



長尾よかだより

第89号

発行日/2023年2月 発行元/医療法人 順和 理事長/服部文忠

目次

表紙 … 新型コロナ第8波の中で
P2 … 整形外科外来について
P3 … 当院のリハビリについて (その1)
栄養指導について

P4 … 全国老健大会に参加しました
医療・介護制度よくある質問Q&A
P5 … 特定健診について・お伊勢参り
P6 … 長尾病院外来担当医一覧表

新型コロナウイルス感染 ～第8波の中で～

理事長・院長 服部 文忠

昨年、新型コロナウイルス感染第6波を前にして、長尾よかだより第86号で「新型コロナ感染症拡大に備えて」と題し、個人として感染対策や生活態度をどのようにするか注意を述べました。①ワクチン接種を受ける、②マスク着用・換気に気を付ける、③十分な栄養を摂る、④運動量を確保する、⑤基礎疾患の治療をきちんと行う、⑥禁煙する、⑦フェイクニュースに振り回されないという7項目でした。長いコロナ禍を経験して、当たり前のことになった注意点なので皆さんも多くの国民も守ってきたと思います。が、現実は一層厳しく、第6波、第7波を経験し、現在は第8波の真っただ中にあります。行政からの行動規制はなくなり、経済活動優先の状況となりましたが、恐らく1月中旬にピークを迎えるものと推測されます。

医療の現場では感染者の隔離と治療に追われていますが、軽症者や無症状者が多いような印象を受けます。しかし、データ上、死亡者数は第7波と同じくらいに増えています。今、流行っている株の毒力が強いというより、感染者数は発表されているデータよりはるかに多いのが実状ではないでしょうか。今、流行している株はオミクロン株の「BA.5」ですが、BA.5のスパイク蛋白に変異が加わった「BQ.1」系統の感染拡大が懸念されます。このBQ.1系統は

免疫を逃れる作用を持っているのでオミクロン株対応のワクチンを接種しても感染を起こすことはあります。しかし、重症化を抑える作用は持っていることが分かっているのでワクチン接種は受けてください。

懸念されることにインフルエンザ患者さんが増えていることがあります。全国の1医療機関あたりの1週間の患者数が「1」を越えると流行期入りとされますが、昨年12月中旬に1を越えた県が九州にも出てきて、年末には全国に広がりました。当院でも昨年まったく陽性者はなかったのですが、ぼつぼつ陽性者が出ています。受験などを控えている方で、まだワクチン接種されていない方などは接種を急いでください。

重症化リスク（糖尿病・慢性肺疾患・高齢・肥満・慢性腎臓病）の少ない方は発熱・のどの痛み・倦怠感などの感染が疑われる症状がある場合、抗原検査キットを使って検査し、陽性の場合、解熱剤などを服用し、自宅で安静に過ごすようにしてください。そのためにも抗原検査キットと解熱剤は予め用意しておいて下さい。

まだまだ、寒い冬が続きます。感染症対策を行ないながら、自宅にこもりきりになることは避けて、体を動かし、体調を整えてください。

整形外科外来について

整形外科 櫻木 孝二

昨年の8月より、毎週水曜日の午前及び午後に当院の外来で、整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科を担当しております櫻木と申します。どうぞ宜しくお願いいたします。

私の簡単な職歴を紹介します。福岡大学大学院で肩関節の超音波検査の研究。福岡赤十字病院・鞍手町立病院・西有田共立病院では、外傷による四肢骨折に対し骨接合術、変形性関節症に対し人工関節置換術などの治療。別府リハビリテーションセンターでは、スポーツ外傷や高所からの転落による頸髄損傷や脊髄損傷のリハビリ治療。新日鐵八幡製鐵所病院では、体表面積の20%以上の広範囲熱傷（やけど）に対し遊離植皮術、10cm前後の巨大褥瘡（床ずれ）に対し筋肉と皮膚を同時に移植する筋皮弁による再建術など。西区姪浜の南川整形外科病院で12年間院長勤務を経て、現在、長尾病院に勤務しております。

私の趣味は旅行ですが、10年前に娘の夢であった海外拳式のため、初めてのヨーロッパ旅行でフランスのパリに行ってきました。日本航空直行便でシベリアの上空を通り、到着まで12時間かかりました。パリ市内は福岡市の3分の1の面積で観光地が集中しており、徒歩で観光ができます。ルーブル美術館で『モナリ

ザ』の名画を間近に見て、シャンゼリゼ通りでは凱旋門に上りました。

3年前に原因不明の火災で大きな損傷を受けたパリのセヌ河岸ノートルダム大聖堂を、火災前に鑑賞できたことは幸運でした。異なる文化に触れることは、日本の良さを再認識する意味でも、たいへん価値があることだと思います。

さて、私が今まで経験したことを活かして、当院外来では以下のような治療を行ないます。

- ① **外来診療**：外傷による創傷や熱傷・皮膚欠損に対し創処置や縫合など。一般外傷・交通外傷・労働災害による脱臼や骨折に対し、徒手整復やギプス固定などの保存的治療。整形外科全般を治療します。
- ② **病診連携**：当院で対応困難な手術的治療が必要な場合は、時期を失することなく早期に近隣の福岡大学病院・九州中央病院・福岡赤十字病院・済生会福岡総合病院・福岡整形外科病院・諸岡整形外科病院などに紹介搬送します。
- ③ **リハビリ診療**：他院からリハビリの紹介依頼があった場合は、リハビリ診療計画を立てリハビリスタッフ（理学療法士・作業療法士など）と連携し、早期社会復帰を目指し治療を行います。

整形外科疾患で何かお困りのことがありましたら、いつでもお気軽にご相談ください。



【櫻木医師の資格・専門医等】 医学博士・日本整形外科学会整形外科専門医
日本整形外科学会認定運動器リハビリテーション医
日本整形外科学会認定リウマチ医

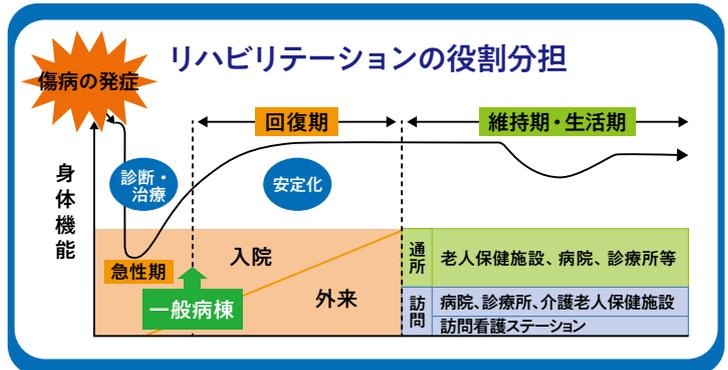
当院のリハビリについて（その1）

リハビリテーション部 科長補佐 藪野 倫巳

当院では「一人ひとりのライフステージに応じた最良の医療・福祉を提供する」理念に基づき、リハビリテーション(以下リハビリ)を積極的に実施しております。このリハビリの対象は入院患者様だけではありません。ご自宅や施設などにいらっしゃる方においても、一人ひとりに寄添った内容で幅広く展開しています。そこで全7回シリーズとして、リハビリ各部門の特徴などをご紹介していきたいと思ひます。

今回は第1回として、多くの入院患者様が最初に入る「一般病棟」についてご紹介します。

一般病棟では、ご自宅や急性期病院などからの患者様を受け入れ、傷病に対する治療や検査と並行しながら、早期より身体機能や日常生活動作・精神機能・嚥下機能・高次脳機能などに対する評価・リハビリを実施しております。早期からリハビリ介入することで必要以上の安静を減らし、様々な機能低下を最小限にとどめながら向上を図っていきます。（ご存知でしたか？食事・排泄を含め完全にベッド上だけの安静生活になると、筋力は1日で1～3%低下するとも言われています。）当然ここでは急な病状の変化など、様々なリスク管理が重要になりますので、主治医をはじめ看護師など他職種と常に情報を共有し、話し合いながら安全にリハビリを進めていきます。そして身体の状態や退院後の生活環境に合わせて、他病棟や訪問・通所リハビリ部門と連携して患者様を繋いでいく役割を担っています。このように一般病棟では短い関わりの中でのリハビリが求められ、リハビリ専門職一同が毎日緊張感を持ちながら、笑顔で明るく患者様と一緒に頑張っております。



必要以上の安静を減らし、様々な機能低下を最小限にとどめながら向上を図っていきます。（ご存知でしたか？食事・排泄を含め完全にベッド上だけの安静生活になると、筋力は1日で1～3%低下するとも言われています。）当然ここでは急な病状の変化など、様々なリスク管理が重要になりますので、主治医をはじめ看護師など他職種と常に情報を共有し、話し合いながら安全にリハビリを進めていきます。そして身体の状態や退院後の生活環境に合わせて、他病棟や訪問・通所リハビリ部門と連携して患者様を繋いでいく役割を担っています。このように一般病棟では短い関わりの中でのリハビリが求められ、リハビリ専門職一同が毎日緊張感を持ちながら、笑顔で明るく患者様と一緒に頑張っております。

今回は「地域包括ケア病床」についてご紹介します。

栄養指導について

栄養管理科 管理栄養士 角 多賀子

「最近少しずつ血圧が高くなってきた」など困っていることはありませんか？血圧のコントロールには塩分を控えることも大切です。例えば、うどんのスープを残すと、塩分はおよそ半分に減らせます。このように、ちょっとしたコツの積み重ねで、1日の食塩摂取量の男性7.5g未満・女性6.5g未満の目標量^{*}にすることができます。



その他、「血糖値が高いので、上がりにくくなる食べ方を知りたい。」「肥満気味なので減量をしたい。」「以前より食欲がなくなって、体重が少しずつ減ってきている。」「食べ物が飲み込み辛くなってきた。」など、栄養や食事に関する相談を受け付けています。

当院では管理栄養士がお手伝いさせていただきますので、興味のある方は、どうぞお気軽に外来看護師にお問合せください。

^{*} 日本人の食事摂取基準2020年版 生活習慣病予防のための目標量

全国老健大会に参加しました

老健センターながお 6階介護スタッフ長 高西 勝

昨年の9月に、神戸市で開催された第33回全国老人保健施設大会において演題発表を行ってきました。この老健大会もコロナ禍で2年間中断され、3年ぶりの開催となりました。全国から約1,500の施設が参加し（コロナ前と比べるとまだ半数の参加だそうです）、様々な分野での演題発表が行われました。

大会テーマは、「新たな時代をいきぬくために～今、老健ができること～」です。私は、「新しい生活様式への模索」という演題で、コロナ禍で外出や家族面会を制限せざるを得ない中で、施設内で実施したレクリエーション活動の取組み（コロナ感染対策上の課題抽出と対応策の検討・実施後の評価）について発表いたしました。

どの施設もコロナ禍で思うような取り組みが出来ない中で、何か出来る事がないだろうかという試行錯誤を重ね、前に進もうとする演題内容が多く見られました。特にリモートで地域活動と繋げてレクリエーションを実施した事例や、VR（コンピュータ疑似体験）を回想法で活用した事例については、大変刺激を受けました。この経験を今後に活かし、様々なチャレンジをしていきたいと思えます。



全国老健大会のメインホール

医療・介護制度よくある質問Q & A

老健センターながお 在宅支援室 主任 岸原 伊津美

Q：「デイケア」と「デイサービス」はどう違うのでしょうか？

A：どちらも介護保険の通所サービスで、デイサービス（通所介護）は、入浴・食事・排せつ・レクリエーションなど家庭的な雰囲気の中で穏やかに日常生活をおくる介護に、短時間のフィットネス等があったり特色は事業所毎に様々です。

一方デイケア（通所リハビリ）では、医師の診察や健康管理・指示の下で、専門的リハビリと介護が提供されます。当老健のデイケア「みのり」は、専従のリハビリ専門職を3名配置し、看護師や介護職員の協力を得てリハビリの充実を図っています。

サービス時間は9：30～16：00で昼食・おやつ・入浴も提供しています。営業日は月～土（祝日営業）で、送迎は城南区・南区・中央区の往復約1時間内の範囲で対応しています。また、ご利用前の体験サービス（無料で送迎・食事付・入浴なし）をご用意していますので、お気軽にご相談下さい。

併設の長尾病院では、リハビリ特化型の短時間デイケアを「ろんぐてーる」（入浴と食事なし）で提供しています。



相談窓口：老健センターながお 在宅支援室 電話：092-541-1003

特定健診で手軽に健康チェック

医事課 課長 小西 拓実

皆様が加入されている医療保険が推奨する「特定健診」をご存じでしょうか？

自覚症状の無い病気を探るために健診は大変有効で、正社員等として勤務されている方には職場での定期的な健診が義務付けられています。一方で、主婦の方（健康保険の被保険者家族）や自営業の方（国民健康保険に加入の方）には義務付けられた健診の機会がなく、これらの方が任意で年度毎に1回受けられる健診が「特定健診（対象は40歳以上）」です。

特定健診の内容は「血圧測定、尿・血液・心電図検査（国保のみ）、問診」等です。負担金はご加入の医療保険により異なります（福岡市国保70歳未満500円、協会けんぽ0円など）。当院で一般健康診断として行った場合およそ5,000円相当の内容です。

予約は要りません。保険証と受診票を持って、朝食を取らず平日の11時半までにお越しください。結果は後日ご自宅に郵送されます。

自覚症状の無い生活習慣病…健康は過信厳禁です！

年に1度の健康チェックを始めてみませんか？



初めてのお伊勢参り

渉外課 課長 眞崎 弘太

昨年の11月に、当院の東に鎮座する「御子神社」が、136年ぶりの御造営10周年記念として企画された「伊勢神宮正式参拝への旅」に氏子38名で行って来ました。伊勢神宮は、皇室の御祖神であり全国の総氏神と崇められる天照大御神が祀られています。2000年の時を超え「日本人の心のふるさと・お伊勢さん」と慕われてきた聖地です。（詳細は伊勢神宮ホームページでご覧になれます。）

初日の午後、伊勢市の中心部に天照大御神の食事を司る豊受大御神を祀ってある外宮に参拝しました。内宮より先に外宮を参拝するのが習わしだそうです。秋時雨に煙る深緑に囲まれた参道の玉砂利を踏みしめ、他の参拝者は少なく神聖な気持ちに浸るには十分でした。

2日目の午前、見事な秋晴となりました。宇治の清流五十鈴川で手を清め、一般参拝では入れない内宮正宮の外玉垣南御門の内側で氏子として正式参拝し、厳かで特別な経験をすることができました。正宮は公の祈願を行ない感謝の気持ちを天照大御神に伝える場所で「おかげ様でここに来ることができました。」とお礼を心の中で唱えました。

その後、内宮の第一別宮であり個人的な願い事が唯一できる「荒祭宮」で、送り出して頂いた方々の健康を祈願しました。更に幸運なことに、いつ拝見できるのか分からない内宮の神馬である「草新号」に会え、それは「吉兆の証」と聞きました。今回の旅は全てが大吉で、神宮におみくじが無いことに合点がいきました。気運を高めるために、是非再訪したいお伊勢さんです。



神宮で最も聖なる正宮の前

長尾病院外来担当医一覧表

2023年2月1日現在

		月	火	水	木	金	土		
一般内科	午前	有田・松尾	江崎・松尾・脇坂	福井・久留島	松浦・松尾	久留島・松尾	交代制	第1・3・5週	
	午後	福井	松尾・脇坂	有田	江崎(予約)・松尾	松尾			
糖尿病内科	午前	松尾	松尾	浅野	松尾	松尾	園木	第3週	
	午後		松尾		松尾	松尾			
腎臓内科 (生活習慣病等)	午前	服部	中村	服部	服部(予約)	服部		第1週	
	午後								
内分泌内科 (甲状腺等)	午前	松尾	松尾	浅野	松尾	松尾	池之上	第1週	
	午後		松尾		松尾	松尾			
リウマチ科	午前	服部		服部・櫻木	服部(予約)・浅山(予約)	服部			
	午後			櫻木					
内視鏡内科	午前				本多				
	午後			笠	本多				
循環器内科	午前	出石							
	午後	出石							
脳内科 (脳卒中等)	午前	服部	脇坂	服部・久留島	薛	服部・久留島			
	午後		脇坂						
脳神経内科 (パーキンソン病等)	午前				井上				
	午後								
脳神経内科 (頭痛・めまい・ふるえ・物忘れ等)	午前			福井		小西			
	午後	福井							
リハビリテーション科 整形外科	午前			櫻木	浅山(予約)				
	午後			櫻木					
リハビリテーション科 (高次脳機能障害等)	午前				服部(予約)			第1・3週	
	午後		田川(予約)						
リハビリテーション科 (えんげ障害等)	午前				薛				
	午後								
けいしゆく 痙縮外来	午前					服部(予約)			
	午後								
もの忘れ外来	午前					濱田(予約)			
	午後								
フットケア	午前	担当医にご相談ください。適宜対応させていただきます。							
	午後	担当医にご相談ください。適宜対応させていただきます。							

診療科目

- ◆内科 脳神経内科・神経内科・脳内科・循環器内科
血管内科・糖尿病内科・内分泌内科
腎臓内科・人工透析内科・胃腸内科
消化器内科・内視鏡内科・老年内科
- ◆リハビリテーション科 ◆整形外科 ◆リウマチ科

診療時間

午前 9:00~12:00(受付11:30まで)
午後 13:00~17:00(受付16:30まで)
〔第1・3・5土曜日/午前中のみ〕

休診日

日曜・祝日・第2, 第4土曜日・土曜日午後・盆休み
(8月14日, 15日)・年末年始(12月30日~1月3日)



● 基本理念 「一人ひとりのライフステージに応じた 最良の医療・福祉を提供する」

■ 発行/医療法人 順和



長尾病院
介護老人保健施設
老健センターながお
訪問看護ステーション
ホームケアながお
居宅介護支援事業所
トータルケアプラン21

所在地/〒814-0153 福岡市城南区樋井川13-47-1

電話/092-541-2035 FAX/092-541-2045

ホームページ/ <http://www.nagao.or.jp/>

長尾病院

検索

◎誌面へのご意見・ご要望は長尾よかだより編集委員会までお寄せください。