

2004年11月1日

五省会ニュース

ご せい かい

NO.144

特定医療法人財団五省会

日本医療機能評価機構認定

西能病院

介護老人保健施設

みどり苑

発行人 西能 純



撮影 寺崎 章

冬支度

野山の錦秋も色あせて、ススキの白い穂が風に揺れるころ、朝晩はめっきり寒くなる。雪化粧した立山連峰を見た県外の友人がその美しさに感嘆の声を上げた。ついこの間まであんなに暑かったのに、季節の移ろいの速さに驚きつつも、来る冬に備え、霜月は忙しい。

我が家でも大根は干してたくあんに、白菜や大根菜などの冬菜は浅漬けにする。義父が健在だったころ、漬物は義父の仕事だった。干した大根をもんで樽に隙間なく並べ、塩と米ぬかに赤唐辛子、柿の皮、切り昆布も入れ、てなん樽も漬けていた。香りよく美味しいたくあんが食卓に上がると、ご飯がすすんだ。今では私が見よう見真似で漬けているが、なかなか義父の味にならない。漬物は重石が肝心である。義父のように大きい重石を持たないのが情けない。渋柿は皮をむき干し柿に、栗は勝ち栗にして保存した。

冬支度といえ、今年は例年になく熊がたくさん民家近くに出没する。山に食べ物がなとかで、冬眠の準備ができないのだろう。自然破壊への警鐘かもしれない。

文芸同人誌「檸檬」同人 山本 棧子

contents

- 健康セミナー
 - 痛風ー治療と予防
- 五省会ファイル
 - 西能病院4階病棟
- トピックス
 - 病棟リハビリテーション
- みどり苑通信
 - 医薬大生看護実習
- ヘルシーメニュー
 - 豆乳でスイーツ
- 医療相談
 - インフルエンザ予防接種
- ぼれぼれ
 - 安心介護
 - 朝礼のスピーチから
 - お知らせ
 - 診療案内

こんな人が**痛風**になりやすい!

チェック項目	チェック
30~50代の男性	
エネルギーで活動的	
ストレスが多く、忙しい	
太っている	
早食い。大食い	
お酒が大好き	
特に肉食が好き	
かなりの汗っかき	
激しい運動が好き	
身内に痛風の人がある	

項目が多いほど、要注意です

コラム 痛風は生活習慣病のひとつ

昔からアレクサンダー大王やフランス国王ルイ14世など歴史上の人物に痛風患者が多いことから、「帝王病」や「ぜいたく病」と呼ばれてきました。しかし、生活習慣の変化に伴って尿酸値の高い人が増え、現在では、「生活習慣病」だというように、認識が変化してきました。

1 運動療法
適度な運動は肥満解消やストレス発散につながります。全身の血行を良くする有酸素運動がおすすめです。逆に、筋力トレーニングなどの激しい運動（無酸素運動）は血清尿酸値を上昇させるので注意が必要です。

2 薬物療法
高尿酸血症の治療の基本は血清尿酸値を適切な値にコントロールすることです。生活習慣病を改善しても値が高い人には薬

血管の収縮を起こして尿量が減少します。その結果、尿酸がうまく排泄されなくなります。

3 薬物療法
適度な運動は肥満解消やストレス発散につながります。全身の血行を良くする有酸素運動がおすすめです。逆に、筋力トレーニングなどの激しい運動（無酸素運動）は血清尿酸値を上昇させるので注意が必要です。

物療法が必要で、高尿酸血症の原因には、尿中への尿酸の排泄が悪い尿酸排泄低下型と、体内で尿酸が多くつくられる尿酸生産過剰型があります。タイプに合わせて薬剤を選択します。

薬を飲み始めると血清尿酸値は下がりますが、症状がないからといって勝手に中断しないで、時間をかけて確実に治療することが大切です。上手な薬のつきあいは、①勝手に薬を中断しない、②医師の指示に従って服用する、③定期的に医師の診断を受けるなどです。



痛風は、「ある日突然、足の親指の付け根が赤くはれ上がり、風が吹いても痛いほどの激痛が走る」といわれる病気です。痛風の発作の原因は、関節に沈着した尿酸結晶です。激しく痛みますが、1〜2週間で治まります。痛みが治まっても、再発するので、治療と予防が大切です。




健康セミナー 15

痛風

—治療と予防—

西能病院整形外科
仲井間 憲成




●痛風の原因

痛風の発作の原因は関節に沈着した尿酸結晶です。尿酸はからだの細胞の新陳代謝によってできる老廃物で、通常、毎日一定量の尿酸がつくられ、一方では尿中に排泄されてバランスが保たれています。何らかの原因でバランスが崩れ、血液中の尿酸濃度（血清尿酸値）が7.0mg/dL以上の状態を「高尿酸血症」といいます。高尿酸血症イコール痛風というわけではありませんが、これを放置しておくと尿酸結晶が関節に付着し、痛風発作を起こします。いったん治ま

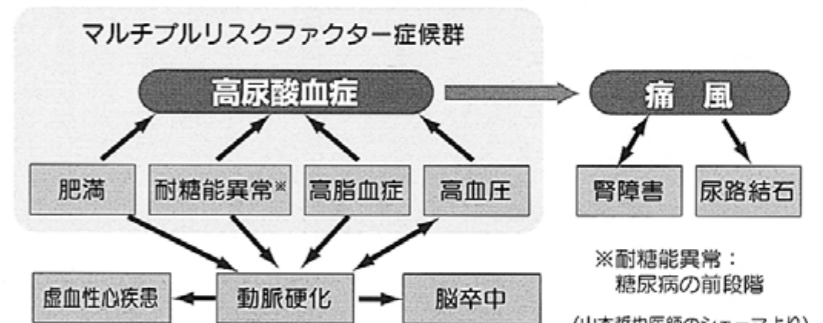
●高尿酸血症の合併症

尿酸は腎臓から排出されるので、腎臓や尿路に尿酸結晶が沈着しやすく、その結果、腎障害や尿路結石が高い割合で発生します。また、生活習慣病であることから、高血圧症や高脂血症、肥満、耐糖能異常（糖尿病の前段階）なども合併しやすいため、これらの病気にも注意が必要です。また、それぞれの病気だけでも動脈硬化を進展させますが、合併することですらに動脈硬化を進めるので、これを「マルチプルリスクファクター症候群」といいます。

●治療と予防
血清尿酸値を上昇させる要因を取り除きましょう。

●食事と生活上の注意
（肥満の解消）標準体重を維持し、

痛風・高尿酸血症と関連する病気



五省会ファイル [15]
西能病院 4階病棟



特別室の患者様と談笑

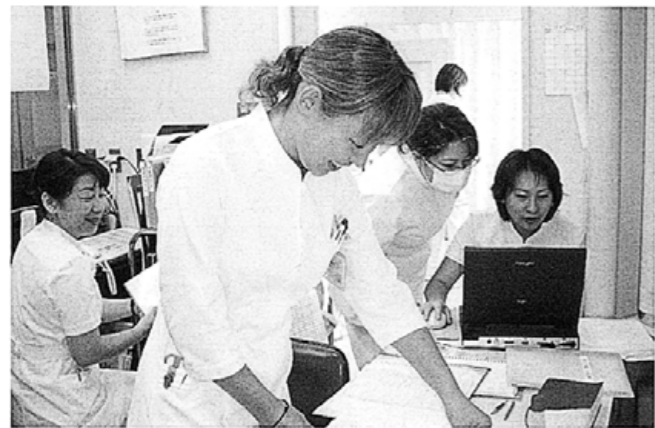
●病棟の特徴

4階病棟は、晴れた日には立山連峰などの眺望が素晴らしい。夏には花火大会が間近に見られるなど、明るくゆったりと治療に専念していただける環境です。

病床数は27床で、2人部屋と個室、トイレ・バス付きの特別室があります。整形外科と内科の混合病棟で、入院目的も手術入院、慢性期疾患、そして観察入院や検査入院など多岐にわたります。近年は、プライバシーが重視されるようになり、幼児から高齢の方まで幅広く利用されます。

●看護師として

個室が多いため、患者様が孤立感を持たれないよう看護師の訪室を多くし、コミュニケーション



を担当看護師は、的確な情報収集を行い、患者様とその家族の要望を踏まえて看護目標・計画を立てて、入院から退院まで継続して責任を持つ「プライマリ・ナーシング」を実施しています。そのためにもカンファレンスを重視し、看護の質の向上に努めています。
(主任 角 しげ美)

ヨンをとり、ご家族とのパイプ役になって、安心して入院していただけるよう看護の充実を図っています。

みどり苑通信

「人生の先輩に学ぶ」

痴呆の方との関わり

医薬大看護学科四年生、三人がみどり苑で看護実習を行った。

高橋知子さんは、「痴呆の方への対応技術を学ぶ」をテーマに実習、「私には牛乳や水を飲んでもらうための知識も技術ありませんが、介護される方から教えられることが多く、感激です」と一生懸命だ。

人生の先輩に学ぶ

中嶋悠さんは、高齢者との関わりがテーマ。脳梗塞で構音障害と歩行障害を持つ男性を担当、会話と機能維持を目的としたリハビリに付き添った。元売薬さんだった方から「コンビニでの売薬の影響を心配されるのを聞いて、その方の歴史や体験



目の状態を確認し、自薬をさす



「気持ちいいですか」と足浴を行う

今後、カンファレンスなどを行ってレポートにまとめ、学生の新鮮な看護は、職員にとっても励みになっている。



談笑しながら、廊下での歩行訓練に付き添う



「おやつ時間ですよ」とテイルームへと誘導

を尊重することの大切さを感じたこと。

杉森万紀さんは、人の生きる意味を考え、生きがいを見出せる仕事をしたいと看護師を目指した。みどり苑に来て、入所者との関わりの中で人の役に立っている自分を見つけることができてもうれしく思う。

ヘルシーメニュー



豆乳でスイーツ

パンナコッタとスイートポテト

□材料 (4人分)

粉ゼラチン 4g
水 大2
砂糖 20g
豆乳 120cc
生クリーム 150cc
ミントの葉

□1人当り栄養価

熱量 210kcal
蛋白質 2.6g

□材料 (5~6個分)

さつまいも 200g(正味)
さつまいも(皮つきの薄切り) 5~6枚
A豆乳 60cc
砂糖 20g
塩 0.3g
バター 5g
B卵黄 15g
卵黄 適宜
パロイセス

□1個当り栄養価

熱量 79kcal
蛋白質 1.1g

□パンナコッタの作り方

- ①粉ゼラチンは水でふやかしておく
- ②鍋に砂糖・豆乳・生クリームをいれ、沸騰直前で火を止め、①を加える
- ③器に②をいれ、冷し固める
- ④お好みで、ミントの葉を飾る

□スイートポテトの作り方

- ①皮を厚めにむいたさつまいもは適当な大きさに切り、水に入れてアクを取り水気をきり、柔らかく蒸し、熱いうちに裏ごす
- ②鍋にAを入れて温め、①を入れて練る。Bも加えて均一に練り混ぜ、絞り出し袋にいれる
- ③薄切りにして素焼きにしたさつまいもに②を絞り出し、卵黄を溶いてはけで塗る
- ④オーブントースターで表面がこんがりする程度に焼く。

豆乳には最近話題のイソフラボンが多く含まれています。イソフラボンは女性ホルモンのエストロゲンと似た働きをするといわれており、骨粗鬆症や更年期障害等の女性疾患に対して有効と注目されています。

(西能病院 栄養科)

介護療養型病棟での生活リハビリ

リハビリテーション室から飛び出した理学療法士



歯みがき・洗面など、順を追って活動する訓練を行う理学療法士



スプーンを使って、食事をとる訓練中の理学療法士

●患者様のがんばりとともに
病棟でのリハビリテーションは、まず、患者様への声かけから始まります。「今日の、調子はどう?」家族

西能病院リハビリテーション科では、介護療養型病棟に理学療法士2名を配置し、入院中の患者様に対し、従来のリハビリテーション室中心の「身体機能」重視から、生活の場である病棟での「活動」重視のリハビリを行っています。

高崎キクエさんは、昨年五月脳梗塞で左半身が不自由になりました。療養型病棟に来院半年前は、車椅子での座位がむずかしい状態でした。それ以来、生活の場であるベッドサイドで、座位(ベッド上やベッドサイドに坐る)の訓練や車椅子への乗乗の訓練などを、理学療法士の指示を受けながら行ってきました。麻痺した左手身に力はいりに

くいのですが、理学療法士の言葉を聞いて、自分を励まし頑張っています。食事や整容(身づくろい)なども訓練中で、今ではおかゆなどをスプーンを使って食べられるようになりました。また、自分の意思を表現し、伝えられるようになりました。家族は、「ここまで回復できるなど想像できませんでした」と、リハビリテーションの必要性を理解されています。

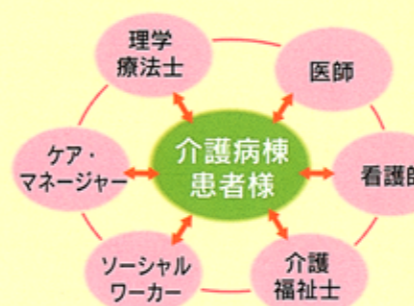
●日常諸動作の向上をめざして

近年のリハビリテーション医療ではADL(日常生活動作)を含めた広い範囲での「活動」に対し評価を行い、実生活の中の「している活動」を向上させることが重視されています。これは、リハビリテーション室では箸で豆つまみができるのに、病棟では食事を食べさせてもらっているようなことがありがちだったのを、「できる活動」と「している活動」のギャップをなくすという事です。生活現場である病棟でリハビリテーションを行うことで、実生活でできることが増え、できる状態を維持することにつながりました。

リハビリテーション総合実施計画

医師と理学療法士が中心になって入院時にリハビリテーションカンファレンスを行い、「リハビリテーション総合実施計画書」を作成、それにも基づいてリハビリテーションを実施します。計画は3ヶ月に一度見直し、本人と家族への説明と同意を得て、プログラムを変更し、実施します。

リハビリテーションカンファレンス



これにより、ベッドでの起き上がり、衣服の着替え、車椅子への移乗、食事、排泄、入浴など生活の様々な場面で、介助を受けながらも、より少ない負担で動作ができるようになったり、その効果は小さくありません。担当の理学療法士2人は、「病棟スタッフの一員として、看護・介護のスタッフとともにチームアプローチを重視し、専門的立場から活動・参加レベルへの働きかけを行いたい」と意欲的です。

インフルエンザの 予防接種

医療相談



Q インフルエンザの予防接種は効果がありますか。また、毎年受けないと効果がでないのですか？

A インフルエンザはウイルスによって引き起こされ、38〜39℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が強く、あわせて、のどの痛み、鼻汁などの症状も見られます。高齢者では、気管支炎、肺炎などを併発し、重症化することが多いのが特徴です。また、流行が始まると、短期間に小児か

ら高齢者まで膨大な数の人を巻き込むという点でも普通の場合とは異なります。インフルエンザウイルスにはA型、B型、C型の3タイプがあり、大流行を起こすのはA型です。A型はよく変異を起こし、できた免疫が翌年には役に立たず、これが原因でインフルエンザが大流行します。ですから、そのシーズン用のワクチンを接種しておけばかなりの確率で回避でき、かかったとしても軽症ですみます。特に体の抵抗力が十分でない乳幼児や高齢者は予防接種を受けましょう。



●各市町村では、65歳以上を対象に予防接種の補助などを行っていますので、担当課にお問い合わせください。

安心介護
介護保険の仕組みと利用方法
その8
利用料の支払い

在宅サービスや施設サービスを利用したら、利用料を利用したサービス業者に支払います。

在宅サービスの場合

基本的に介護保険法で各サービス毎にあらかじめ設定された費用の1割が自己負担となります。介護度別の利用限度額内（その4に記載）でしたら1割負担ですが、限度額を超えた分は全額自己負担となります。

通所や短期入所サービスは、さらに食料費と雑費等の経費も追加となります。

福祉用具の購入の限度額は年間10万円、住宅改修は20万円です。その限度額内でしたら自己負担が1割になります。

施設サービスの場合

基本料の施設サービス費の1

利用料の例 要介護2のAさん（週3回通所リハビリと訪問介護を利用）

介護サービス	利用料	本人負担額
通所リハビリ 介護老人保健施設 6～8時間未満の場合	★施設利用料 8,760円×12回 =105,120円	1割負担 10,512円
	★食材費/雑費 500円×12回 =6,000円 ※事業者により違う	全額本人負担 6,000円
訪問介護 生活援助1時間の場合	2,080円×12回 =24,960円	1割負担 2,496円
		合計 19,008円

Aさん
施設に通って、リハビリをしたり、友達を作りたいわ。

割分と食費、雑費が自己負担となります。

利用料の例

その5で紹介したAさんのケアプランの場合、1ヵ月4週間として計算してみました。Aさんは、介護度2です。

ぽればれ

くゆっくり、おだやかに

ちょっと元気になる話

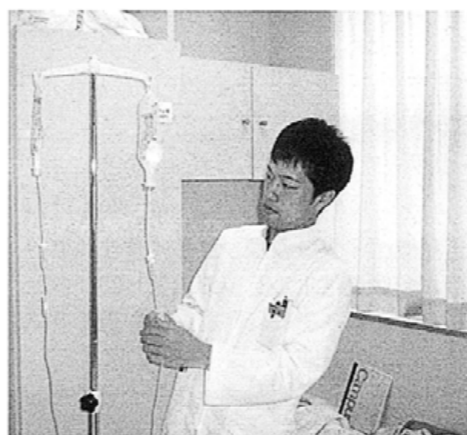
海老建也さん（28歳）



入院して学んだ 患者様の気持ち

海老さんは、この5月、自転車に乗っていて転び、鎖骨を骨折し、看護学校が夏休みになるのを待って7月末に手術を受けた。

実は海老さんは、病院の看護現場で6年の経験を積んだ看護師だ。「家具づくりの学校を出てから、作業療法士として患者様といっしょに家具づくりをしよう」と病院に勤めたら、看護師になることを勧められました。近年は男性看護師が増えていると看護婦だった祖母に背中を押され、看護学校へ行きました」と海老さん。仕事はおもしろくて、さらに勉強したいと、現在は看護学科3年生だ。今回の入院・手術も、患者様の気持ちを知らうえて、とてもよ



い機会だったという。全身麻酔ということで、海老さんの不安が大きかった。しかし、看護師から自分が知りたいポイント的確な説明を受け、さらに、海老さんの希望の時間に合わせて担当医師が調整し、家族とともに話を聞くことができたので、安心と信頼感をもって手術を受けることができた。「看護師として仕事を続けられるのは、患者様の“ありがとう”、という言葉があるから。今回の入院の経験を生かして、患者様の不安な気持ちに耳を傾け、安心して治療を受けてもらえるよう努力していきたい」と海老さんは語る。

富山大橋の思い出

入所者のみなさまと呉羽山へ花見に出かけたときのことです。富山大橋にさしかかると、Sさんが「この橋ちゃ、昔、連隊橋というたが、……」と、当時のことを思い出されてなつかしく話されました。痴呆という病気とも生きる高齢者の心に光がさすときです。

朝礼のスピーチから



毎日の生活の中で、心を開く回想法とまではいきませんが、橋の話をつきかけに、その方の歴史、体験、こだわり、習慣をより深く理解し、日常の援助に生かしていくことが大事だと痛感させられています。私も、富山大橋にはいろいろな思

い出があります。西能病院に就職した翌年の昭和四十四年七月に、この巨大な橋がV字型に窪んで通行止めになりました。その生々しい姿は今も鮮烈に脳裏に刻まれています。陸軍歩兵三十五連隊に通じる橋として造られ、最初は神通新大橋という名称でしたが、連隊に至る橋であることから連隊橋と呼ばれてきたということです。老朽化により昭和十一年に二代目として新しく架けられ、現在に至っています。六十年以上も働き続けているわけですが、三代目にリニューアルされる日も近いとか！これを機会に、入所されている方々からこの橋にまつわる歴史などを伺ってみようかと思

みどり苑看護介護長 関 待子

通院バスのご案内

①富山駅・西町コース

丸の内→西能病院→富山大橋
8時から12時15分まで
旅籠町 毎時15分・45分 丸の内
西町←桜橋通り←富山駅←新富町

②婦中・長沢・金屋方面

金屋→西能病院→神明→羽根
7:50 11:00 橋坂農協
友坂口 平岡←古里郵便局←連星駅

③呉羽・中老田・北代・田刈屋方面

西能病院→吉作→花ノ木
9:10 12:00 中老田
石坂 北代←呉羽駅←富山短大



月曜～土曜 午前運行
(日曜、祝日は休み)

○印は常時停留所、その他は臨時停車します。

★詳細は受付でおたずねください

ゲーム」。次は、手わたす「物送り」。次は、



▲西能病院 玉入れ「ここまで投げてみて！」



▲みどり苑 いくつ渡るかなゲーム

西能病院・みどり苑 スポーツの秋 楽しく汗を流そう

10月13日、西能病院2階デイルームから、病棟スタッフの元気な応援の声が響いた。

玉入れ。スタッフが体の前後に籠を掛けて動き、そこへ赤や白の玉を投げ入れた。パンくい競争で締め、パンはおやつに。

みどり苑でも10月6日に運動会が行われ、入所者もスタッフもともに気持ちいい汗を流した。

お知らせ

- 新任ドクターの紹介
堀岳史 (ほりたけし)
整形外科・非常勤
- 健康教室
・ 11月18日 (木) 14:00~
「高齢者の転倒に伴う骨折」
市村和徳医師 (整形外科)
・ 平成17年1月
碓井雅博医師 (内科)
- みどり苑祭 (文化祭)
11月6日 (土) 10:30~16:30
・ ふれあい教室 13:00~14:00
「加齢とリハビリテーション」
講師：浅野裕医師
・ 民謡踊り 14:00~
・ 喫茶コーナー 10:30~16:30
・ バザー 15:00~
・ 相談コーナー 体脂肪 & 血圧測定
・ 作品展示…11月8日まで
お気軽にご参加ください



西能病院診療体制

富山市五福1130 TEL 076-441-2481

●平日診療(月~金) ●休日診療(土・日・祝) 午前8:30~12:00 午後1:30~5:00

診療科	平日診療(月~金)					休日診療(土・日・祝)			
	時間	月	火	水	木	金	時間	土	日・祝
整形外科	午前(8:30~12:00)	西能 市村 浅野 和徳 裕	仲井 根塚 橋口 堂後 憲成 武 津 陸彦 (9:00~)	西能 根塚 仲井 川口 雄 陽雄 憲成 善治 (9:00~)	西能 根塚 武 津	西能 仲井 市村 松下 憲成 和徳 功	午前(8:30~12:00)	市村 浅野 堂後 和徳 裕 陸彦	交替制
	午後(4:00~7:00)	浅野 堂後 裕 陸彦	市村 堂後 和徳 陸彦	橋口 津 松下 功	根塚 武 橋口 津	西能 川口 善治 (5:30まで)	午後(1:30~5:00)	根塚 橋口 堀 岳史 武 津 岳史	交替制
内科	午前(8:30~12:00)	石原 元 丸 毅 藤 毅 (一般・糖尿病) (一般・糖尿病) (一般・糖尿病)	石原 元 丸 毅 藤 毅 (一般・糖尿病) (一般・糖尿病) (一般・糖尿病)	川上 恭右 石原 元 (一般・消化器) (一般・糖尿病)	碓井 雅博 (一般・循環器)	碓井 雅博 (一般・循環器)	午前(8:30~12:00)	小澤 哲夫 碓井 雅博 小野賢二郎 (一般・血液) (一般・循環器) (神経内科・9:00~隔週)	休診
	午後(3:00~5:00)	川上 恭右 (一般・消化器)	松井 祥子 (一般・呼吸器)	碓井 雅博 (一般・循環器)	川上 恭右 (一般・消化器) 十二町/吉田 (泌尿器・1:30~)	川上 恭右 (一般・消化器)	午後(1:30~5:00)	小澤 哲夫 (一般・血液)	休診
眼科	午前			吉田 眞知		中村 伸男			
麻酔科	午前(8:30~11:00)	増田 明 (ペインクリニック)		増田 明 (ペインクリニック)	増田 明 (顔面・眼・聴覚・外来-予約制)	増田 明 (ペインクリニック)	都合により担当医が変更になる場合があります。ご了承ください。		
リハビリテーション科		午前8:30~12:00		午後1:30~7:00			午前8:30~12:00	午後1:30~5:00	

みどり苑

- 介護老人保健施設
 - ・入所サービス
 - ・短期入所療養介護
 - ・通所リハビリテーション (デイケア)
- 居宅介護支援事業所
- ボランティアの募集
月・火・木・金の
午前・午後
入浴後のドライヤー
かけ/話相手/
シーツ交換など
お問い合わせは長嶋
まで
富山市秋ヶ島146-1
TEL 076-428-5565

五省会西能病院ホームページ
<http://www.sainouhp.or.jp/>