

いわせ ほっとニュース



右上:天泉こども園寄贈 ひまわり 左下:須賀川幼稚園 園児からの声援

[公立岩瀬病院の基本理念]
患者さん中心の医療を実践し、
地域の皆さんに信頼される病院をめざします。



公立岩瀬病院

<http://www.iwase-hp.jp/>

Contents

新型コロナウイルス 関連物資のお礼について	02
摂食嚥下チームについて	03
Dr's Cafe.....	04
出産・育児ナビ	05
在宅介護のポイント	05
感染予防について.....	05
栄養ミニ情報	06

新型コロナウイルス関連支援物資お礼について

公立岩瀬病院 事務長 塩田 卓

中国・武漢市での感染確認に端を発した新型コロナウイルス感染症は、全世界の160以上の国に拡散され、多くの地域で感染の拡大が報告されています。福島県内では、3月7日に県内第一例目の感染陽性者が報告され、4月に入ると県内で陽性患者の発生が連日のように報告され、5月の連休明けの週まで県内での感染が続きましたが、その後、6月中の県内の新たな感染陽性者の報告は一例のみとなっており、感染の猛威は一定の終息傾向がみられています。

この間、国の緊急事態宣言や、県による行動自粛要請、各市町村の小学校などの教育機関の休校など、感染拡大を防止するための様々な措置がとられ、国民の生活様式が大きく様変わりするような行動変容を余儀なくされました。

この大きな変化は世界経済にも影響を及ぼし、マスクやエプロン、消毒用アルコールなどの患者さんのケアのために、医療スタッフが日々装備する衛生材料の安定的な購入ができなくなり、中国の生産ラインの動向など世界情勢が読めない中で衛生材料が枯渇する事態も心配されました。

このような中、各種団体や住民のみなさまから、サージカルマスクやN-95マスク、フェイスシールド、消毒用アルコールなどを支援物資としてご寄付いただき、大変助かりました。

また、医療従事者を応援するための飲料や補助食品などの提供や、幼稚園児のみなさまからの病院に向けた元気なエールや医療従事者に癒しを与えるお花の提供、さらには寄附金の申し出などたくさんのご寄付やご支援の声をいただきました。ありがとうございました。

当院は明治5年から当地で地域医療を提供し続けた148年の歴史の中で、幾多の状況変化や様々な困難をも地域の皆様のご支援により乗り越えてきました。今回直面した危機にあたって、みなさまからのご支援や応援の声をいただき感謝するとともに、新型コロナウイルスに対して病院としての役割を果たし、地域のみなさまに信頼される病院をめざしてまいります。



口腔ケア・嚥下センターチームのご紹介

公立岩瀬病院 院長 三浦 純一

公立岩瀬病院は患者さんの早期退院と合併症予防を目的にさまざまな取り組みをしてまいりました。口腔ケア・^{えんげ}嚥下センターを設立し、EBMに基づいた口腔ケアと摂食嚥下の評価、栄養管理、リハビリ、^{ごえんせいはいえん}摂食訓練を行っています。誤嚥性肺炎の患者さんでも、在宅で安全に食事を楽しめるよう、ご家族やケアマネージャーさんと協働して患者さんの療養環境の充実を目指して、努力しています。それらの取り組みをいっそう発展させるため、令和2年度から新しく口腔ケア・嚥下センターチームを立ち上げました。医師、看護師、言語聴覚士、作業療法士、薬剤師、管理栄養士、事務などがメンバーです。

チームは毎週1回2、3例の症例を選び、

- 1) どのような目的でケアを行うのか
- 2) 食事の可否についての判断
- 3) 食事の内容と得られるカロリーの計算
- 4) 服用中の薬剤と嚥下の関連
- 5) 摂食時の体位と体位保持のための工夫
- 6) 歯の治療と口腔ケア
- 7) その他、摂食・嚥下に関する検査の計画



など、多岐にわたる検討を行い実際の診療に反映させています。嚥下内視鏡検査や嚥下造影検査を積極的に行い、検査で得られたエビデンスをもとに口腔ケア・嚥下に関するケアを充実させています。

また、在宅における口腔ケア・嚥下についても積極的に関わっており、在宅や施設を訪問しています。その場で嚥下内視鏡検査を行い、適切な体位、口腔ケアのやり方、食事内容の選定などを行っています。^{いろそうせつ}胃瘻造設後の患者さんでも、在宅で経口摂取を開始できた症例もあり、今後も積極的に在宅や施設へ訪問します。

公立岩瀬病院の口腔ケア・嚥下センターチームは入院、在宅で「患者さんが安全に、楽しく食べる」を目標に活動していきますので、よろしくお願い申し上げます。

連絡先 地域医療連携室

TEL:0248-75-3111 FAX:0248-75-3388





産科婦人科部長

伊藤史浩医師



不妊症のお話

「不妊」とは、妊娠を望む健康な男女が避妊せずに性交をしているにもかかわらず、約1年間妊娠しないものをいいます。不妊のカップルは約10組に1組と言われていたますが、近年、妊娠を考える年齢が上昇していることもあり、この割合はもっと高いとも言われています。

《不妊の原因》

不妊の原因は、男性側、女性側、あるいはその両方にある場合がありますが、原因不明もしくは特定できない場合もあります。

女性側の主な原因：卵巣機能不全、らんかんいんし卵管因子、子宮内膜症 等

男性側の主な原因：ぞうせいきのう造精機能障害、せいろうつうか精路通過障害 等

《不妊症の治療方法》

タイミング法：排卵の2日前ごろ、もっとも妊娠しやすいと言われている時期に性交を持つようにする方法です。

排卵誘発法：内服薬や注射で排卵をうながす方法です。排卵障害の場合に使用する方法ですが、排卵があっても人工授精の妊娠率を上げる目的で使用する場合もあります。

人工授精：マスターベーションで採取した精液から良好な精子を取り出して、もっとも妊娠しやすい時期に子宮内に注入する方法です。

体外受精・顕微授精：せんし膈の方から細い針を穿刺して卵巣から卵子を取り出し、体外で精子と受精させ、数日後に子宮内に受精卵(胚)を戻す方法です。

《各症状への対処方法》

排卵障害：排卵誘発法をおこないながら、タイミング法や人工授精などをおこないます。

子宮内膜症：ふくくうきょうかしきゅうないまくしやうびやうそうじよきよじゆつ腹腔鏡下子宮内膜症病巣除去術をおこなってからタイミング法・人工授精・体外受精を行うか、年齢によってはすぐに体外受精をおこないます。

乏精子症：ぼうせいししやう男性側の治療や人工授精、体外受精(状態によっては顕微授精)をおこないます。

原因が分からない場合：排卵と受精を補助する治療をおこないます。一般的には、タイミング法→排卵誘発法→人工授精→体外受精というように、数周期で妊娠しない場合に治療法をステップアップしていきます。

これまで、人工授精や体外受精・顕微授精は専門の病院へご紹介させていただいておりましたが、今後、当院でも人工授精までの対応を開始いたします。悩まれている方がいらっしゃいましたら、産科婦人科へご相談ください。

出産・育児ナビ

産科婦人科外来では、妊娠中から産後にいたるまで情報提供や個別相談をおこなっています。妊婦健診時や助産師外来、産後のすくすく外来などもありますので是非お気軽にお声がけください。産後の相談事の一場面を紹介します。

**「おっぱいを飲んでもなかなか寝てくれない」、「おっぱいが足りないのでしょうか」
「寝たと思って布団に寝かせるとすぐに起きてしまう」**



お母さんはつい自分を責めてしまうのですが、お腹の中で赤ちゃんはどんなふうにご経過してきたのか考えてみましょう。お腹の中にいた10カ月のあいだは子宮に包まれ過ごし、布団に横になるのはつい最近の新しい経験です。新しい経験に不安はつきものです。つまり、赤ちゃんは抱っこされると安心なのです。体重が十分増えているお子さんにもみられることです。ちょっとしたことで心配なことはご相談ください。お待ちしております。
(産科婦人科外来)

在宅介護のポイント

肺炎の予防について

みなさんが健康でいつまでもおいしく食事ができるようにするには、肺炎の予防が大切です。肺炎の予防には、口腔ケアが重要とされています。

飲み込みや口腔ケアについてのご相談は、口腔ケア・^{えんげ}嚥下センターまでご連絡ください。
(口腔ケア・嚥下センター)

肺炎予防のポイント

- ・食事前後に^{こうくう}口腔ケアを行いましょう。歯がなくても、^{いろいろ}胃瘻や^{けいびけいかんえいよう}経鼻経管栄養でも、口腔ケアは必要です。
- ・義歯(入れ歯)は合うようにしておきましょう。
- ・むせることはないですか？むせる場合、『水』『食べ物』『水分と固形物が一緒の食べ物(うどんや味噌汁、みかんなど)』どれでむせることが多いですか？
- ・微熱が続く、^{たん}痰が増える、食欲がなくなる、なども誤嚥の徴候であることが多いです。
※^{ごえんせいはいえん}誤嚥性肺炎の徴候に気づくことも重要です。

感染予防の基本 —標準予防策について—

感染症予防ための対策として、最も基本的かつ重要な対策は標準予防策です。標準予防策は日常から、「血液や排泄物、飛沫などの湿性生体物質には感染症の原因となるウイルスや細菌が存在しているもの。」として対策を実践していきます。具体的には、手洗いの励行や咳や鼻水が出る人は咳エチケットを守るといったことです。

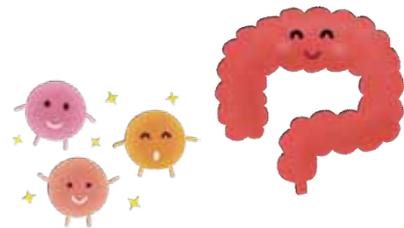
世界中で猛威を振るっている新型コロナウイルス感染症の予防も、この標準予防策の考え方に沿って一人一人が対策をとっていくことが大切です。



栄養ニ情報【ビフィズス菌】

《ビフィズス菌とは》

人の腸内細菌の数は数百種類、数百兆個にも及ぶと言われ、私たちの健康に影響を及ぼしています。ビフィズス菌は乳児の糞便から発見された菌で、人の腸内に最も多く住んでいる「善玉菌」です。



《ビフィズス菌の働き》

①殺菌作用

ビフィズス菌が生成する酢酸は強い殺菌作用があり、悪玉菌の繁殖を抑制すると言われてい
ます。酢酸はお酢として摂ることもできますが、お酢は消化の途中で吸収され大腸まで届かない
ため、大腸で酢酸を産生するビフィズス菌を増やすことが重要です。

②免疫力の向上

ビフィズス菌は腸内環境を整え、免疫力を高めてくれます。免疫力は年を重ねるにつれて低く
なり、さらにストレスによっても低下すると言われています。そのため、普段から免疫力が低下し
ないように食生活や生活習慣に気を付けることが重要です。

③その他の作用

その他にも、葉酸などのビタミンB群を作ることや、栄養素の吸収を助ける働きがあり、イン
フルエンザなどの感染予防作用やアレルギー抑制作用、抗腫瘍作用などが研究されているビ
フィズス菌もあります。

《ビフィズス菌の上手な摂り方》

ビフィズス菌の入ったヨーグルトやサプリメントなどを食べて、もともとあ
る腸内のビフィズス菌を活性化することが大切です。胃酸の影響が少ない食
後に摂取するのが良いでしょう。食物繊維やオリゴ糖と一緒に食べると、より
効果が期待できます。サプリメントを使用される場合は病気などで治療中の方、薬を処方されている方や妊娠中の方は事前に医師にご相談ください。



参考文献: 森永乳業まいにち乳life



公立岩瀬病院

【編集・発行】

公立岩瀬病院 広報委員会 (広報誌発行部会)

〒962-8503 福島県須賀川市北町20番地
Tel 0248-75-3111 Fax 0248-73-2417
E-mail koho@iwase-hp.jp

