



IMSグループ 医療法人社団 明生会

イムス札幌内科リハビリテーション病院

Vol. 6 2016. 2

こもれび

「プラザイムス」は、患者さま、ご家族のみなさまに院内やIMSグループの医療活動、病気に関する情報をお伝えするコミュニケーションペーパーです。



※2017.5.31をもって退職となりました。

こんにちは。はじめまして。私は神経内科の有吉直充といいます。昨年10月にイムス札幌内科リハビリテーション病院へ着任いたしました。専門分野は神経内科ですが、内科とリハビリテーションの分野にまたがり、目の前の患者さんに必要な治療と援助ができるよう日々研鑽してきました。

神経内科という科は以前には一般の方あまり知られていませんでしたが、最近では社会の高齢化とともに認知症やパーキンソン病などの患者さんが増加していることもあり、多くの方に知っていただけるようになりました。

神経内科では頭痛、めまい、手足のしびれなどのご相談を受けることが多く、それらの症状は脳外科や耳鼻科などにも関係するものですが、全身を含めた広い視野で症状を捉えるところに神経内科の特徴があります。また認知症についても、精神科や脳外科などにもまたがる領域ですが、その原因には内科的疾患(例えば甲状腺機能低下症など)が隠れていることもあ

神経内科・リハビリテーション科

有吉 直充

認知症や嚥下障害、めまい、
リハビリなどお気軽にご相談
ください。

り、全身を広く見て原因を探す神経内科が、認知症の最初の相談窓口となるべき科と認識されるようになりました。認知症は治らないといわれますが、治療可能な場合もあり、それを見落とすことなくしっかりと原因を探すことが重要です。

その他に脳血管障害(脳梗塞や脳出血など)による後遺症に対しては、自宅復帰に向けたリハビリだけではなく、その再発予防のための内科管理を含めて総合的に取り組んできました。また様々な疾患によって生じる飲み込みの障害(嚥下障害)については嚥下リハビリと栄養管理に関して専門的に取り組んできました。

高齢者医療、リハビリテーションの分野においては神経内科の守備範囲は広く、お役に立てることも少なくないと思います。何でもお気軽にご相談ください。

こもれび
だより



病院理念

患者様およびそのご家族、さらに地域に“愛し愛される病院”として、患者様の人格・権利を尊重し、患者様が納得し、安心して受けられる医療を提供します。

基本方針

- 1 地域に密着して安全な質の高い医療を実践します。
- 2 内科疾患から終末期医療、リハビリテーションまで幅広い専門的な医療を提供します。
- 3 医療人としての自覚と技術向上のための教育を図り、信頼できるチーム医療を実践します。
- 4 医療機器の導入により良質な医療を提供します。
- 5 患者様の人格・権利を尊重します。



薬剤師 オオクボ の

お薬相談

しっかりと予防も
行いましょう



薬剤師 大久保 利成

お薬に関するご質問にお答えします

Q.インフルエンザのお薬について教えてください。

晩冬の候、皆様、どのようにお過ごしでしょうか。外はすっかり雪化粧が施され、きれいな景色が見えますね。さて、冬と言えばやはりインフルエンザへの感染が多くなる季節です。今年は2月に入ってから流行し始めましたね。みなさん、インフルエンザにかかると薬を飲むことになりませんが、今回は抗インフルエンザ薬の作用について少しお伝えしたいと思います。

まず、インフルエンザは罹患してから2~3日でウィルス量がピークに達し、その後、減少していきます。現在処方されているお薬は、全てインフルエンザウィルスの増殖を防ぐもので、「それ以上症状を悪化させない」

ことが目的です。つまり、インフルエンザウィルスそのものを退治するお薬ではありません。そのため、ウィルスが増殖して最大の量になる前、症状が出てから48時間以内の服用が重要といわれるのです。

前回もお話ししましたように、やはり、ウィルスをやっつけるためには自分の免疫力が大切になってきます。インフルエンザも風邪などと同様、十分な栄養を摂取し、しっかり睡眠をとることが良薬であることをお忘れなく。もちろん予防もとても大切ですので、手洗い、うがいは必ず行うようにしましょう。



リハビリ科の 今日も

ガンバローカ

ガンバローカとは？

リハビリテーションセンターと病棟をつなぐ約130mの直線廊下の愛称です。今日も一日がんばろうの意味が込められています。



嚥下(えんげ)造影検査で食べる機能に問題がないかを調べるのも言語聴覚士の仕事です。



飲み込む力は大切！編



リハビリと言えば運動を思い浮かべる方が多いかもしれませんが、コミュニケーションや食べ飲みに関して携わる言語聴覚士(ST)という職種も当院では活躍しています。今回は言語聴覚士より、『飲み込み』について簡単にお話ししたいと思います。

近年の厚生労働省の調査の結果、日本人の死因は多い順に、ガン、心疾患、脳血管疾患と続いており、第4位になっているのが肺炎です。肺炎は特に65歳以上の方において増加傾向となっていますが、中でも、「誤嚥性肺炎」と診断される方が多くいらっしゃいます。誤嚥とは食べ物や飲み物が誤って気管に入ってしまうことを言い、飲み込む力が低下することにより起こります。つまり、「飲み込みの力」がしっかりしているかどうかは健康に過ごすためにはとても大切なのです。

飲み込みの力を見る簡単なテストとして、

『反復唾液飲みテスト』があります。当院でも、入院される前から飲み物や食べ物でのムセの増加、痰の量の増加、微熱が続き倦怠感が強い、体重の減少など、誤嚥性肺炎の徴候があった患者様の話が聞かれますので、ぜひご自宅でテストを行ってみてください。

～反復唾液飲みテスト～

- ①口の中を湿らせませす
- ②30秒間に唾液を繰り返し飲んでください
- ③30秒間で3回以上飲み込めると良好です

誤嚥性肺炎は症状が進むと酸素低下をきたし、重症の呼吸不全になることもある怖い病気です。テストの結果が良くなかったり、上記のような気になる症状があれば、早めにかかりつけの医療機関へ相談してください。

飲み込みについての意識を高め、長く健康と元気を保ちましょう。

管理栄養士の

旬な食材
de
健康

今回の旬な食材は… 栄養の宝庫! 冬の味覚の代表

カキ

今回は冬から春にかけてが旬とされているカキをご紹介します。別名「海のミルク」とも呼ばれ、口いっぱい広がる潮の香りと奥深い旨みの特徴であり、たんぱく質・脂質・糖質の3大栄養素のみならずビタミンやミネラルが豊富に含まれているのが最大の魅力です。

「オイスターバー」なども存在し、世界中で食されています。カロリーは1個あたりが約16kcalと意外に少ないですが、健康効果は抜群です。

【カキの健康効果】

- ①肝臓強化～二日酔いや悪酔いの防止～ カキは「酒毒を消す」と言われており、アルコールを解毒し肝臓を守る働きがあります。
- ②貧血改善～造血作用～ カキに含まれている鉄・銅・葉酸などのミネラルには造血作用があり、貧血改善の他、冷え症にも最適です。
- ③風邪の予防～免疫力強化～ カキに多い亜

鉛が免疫細胞を活性化させ、喉の痛み、鼻づまりなど風邪の症状を緩和する働きがあります。

【ノロウイルスに注意!!】

カキの内臓には食中毒の原因となる細菌やウイルスが付着していることがあり、昔からいわゆる“あたる食材”としても知られています。

旬の時期でも、生で食べる際は浄化工程を通っているものだけにしましょう。どんなに新鮮でも、加熱加工用のカキは熱を通さないまま食べることをしないでください。

冬場に増加するノロウイルスの予防対策としては、85℃以上で1分以上十分に加熱することが重要です。旬のカキを食べて美味しく健康に過ごすためにも、調理の際に使用する器具の十分な洗浄も忘れずに。

管理栄養士 森内 克子



Tekuteku teine

手稲区
探訪記

Vol.3 江守記念星置スケート場



久々の第3回目は札幌出身の元アイスホッケー選手・江守栄作さんにより寄贈され、1985年の12月に開館した江守記念星置スケート場です。1年を通して利用可能で、館内ではアイススケート・アイスホッケー・フィギュアスケート・ハーフスピードスケートを楽しむことができます。一般の方には土・日・祝日や春・夏・冬休み期間の13時半から17時半に開放されていることが多いです。スケートはやった

ことがない、滑るのは〇〇年ぶりという方には月に1回、指導員がつく初心者スペースで滑ることも可能です。それら以外の時間には学生や社会人のチームが練習や試合を行ったりしています。スケート靴がない方には有料貸し出しもありますので、お気軽に利用されてみてはいかがでしょうか。なお、怪我防止のため、指の隠れる手袋を必ず持参しましょう。



スケートリンクの照明はスケート場ではまだ珍しいLEDを使用。来年2月には冬季アジア札幌大会があり、アイスホッケーの試合会場の一つになっています。施設利用料は中学生以下が無料です。詳細は施設ホームページをご覧ください。011)681-8877までご連絡ください。

無料送迎バス 時刻表

※平成28年9月1日より運行開始の時刻表となります。

	※土曜日・日曜日・祝日運休							
	1便	2便	3便	4便	5便	6便	7便	8便
病院前 正面玄関 発	8:40	9:20	10:00	11:00	13:00	14:00	15:30	16:55
JR星置駅南口 ターミナル前 ※降車専用	8:45	9:25	10:05	11:05	13:05	14:05	15:35	17:00
JR手稲駅南口 小樽信用金庫向 ※降車専用	8:55	9:35	10:15	11:15	13:15	14:15	15:45	17:10
地下鉄宮の沢駅 5番出口 ベントス前	9:10	9:50	10:30	11:30	13:30	14:30	16:00	17:25
JR手稲駅南口 小樽信用金庫前	9:25	10:05	10:45	11:45	13:45	14:45	16:15	17:40
JR星置駅南口 ターミナル前	9:35	10:15	10:55	11:55	13:55	14:55	16:25	17:50
病院前 正面玄関 着	9:40	10:20	11:00	12:00	14:00	15:00	16:30	17:55

※土曜日・日曜日・祝日は、3便・4便・5便・6便が運休となります。
 ※バスが見えたら手を挙げるなどして、運転手に合図をお願いします。
 ※バスの運行ルート上で、上記の停車場所以外でのご乗車をご希望される方は、事前にご連絡ください。
 ※上記時刻は通過予定時刻となります。交通事情等により、時間が前後する場合がございますのでご了承ください。
 ※ご不明な点などがございましたら、TEL.011-681-2105 までお問い合わせください。



内科・消化器内科・循環器内科

受付時間
 平日 午前 8:30~11:30
 午後 13:00~16:30
 土曜日 午前 8:30~11:00

外来担当医	月	火	水	木	金	土
午前	青柳	松本	伊澤	西森	三島	※1松本 ※1西森
午後	担当医	岡	担当医	岡	担当医	

※第1・第3・第5土曜日は松本院長、第2・第4土曜日は西森副院長の担当となります。

※月曜日・水曜日・金曜日の午後は、定期医師による診療は行っておりません。担当医によるオンコール体制となります。

☆内視鏡検査（日本消化器内視鏡学会指導医の医師3名在籍）
 特定健診、一般健康診断も行っております。
 ※事前にお問い合わせください。

整形外科・リハビリテーション科

受付時間
 火・木曜日 午前 8:30~11:00

外来担当医	月	火	水	木	金	土
午前		本間		本間		

専門外来

肝臓外来	第2・第4土曜日	午前	松本
	第1・第3・第5土曜日	午前	西森



地域医療連携室とリハビリ科のブログを更新中!
<http://www.ims-sappororeha.org>

IMSグループからのお知らせ

医療・介護のことでお悩みはありませんか?

◎来訪もしくは、お電話かホームページ(メールフォーム)よりお問い合わせください

IMSに
0800-800-1632

※[050]からはじまるIP電話および国際電話からはご利用いただけません。

03-3989-1141

受付時間/平日8:30~17:30 土曜日8:30~12:30
 (日祝・年末年始休み)

IMS
 IMS総合サービスセンターのサービス内容や、IMSグループの最新情報をご覧ください。

<http://www.ims.gr.jp/gscenter/>

〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-21-11
 オーク池袋ビルディング8F

広報誌 こもれび Vol.8 2016.8
 発行/IMS札幌内科リハビリテーション病院
 地域・広報委員会
 発行月/2016年2月

IMSグループ 医療法人社団 明生会

IMS札幌内科リハビリテーション病院

〒006-0049

北海道札幌市手稲区手稲金山124番地

TEL.011-681-2105 FAX.011-683-5370

<http://www.ims-sappororeha.org>

