

【平成28年度、翠清会梶川病院は新規移転いたします。詳しくは当院ホームページをご覧ください】

今
号
の
内
容

- ストレスのない職場環境を目指して
- 脳卒中における嚥下障害とは ～嚥下食と地域連携～
- 看護部通信 足浴の効果とは
- 栄養部通信 栄養部おすすめメニューレシピ
- 退院患者疾患別統計
- 「福岡市賞 Cum Laude」受賞いたしました
- 学術活動9月～12月
- 新任医師紹介

当院ではWiFi 無料インターネット接続サービスがご利用いただけます（地下、屋上を除く）。ご希望の方は受付までお問い合わせください。

ストレスのない職場環境を目指して

医療法人翠清会 理事長 若林伸一



ストレス社会という言葉をよく耳にしますが、ストレスとは、体内の恒常性の維持に異常をきたした状態で、最悪の場合、死に至ることもあります。その原因はストレスと呼ばれる、その外的刺激の種類から物理的ストレス（寒冷、騒音、放射線など）、化学的ストレス（酸素、薬物など）、生物的ストレス（炎症、感染）、心理的ストレス（怒り、不安など）に分類され、その中でも、職場での人間関係や仕事に関する心理的ストレスが最も多い原因としてあげられています。

さて、昨年12月より、厚生労働省の指示により職場における年に一度のストレスチェックが義務化されました。労働者が自分のストレスの状態を知ること、ストレスをためすぎないように自分自身でコントロールしたり、ストレスが高い状態の場合は医師の助言をもらったり、職場に仕事の軽減などの処置を実施してもらったりすることで、「うつ」などのメンタルヘルス不調を未然に防止するための仕組みです。ストレスを引き起こす心理的原因は、様々ですが、ストレスを受けるとストレス反応の司令塔である視床下部により、自律神経系の活性化やストレスホルモン放出が行われます。すると血糖が上昇し、心拍数と血圧も上昇、さらに消化器系の血流が低下し、食欲がなくなり胃潰瘍になることもあります。また、大災害やテロなどのような強度なストレスを経験すると心的外傷後ストレス障害（PTSD）という精神疾患になることもあります。PTSDとは、再体験症状、過覚醒症状、回避症状などが1ヶ月以上続く状態で、がんの治療過程でも死の恐怖が原因で発症することが報告されています。インフォームドコンセントの普及により、我々医師は病状や治療の危険性について非常に細かく説明を行うようになりましたが、一方で必要以上に患者さんにストレスを与えている可能性もあるかもしれません。患者さんのストレスの状態に配慮できる診療を心がけたいものです。また、我々職員も生きがいを持って笑顔で患者さんに尽くせるよう、ソフト・ハード両面からストレスのない職場環境を整えていきましょう。

脳卒中における嚥下障害とは

～嚥下食と地域連携～

脳神経内科医長 中森正博

脳卒中患者さんは嚥下障害に悩まされることが多々あります。特に口から食事ができるかどうか
が大きな問題となり、重症の場合は胃瘻や経鼻胃管といったチューブ栄養を余儀なくされます。し
かし、リハビリや食形態の調整で口からの摂取が継続できることも多くあり、安全に口から食べるた
めの工夫は大変重要です。

嚥下食とは

嚥下食とは、嚥下障害のある患者さんがそしゃく・嚥下しやすいように工夫された形態の食事のことを
言います。具体的には、ゼリー状、ムース状、ミキサーでドロドロにしたもの、軟らかく噛まなくても飲
み込める形態、細かくきざんだもの、などです。液体にトロミをつけるのも工夫のひとつです。病院や
施設での給食は各病院・施設ごとの裁量でおこなわれており、特に食形態が病院・施設ごとで一定して
いないと退院した後、問題が生じることがあります。そこで現在、管理栄養士の方々が、全国規模で統
一した食形態が提供できるよう、「嚥下ピラミッド」というものを作成し、行政にも働きかけて努力をされ
ています。

地域連携の動き～地域で一貫して安定した食事を提供するために

退院後も継続して安定した食形態が提供できるよう、病院・施設間で情報共有を密にして地域連携の
充実をはかっています。広島地域は脳卒中に対する地域連携が密で、特に嚥下障害への取り組みは全国
的に見ても屈指の地域です。現在、「嚥下パスポート」と称する、他の医療機関・施設に行っても状況
がわかるような手帳作りを進めています。脳卒中にならないことが一番で予防に勝るものはありませんが、
万が一発病したとき、治療やその後のリハビリ、生活が安心してできる地域づくりを目指しています。

嚥下回診と栄養管理委員会

当院では週に1回、嚥下回診と称して、医師・看護師・薬剤師・栄養士・
言語聴覚士と一緒に、嚥下食を提供している患者さんを中心に回診して
います。病状の確認からはじまり、身体機能や嚥下能力をみて、食事をと
るときの姿勢、食形態、介助方法について検討しています。また月に1回、
栄養管理委員会を開催し、食提供のさらなる改善を図っています。



嚥下回診の様子▲

おわりに

「脳卒中における嚥下障害とは」と題して、医学的機序、リハビリとケア、食形態と地域連携について
3回にわたり説明しました。嚥下障害は患者さん・ご家族の人生に多大な影響を与えるものです。これ
を機に理解を深めていただければ幸いです。

冬も本番となり寒さの厳しい時期になってきました。今回は様々な看護ケアの中からこの時期にご紹介したい足浴についてお伝えします。最近、足浴は温泉地などで多く見られ、利用された方もおられると思いますが、看護ケアでも以前から重要なケアの一つとして活用されています。

足浴の効果として

1. 足の清潔が保てる
2. 末梢循環が促進される
3. 血流障害の予防と改善
4. 全身が温まる
5. 痛みや不快感を軽減させる
6. 爽快感やリラックス効果を得られる
7. 入眠促進効果がある



以上のように様々な効果が足浴にはあるといわれています。

「冷えは足元から」といわれるように、足は心臓から一番遠いため、最も血行が悪くなり冷えやすいところであり、足が冷えてしまうことで体内の機能が低下して新陳代謝も衰えてしまいます。足裏での血液循環のポンプとしての機能の低下は体内の発病要因の一つになるため、外部刺激（足浴）を利用して足裏の血液循環作用を改善していくことが大切です。

準備物品も大きな洗面器（足首まで入る方がいい）とタオルぐらいですので、足浴は簡単に行えることがメリットの一つでもあります。みなさんもご家庭で一度ためしてみたいはいかがでしょうか。

豆乳茶碗蒸し

豆乳を使用したレシピです。のど越しが良く、たんぱく質が豊富に含まれているので、食欲の無い方や高齢の方におすすめの一品です。

● 豆乳茶碗蒸し(2人分) ※【カップ=200ml】

卵	1個 (50g)
豆乳	カップ 1/2 弱 (80g)
だし汁	カップ 1/3 (70g)
A [食塩	少々 (0.4g)
みりん	小さじ 1 弱 (4g)
だしあん	
だし汁	大さじ 2 (30g)
みりん	小さじ 1/5 (1g)
B [薄口醤油	小さじ 1/3 (2g)
片栗粉	少々 (1g)
薬味：青葱・花かつお 適宜	

(作り方)

- ①豆乳、だし汁、卵にAの調味料を入れてよく混ぜ合わせる。
- ②ざるなどで濾し、器に入れる。
- ③蒸し器で10分～15分弱火で蒸す。
- ④鍋にだしあんのだし汁とBの調味料を入れて加熱し、片栗粉でとろみをつける。
- ⑤蒸し上がった③に④をかけ、薬味を添える。



退院患者疾患別統計

	2011年	2012年	2013年	2014年	2015年
脳血管障害	950	896	912	865	896
虚血性脳血管障害	699	674	625	614	655
脳動脈瘤	86	70	105	84	112
脳内出血	151	140	155	144	114
その他	14	12	27	23	15
頭部外傷	117	62	71	113	148
慢性硬膜下血腫	66	55	62	51	61
脳腫瘍	14	25	24	22	27
その他	352	392	353	386	403
総数	1501	1430	1422	1437	1535

脳外科 手術件数	244	219	242	207	240
t-PA施行件数	17	17	23	12	26

第10回 アジア オセアニア神経放射線学会にて「福岡市賞 Cum Laude」受賞いたしました。
(平成27年11月5日～7日)

脳神経外科医長 石井洋介

学術活動 9月～12月

【学会発表・懇親会・卓話】

9/12 第70回京都大学原爆災害総合研究調査班避難者の慰霊の集い(懇親会)
「芝蘭会広島支部」(幹事:スピーチ) 会長 梶川博

9/15-16 第27回日本神経免疫学会学術集会
「Autoimmune autonomic ganglinopathyの神経超音波所見」
脳神経内科主任部長 田路浩正

10/2-4 第34回日本認知症学会学術集会
「当院に物忘れを主訴に来院した患者の受診実態～アンケート調査での検討～」
脳神経内科医長 中森正博

10/13 第2回広島画像像研究研究会
「脳卒中～脳梗塞を中心に～(基礎)」 検査部技師長 佐々木大樹

10/14-16 日本脳神経外科学会第74回学術集会
「症候性頸動脈狭窄症・閉塞症に対する急性期頸動脈ステント留置術の検討」
脳神経外科部長 須山嘉雄
「DSC-MRIを用いたもやもや病に対する間接バイパス術後の経時的脳血行動態評価」 脳神経外科医長 石井洋介

10/15-17 第9回パーキンソン病・運動障害疾患コンgres
「MIBG心筋シンチにて集積低下を示すSWEDDs症例の検討」
脳神経内科主任部長 田路浩正

10/28 国際ソロブチスト平和広島例会(卓話)
「認知症の予防と対策」 会長 梶川博

11/7 第10回アジアオセアニア神経放射線学会
「Use of Dynamic Susceptibility Contrast Magnetic Resonance Imaging to Predict the Subtype of Stroke and Extent of Infarction in Acute Ischemic Stroke」 脳神経外科医長 石井洋介

11/7 第18回広島血管内治療研究会
「上矢状静脈洞直接穿刺による上矢状静脈洞部硬膜動脈静脈へのアプローチ」
脳神経外科部長 須山嘉雄

11/19-21 第31回日本脳神経血管内治療学会学術総会
「急性期脳主幹動脈閉塞に対して行った頭蓋内ステント留置術の有用性～9例の経験から～」 脳神経外科部長 須山嘉雄
「脳血栓回収療法における使用機器の比較と選択」 脳神経外科医長 石井洋介
「当院において急性脳血管閉塞に対する脳血管内治療はrt-PA静注療法のみより転帰を改善させたか」 脳神経内科部長 今村栄次

12/5 第80回日本脳神経外科学会中国四国支部学術集会
「上小脳動脈末梢部破裂動脈瘤の1例」 脳神経外科医長 石井洋介

12/12 第27回日本老年医学学会中国地方会
「高齢にて発症した潰瘍性大腸炎関連ミエロパチーの1例」
脳神経内科主任部長 田路浩正

新任医師紹介

エビコユスケ
脳神経外科 蛸子裕輔



はじめまして。1月よりお世話になります脳神経外科の蛸子裕輔と申します。広島で有名かつアクティブな梶川病院で働かせていただけることになり大変うれしく思います。自分は東京生まれで、今回が今までで一番遠い新天地となり不安も大きいですが、早く馴染めるように頑張りたいと思います。色々ご迷惑おかけするかとありますが、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

医療法人 翠清会 翠清会梶川病院

TEL:082-249-6411 FAX:082-244-7190
〒730-0046広島市中区昭和町8-20
<http://www.suiseikai.jp>



《病院理念》

Patient First 「患者さん第一」
ファースト・オピニオン(First Opinion)を提示でき、
セカンド・オピニオン(Second Opinion)を求められる病院に!

《基本方針》

- 1 脳の専門病院として 24 時間、常に質の高い医療を提供します。
- 2 患者さんの権利を尊重します。
- 3 患者さんの安全と安心を確保し、医療事故の予防と対策に努めます。
- 4 急性期から慢性期、在宅までの地域の関連機関と連携を強化します。
- 5 翠清会の職員である誇りを持ち、プロとしての実力を高め、チーム医療に貢献します。