に使用して撮影条件の見直しも行なっております。

②機器安全管理

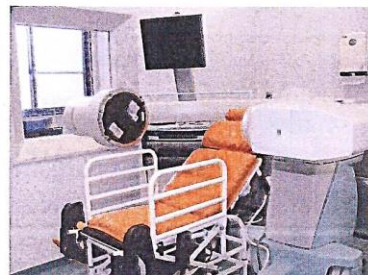
医療機器製造社による定期メンテナンスを行い、日々の整備を診療放射線技師が行っております。

③検査の効率化

当院ではフィルムレス（PACSシステム）を導入しており、効率化を図り待ち時間の少ない検査を目指しています。

NEW 外科用 X 線イメージ装置

SHIMADZU 社製 外科用 X 線イメージ装置 OPESCOPE ACTENO を 2017 年夏に導入いたしました。この装置は身体の中をリアルタイムに映し出すことができ、体内の観察などに使用します。





人間ドックのご案内

病気を早期に発見していくとともに、各自の体力や健康度を正しく評価して健康維持又は改善することを目的としています。

特色は



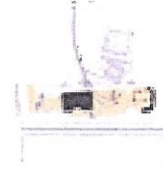
- ①低コストで受けやすい環境づくりを目指します。
- ②1時間ほどの短時間でドック終了します。

人間ドックメニュー

5,400 円コース（消費税込）

- 診察 ●身長 ●体重 ●血圧 ●尿検査 ●便検査 ●視力 ●聴力 ●腹囲
- 心電図 ●胸部レントゲン ●腹部エコー
- 血液検査

末梢血液一般検査 肝機能 (AST・ALT・ γ -GTP) 糖代謝 (血清血糖) 腎機能 痛風 炎症
脂代謝 (総コレステロール・HDL-コレステロール・LDL-コレステロール・中性脂肪・・・)



10,800 円コース（消費税込）

5,400 円コース＋胃カメラ

※ただし、胃カメラのみの人間ドックは受けられません。

21,600 円コース（消費税込）



5,400 円コース＋胃カメラ＋頭部 CT

※ただし、胃カメラ・頭部 CT のみの人間ドックは受けられません。

月曜日から金曜日までの午前中 朝8時30分より開始 要予約となっております。詳しくはお問い合わせください。

佐賀リハビリテーション病院 佐賀市南佐賀一丁目17番1号 TEL 0952-25-0231

介護のワンポイントアドバイス

正しい **ポジショニング** で こうしゆく じよくそう **拘縮・褥瘡** を予防しましょう！

【拘縮・褥瘡とは】 ※日本褥瘡学会 HP より一部引用

褥瘡とは、寝たきりなどによって、体重で圧迫されている場所の血流が悪くなったり滞ることで、皮膚の一部が赤い色味をおびたり、ただれたり、傷ができてしまうことです。一般的に「床ずれ」ともいわれています。自分で体位変換できない方は、体重で長い時間圧迫された皮膚の細胞に十分な酸素や栄養が行き渡らなくなり、これにより「褥瘡」ができます。また皮膚の表面だけでなく、皮膚の中にある骨に近い組織が傷ついている場合もあります。

拘縮とは、関節が他動的にも自動的にも可動域制限を起こした状態のことです。拘縮になると、自力でも外部から力を加えても関節を本来の可動域まで動かすことが出来ません。拘縮はADL動作を著しく阻害し、自立した生活に支障をきたします。

ポジショニングの基本

1 出来るだけ腰が反らないように

寝ている時、骨盤が反れていると、呼吸しにくくなり、全身の筋緊張が高まってしまいます。そこで、股関節を軽く曲げると腰の反りが解消しやすくなります。股関節・骨盤・脊柱の3つは、実は動きが連動しています。どうしても股関節や膝関節が屈曲拘縮を起こしていると、なるべく「伸ばそう」としてしまいませんか？ 特に股関節を伸ばすと、骨盤と脊柱はさらに反ってしまい、筋緊張は亢進してしまいます。

まずは、股関節と膝関節を軽く曲げて、腰の部分の反りを解消することが重要です。



緊張が高まりにくく、呼吸が楽になります。



無理に下肢を伸ばそうとすると骨盤が前傾し、腰(腰椎)が反る
下肢を曲げる(股関節を屈曲する)と骨盤が後傾し、腰(腰椎)の反りが解消される

2 肩甲骨は外側へ、頸部は軽度屈曲位

上向きで寝る時間が最も長いと思われませんが、この姿勢では背部全体の筋緊張が亢進してしまいます。そして、肩甲骨が内側に引き付けられてしまい、結果として上肢全体の筋緊張も亢進するのです。

無理に関節を伸ばさず、肩甲骨を外側へ引き出し、下から多くの面で支えることが大切です。

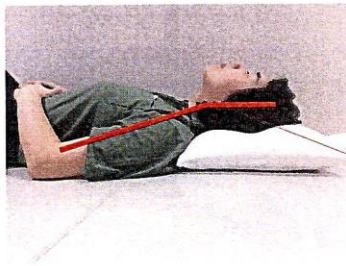


肩甲骨の外転を保持して
上肢全体を下から支える。

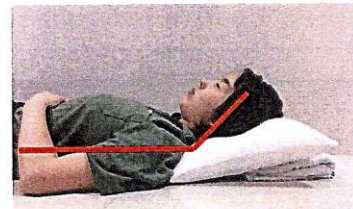


肩甲骨を外転させて下から
支えれば緊張は低下する

頸部は中間位よりも枕で軽度前屈位に保持すると、それに連動して腹筋群が活性化し、背部の筋が緩んできます。



枕を入れても、これでは前屈
になっていないので効果ない。

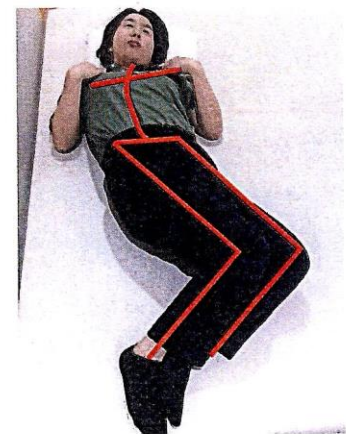


腹筋の活性化が起こります。

3 全身のねじれ・傾きをなくす

身体にねじれと傾きが長時間生じることは想像以上にきついです。ねじれを確認するためには、肩甲骨帯、骨盤帯とマットレスの隙間に介助者が両手を左右同時に差し込みます。そして、両手にかかる圧の負荷量で判断します。例えば、肩甲骨帯は左右均等の圧であったのに対して、骨盤帯は左右どちらかの圧を強く感じた場合、体幹にねじれが生じていると判断できます。

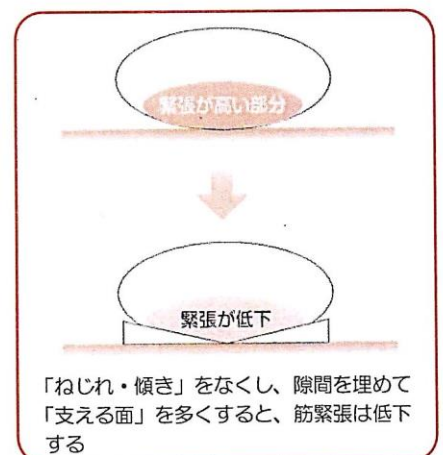
判断できます。



ねじれと傾きが起きている

4 身体とマットレスの間に隙間をつくらない

マットレスと身体の間に隙間が多くあるということは、支えている部分が少ないということであり、わずかに支えている部分に圧が多くかかっているということです。それは褥瘡のリスクにもなります。これを改善するためには、身体とマットレスの隙間を埋めて、局所に圧が集中しないようにし、多くの面で支えます。そのことによって、筋緊張を低下させることができます。



「ねじれ・傾き」をなくし、隙間を埋めて「支える面」を多くすると、筋緊張は低下する

伝友会を開催しました



伝友会とは普段感じていること、聞いてみたいこと、話したいこと、さまざまな想いを抱えた失語症の方たちがざくばらんに伝え合える会です。

H29年8月30日に第3回 伝友会を開催
11名(失語症患者9名 家族2名)



「失語症」とは、“コミュニケーション”に大きく関わる機能（「聞く」「話す」「読む」「書く」「計算」）に障害を持つ症状です。言葉が出ない事だけではなく、言葉を聞いて理解する事、文字を読む事、書く事にも障害が出てくる場合があります。



ジェスチャーゲームをしている様子



参加者からの声

「楽しかった」「また会いたいですね」「(参加することで)心がすっとした」「次回も参加したい」「毎回楽しみにしている」

次回は、H29年12月に開催する予定です。失語症の方だけではなく、ご家族をはじめコミュニケーションに興味のある方にも是非参加していただき、コミュニケーション障害の1つである失語症について理解を深め、失語症の方とのつながりを楽しみながら支え合える関係を築いていきたいと思っています。

『思いやり』感性をみがき

気づきの心で温もりある看護

看護部通信



看護研究発表を行ってきました！

2017年9月9日～10日に行われた「第59回全日本病院協会主催の学会」において研究発表をおこないました。今回は石川県での開催で、求められる医療と介護で垣根のない地域包括ケアを推進していく、自らが存在する地域を、そして私たちを頼りにする住民の「生きる」を主体とした学会でした。多くの講演や演題発表、多くの企業からの最新の機器の展示があり、大変勉強になりました。当院も堂々と発表が行え、気持ち良い意見交換も行うことができました。



地域看護活動に参加しました！

佐賀県看護協会南部地区活動として佐賀ゆめタウン、イオンスーパーセンター佐賀店で健康相談をおこないました。血圧測定や体脂肪測定などを行い、日ごろから健康意識が高い利用者の方々が多いこともわかり、今後も協会活動にも寄与していければと考えています。



私達は地域の専門病院として 誇りと責任を持って
最良の医療提供に努めます



基本方針

1. 地域社会に根ざし、予防から在宅支援まで一貫したリハビリテーションの提供に努めます。
2. 人権と意思を尊重し、説明と同意に基づく医療、診療情報の提供に努めます。
3. より良い医療を実践するため、専門職としての自己研鑽に努めます。
4. 患者、家族の立場に立った、安全で最良のチーム医療に努めます。



 **Saga Rehabilitation Hospital**
<http://www.sagareha.or.jp/main/>

医療法人智仁会 佐賀リハビリテーション病院
〒840-0016 佐賀市南佐賀 1 丁目 17-1 TEL : (0952) 25-0231

 **夢館**
DREAM HOUSE
YOSHIHARA

医療法人智仁会 夢館
〒840-0013 佐賀市北川副町新郷 654-1 TEL : (0952) 20-1111