

すこやか

VOL. 52
2014.7

INDEX

神戸百年記念病院広報誌
kobe Century Memorial Hospital



当院は平成11年より(財)日本医療機能評価機構の認定を受けております。

日本医療機能評価機構

- いつまでも食べる
～嚥下外来のすすめ～
- 第18回健康ポックリ講座開催
- 看護日誌●肝臓病の臨床経過
- 100年いきいき教室
- 新任医師紹介●診療カレンダー
- 名誉院長の眩き●部署紹介
- お知らせコーナー●漢字クイズ

いつまでも食べる

—嚥下外来受診のすすめ—

嚥下^{えんげ}外来とは聞きなれない言葉だと思います。まず、食べ物などを飲み込む動作を“嚥下”、この動作がうまくできないことを“嚥下障害”といいます。そして嚥下障害によって食べ物などが気管、気管支に入ることを“誤嚥^{ごえん}”といいます。誤嚥したものに付いている口の中の細菌などが気管・気管支を通過して肺の中で増えたものを“誤嚥性肺炎”といいます。また、寝ている間に胃液が逆流し、肺に入って起こる誤嚥性肺炎もあります。今、日本人の死亡原因の第4位は肺炎であり、その大多数が誤嚥性肺炎です。さらに肺炎で死亡する人の94%は75歳以上であり、高齢者や脳血管障害がある方ほど嚥下機能が低下しその危険性が増します。

嚥下外来の目的は、嚥下障害をいち早く発見し、嚥下リハビリや食事形態の指導により、できるだけ誤嚥性肺炎を予防することです。また、誤嚥性肺炎を治療し、必要に応じて手術も行います。誤嚥性肺炎の症状には発熱や咳・痰の増加などがありますが、肺炎に至る前に、食事中にむせる・痰が常に喉にひっかかっている・痰が汚い・食事に時間がかかる、などの誤嚥の症状が見られることが多いです。このような症状が疑わしければ是非嚥下外来を受診して下さい。また高齢者の場合本人が訴えないことも多いので、ご家族が気づいてあげることが最も重要です。



写真1



写真2

当院では喉頭ファイバーを用いた“嚥下内視鏡検査(VE)”(写真1:ファイバーで実際の喉頭の動きを見るもの)や、レントゲンを用いた“嚥下造影検査(VF)”(写真2:嚥下動作をレントゲンで確認するもの)で誤嚥の有無や、詳しい原因を調べます。

嚥下は図1のように①口腔期、②咽頭期、③食道期の3段階に分けられます。
①には、咀嚼^{そしゃく}(噛むこと)に関する筋肉を初めとして顔の様々な筋肉を必要とします。
②では、喉頭蓋^{こうとうがい}(誤嚥を防ぐための気管の蓋)の動きや他にも様々なのどや首の筋肉を必要とします。誤嚥した時に気管から食べ物を出そうとする咳反射も誤嚥予防に必要です。
③では食道^{せんだう}の蠕動運動(食べ物を胃へと輸送する動き)が重要となってきます。

この一連の複雑な流れのどこが障害されているかを調べることにより、より個人個人に合ったリハビリや、食事形態の指導を可能にしています。誤嚥の危険性が高い場合や、集中的な治療を望まれる場合には、当院では嚥下リハビリ入院も行っています。食事の際に、嚥下リハビリの専門である言語聴覚士の付き添い下での嚥下訓練や、様々な食事形態を試しながら嚥下造影検査を行うことにより、多職種で嚥下機能の向上を目指します。退院後も嚥下外来や嚥下リハビリで機能の安定化を測ります。

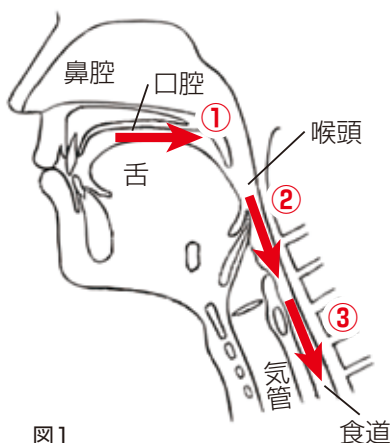


図1

いつまでも食べることは、人生の楽しみとして非常に大切なことです。むせは年齢によるものと諦めず、是非嚥下外来を受診して下さい。家族が気づき受診を勧めることが第一歩となります。

第18回 健康ポックス講座開催



今回のシリーズでは加齢に伴う、体や環境の様々な変化。そしてそこから派生しやすい疾病や症状。その傾向と対策を専門医がわかりやすく解説いたします。

回	日時	テーマ	講師
1	5月22日(木) 午後1時30分～	加齢に伴う日常生活に大切な生活習慣	安本内科部長
2	5月29日(木) 午後1時30分～	ドックの必要性	末松健康管理センター長
3	6月12日(木) 午後1時30分～	加齢にあわせた食事メニュー	島田副院長 丸山管理栄養士
4	6月26日(木) 午後1時30分～	お腹が張る	楠院長
5	7月10日(木) 午後1時30分～	歩行障害	謝副院長
6	7月24日(木) 午後1時30分～	労作時の息切れ	俣木内科部長
7	7月31日(木) 午後1時30分～	加齢とおしっこの問題	森下泌尿器科部長
8	9月25日(木) 午後1時30分～	動悸を感じる	上羽理事長

会場：神戸市婦人会館5館 さくら

看護日誌 受診後の行動が健康につながる

健康管理センター師長 浅井 敦子

皆さんは人間ドックや健康診断を受けた後に、指示された再検査をきちんとされていますか？

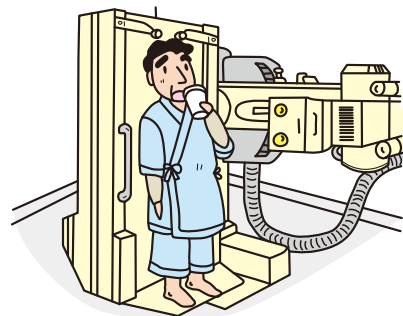
それをしていないと人間ドックや健康診断を受けていないのと同じになります。

人間ドックや健康診断の目的は病気の早期発見です。人間ドック後に再検査が必要となった方の受診は病気の早期発見、生活習慣病の予防において重要です。問診の際、看護師が前回の結果で精密検査の有無の確認をしていますが、精密検査が必要と指摘されたにも関わらず受診されていない方が少なくありません。

3大生活習慣病の未治療率は糖尿病では50%、高血圧では70%、脂質異常症では97%といわれています。

現在、私達は精密検査が必要とされた方の受診行動を把握する為にアンケート調査を行っています。特に、どのような理由で、指示された再検査や受診をされなかったかを知り、効果的なフォローアップが出来るように取り組み、より信頼される人間ドックを目指してゆきたいと思っています。

皆さんも人間ドックや健康診断を受けるだけで満足することなく、結果をきちんと見て必要な検査や受診をして下さいね。

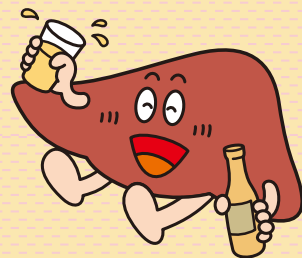


健康ポックス講座より 肝臓病の臨床経過

臨床検査部医師 窪田 彬

肝臓は再生能力が強いので病変があっても症状が出現しにくく、沈黙の臓器とも言われています。肝機能検査は沢山ありますが、AST(GOT)、ALT(GPT)、ガンマー GTP、血液中のアルブミンなどが有名です。肝臓病は多数ありますが、ウイルス性肝炎がほとんどです。肝硬変とは死滅した肝細胞にとって代わるように肝臓に線維が増える病気です。全ての肝疾患の末期の像といえます。全てではありませんが、肝硬変からさらに肝臓癌へと悪化する事もありますので、肝硬変に進まないように治療・予防することが重要です。アルコールの大部分

は肝臓で解毒・分解されます。この分解には約48時間必要といわれています。肝臓は辛抱強い臓器です。気がついたら重症のことがあります。検査値が正常であっても油断してはいけません。正常な肝細胞が無くなり、血液中に放出する酵素が無いだけかもしれません。飲酒は適量にして、休肝日を設けて肝臓を休ませましょう。



レディスプラン“エステティック&ステイ” 朝食付



2014年リニューアル“オーセンティックフロア”でのご宿泊と、憧れのエステティックサロン ゲランパリのトリートメント付プランです。上質な空間でのご滞在と極上のエステティックで、美しさに磨きをかける至福のひとつをお過ごしください。

■期間 2015年3月31日まで【平日限定】※除外日有り
■料金 お一人様/朝食付

	60分コース	80分コース
デラックスツイン(2名利用)	¥27,800	¥29,800
シングルユース(1名利用)	34,800	36,800

※ご案内の料金には、1泊室料、朝食、税・サービス料が含まれております。

■エステティック(60分コース/80分コース)※下記2つのトリートメントよりご選択いただけます。

- フェイシャルトリートメント…ヒアリングのうえ、ご希望に合わせてコースをご提案。
- ボディトリートメント…リラククスコース、またはスリミングコースのいずれかをご選択。

※フェイシャル、ボディともに上記時間は技術時間となります。所要時間は、ヒアリング時間、終了後のリラククスタイムがそれぞれ30分程度必要となります。

- 特典
- ①アーリーチェックイン1:00p.m.
 - ②お部屋は2014年にリニューアルしたばかりのオーセンティックフロア(デラックスルーム)。
 - ③ゲランパリのエステ付(60分または80分)フェイシャルトリートメント/ボディトリートメント選択可
 - ④バスローブをお部屋にご用意。
 - ⑤朝食はカフェレストラン「カメリア」での朝食ブッフェまたはルームサービスでの朝食。

ホテルオークラ 神戸

〒650-8560 神戸市中央区波止場町2番1号
http://www.kobe.hotelokura.co.jp

ご予約・お問い合わせ
宿泊予約係

TEL.078-333-3555

第4回 100年いきいき教室 開催のお知らせ

参加費：無料

昨年の11月20日にスタートしました“100年いきいき教室”。毎回多数のご参加を頂いております。第4回目となる今回のテーマは“骨粗鬆症”。皆様はご自身の“骨の質や量”要は“もろさ”について考えた事がありますか？。骨がもろければ転倒せずとも少し強い力が加わっただけで骨折することもあります。骨折すれば辛い痛みや不自由さを強いられ、最悪の場合は手術となります。状態によっては骨折前と同じ動きができず、心身とも辛い思いをする事もあります。更には治療費の負担まで…。骨粗鬆症に対して何もなされず骨折を繰り返すよりも、早期から気づき、適切な投薬や

指導を受ければ、心身・医療費とも負担は雲泥の差です。様々な弊害を有する“骨粗鬆症”、「自分にどれくらい骨折の危険性があるのか」も含めてこの機会に深く考えてみませんか？。当日はご自身の状態を知っていただけるよう簡単にいける検査も予定しております。今回もスタッフと皆様で教室を盛り上げていきたいと存じます。多数のご来場をお待ちしております。

講師：副院長 謝典穎

日時：2014年8月7日(木) 15:40～17:00(受付は15:00から)

場所：本館1階待合ロビー

お問い合わせ：078-681-6250 (地域医療連携室)

※参加申し込みは必要ありません。当日は直接ご来場下さい。

①診療科 ②医師免許取得 ③出身大学

新任医師紹介



あべ ひでし
阿部 英樹

- ① 眼科
- ② H21年
- ③ 川崎医科大学



しおた えりこ
塩田 絵里子

- ① 耳鼻咽喉科
- ② H19年
- ③ 川崎医科大学



みやじ のぶあき
宮地 伸晃

- ① 整形外科
- ② H22年
- ③ 高知大学



かめなが ともゆき
亀長 智幸

- ① 整形外科
- ② H23年
- ③ 神戸大学



ふくい ひろなお
福井 大修

- ① 臨床研修医
- ② H23年
- ③ 愛知医科大学



くりばやし ゆたか
栗林 豊

- ① 臨床研修医
- ② H26年
- ③ 東北大学



ふじた かずや
藤田 和也

- ① 臨床研修医
- ② H26年
- ③ 神戸大学



つちだ なおき
土田 直樹

- ① 臨床研修医
- ② H26年
- ③ 兵庫医科大学



ほんだ えりこ
本多 瑛理子

- ① 臨床研修医
- ② H26年
- ③ 鹿児島大学

診療日カレンダー

7月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

：休診日

8月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

●8月はお盆も通常どおり診療いたします。

年に一度は脳の総合的な健康診断を!!

神戸百年記念病院 脳ドック

脳血管障害(脳出血・脳硬塞)の
予防・早期発見!

お申込みは
ドック予約
係へ



検査内容:脳MRI・心電図・血液検査・胸部X線・一般計測・問診等

検査費用:34 650円 検査時間:月曜～金曜の午前中で実施

TEL:078-681-611

(内)1664



中央放射線部

部署紹介

中央放射線部では、画像検査・核医学検査・放射線治療の分野で、患者さまに安心・安全な検査を受けていただけるよう努めております。医療現場での放射線に関して質問等ございましたら、遠慮なく診療放射線技師にお尋ね下さい。



名誉院長の呟き

神戸百年記念病院の東側は、明治時代は神戸の中心街でありました。現在の中央市場は県庁の跡地で、初代の知事は、女遊びで有名な伊藤博文でした。一昨年の大河ドラマ「平清盛」で一躍有名になった清盛塚から、北の兵庫大佛を通り、山陽本線に通じる道路は、街路樹が植で豪華な所謂メインストリートです。南端に近い清盛塚の斜め向かいにある真光寺に時宗の開祖の一遍上人の墓があります。一遍上人は浄土宗の法然の流れをくみ、念仏信仰を称えることにより救われること、また弟子達に物欲を捨てることを説く為に持っていた書籍など総てを焼き捨て、只管“南無阿弥陀仏”を唱える様に論じました。この様に衣食住を捨て、仏門に入ったのは、10才で母を、25才で父を亡くした人生経験にもよると思います。神戸大学から、現在の病院に勤める様になって、旧友が病院を訪ねてくれた時は、清盛塚、兵庫大佛と共に真光寺を訪ね、近くの飛苑で夕食をとるのが通例になっています。

お知らせコーナー

糖尿病教室 午後3時30分～ 場所：本館3階ロビー

7月25日(金) 食事療法
～簡単カロリーチェック～

8月22日(金) 心理療法
～行動と結果が結びつかない原因を解明～
☆参加費用は無料です。どなたでもご自由にご参加ください。

ミニコンサート 午後4時～ 場所：本館1階ロビー

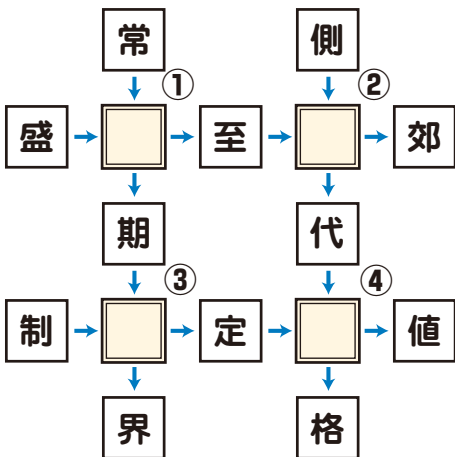
7月7日(月) ピアノライブ 出演：太田 美知彦

8月20日(水) サマーコンサート
出演：神戸木管五重奏団
どなたでもご自由にお越しください。
コンサートの日程は都合により変更になる場合がございますのでご了承下さい。

Quiz

漢字クイズ

四角に入る漢字をお答え下さい。
上から読んでも、左から読んでも全て2文字の熟語になります。



解答記入欄

- ①
- ②
- ③
- ④

応募締切り
平成26年
7月31日
(消印有効)



応募方法

はがきにクイズの答えと、郵便番号・住所・氏名・TEL・ご意見・ご感想をご記入の上、神戸百年記念病院「すこやか編集部」までお送り下さい。
抽選で3名の方に図書カードを進呈致します。当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

編集後記

早いもので今年も7月、名実共に真夏を迎えました。

暑い時期には食が進まないこともありますが、しっかり食べて健康を害しないように努めたいものです。同じお料理でも器を透明なガラスや食器にゴザを敷いたり、見た目にも涼しげな盛り付けにするのも一興です。

皆様バランスのよい食事を十分に摂り、熱中症にならないよう暑さ対策をしてこの夏を乗り切りたいものです。

医療法人社団 顕鐘会
神戸百年記念病院 すこやか編集部

編集責任者 楠 徳郎
〒652-0855 神戸市兵庫区御崎町1-9-1
TEL (078)681-6111(代)
FAX (078)681-6118
<http://www.kobe-century-mh.or.jp/>

前回の答えは「異口同音」でした。多数のご応募をいただきありがとうございました。今回もふるってご応募ください。

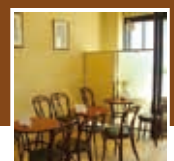


pâtisserie et café
honey lemon

こだわりのスイーツと
くつろぎのカフェタイムを・・・

厳選された旬のフルーツとフレッシュな食材のみを使用し、いつでもできたての味をお客様に味わっていただけるようパティシエが心をこめて一つ一つ丁寧に作っております。

ギフトに最適な焼菓子、素朴な味のシュークリーム、エクレア、プレゼントにぴったりのロールケーキ etc



香り高い珈琲、紅茶と一緒にどうぞ。

