

さんぼみち

発行者

兵庫県立総合リハビリテーションセンター
 リハビリテーション中央病院
 〒651-2181 神戸市西区曙町1070
 TEL (078) 927-2727
 FAX (078) 925-9203
 ホームページ <http://www.hwc.or.jp/hospital/>



糖尿病と肥満が増加しています

内科

厚生労働省が平成14年11月に行った調査の結果が昨年末発表されました。
 (<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2003/12h12/24-4.html>) 20歳以上の10,067人を調査していますが、男性では肥満の基準であるBMI(身長を体重の2乗でわった数字。“さんぼみち”の1回目に載っていますが覚えていますか? 標準は22です。)が25を超える人は30歳以上で3割以上でした。この数字は20年前で約2割、10年前では2.5割でしたので20年間に1.5倍に増えていることとなります。女性では60歳以上の3割の人が肥満でした。

また、同時に、5,792人に採血検査をしています。これから推定すると740万人が糖尿病の可能性あります。男性では50歳以上で14%、70歳以上ではなんと20%の割合です。女性では60歳以上では10%の人が糖尿病と考えられます。



(<http://www.mhlw.go.jp/shingi/2003/08/s0806-4.html>)

肥満と糖尿病は、高脂血症や高血圧とともに動脈硬化症を引き起こし、ひいては狭心症、心筋梗塞、脳卒中の原因となるのはよく知られたことです。予防と治療の基本は適当な食事と運動なのもよく知られたことですが、正しい知識をもって実行するのは難しいことです。しかも、根気よく続けることが大切です。

嚥下障害についてご存知ですか?

看護部

嚥下障害は、脳血管障害の後遺症や加齢にともない症状として現れることがあります。唾液の分泌が少なくなって飲み込みにくくなったり、むせたり、喉につかえたり、違和感が出てくることもあります。

食べ物、気管に誤ってはいると、誤嚥性肺炎をおこす事も多くみられます。これは、食べ物と一緒に口腔内の細菌が気管に入り炎症を起こすためです。

誤嚥をおこさないために!

1. 食事の援助方法と観察のポイント

食べている最中は、途中で話しかけない

飲み込みはできているか確認する

食物が喉の奥に残った感じがある時は、一度、つばを飲み込む

2. 誤嚥の兆候を見分ける方法

声が変わっていないか

むせていないか

疲れていないか

3. 食事の工夫

柔らかく煮る

ミキサーにかけたりして飲み込み易い形態にする。

細かくきざんでトロミをつける

口腔ケア

歯ブラシ、スポンジブラシ、綿棒、ガーゼで食物残渣を取り除きます。歯磨きは歯磨剤よりお茶やレモン水を用いると口臭の予防と爽快感につながり、誤って飲み込んで安心です。

当院では、家族指導用のパンフレットも作成しています。嚥下障害でお困りの方は、内科病棟・内科外来・ST室をお尋ねください。



エックス線撮影時の服装について

放射線科

我々、放射線技師は日常業務のなかで患者さんから幾つかの質問を受けることがあります。そのなかのひとつに「エックス線撮影時には、どこまで衣類を脱げばいいの?」という質問があります。今回はその質問にお答えします。

エックス線撮影時に衣類を着たまま撮影を行うと、厚手の服などではシワになった部分が線として投影されたり、最近の下着の中には模様やいろいろ装飾された肌着があり、また下着をつけているためネックレス、湿布などを見過ごすことがあります。その結果、要精密検査や再撮影となって余分な心配をしたり、再撮影することにより被爆線量が増えたりすることになってしまいます。そういうわけで、当施設での撮影時には患者さんに充分説明し脱衣していただくか、特に女性の方には、検査衣に着替えていただいて撮影を行うことにしています。

写真診断の妨げとなるものとして、金具やボタンのついた下着、イヤリング、メガネ、ネックレス、プリントシャツ、チャックの付いたズボン、湿布、磁気製品、時計などが挙げられます。再撮影を避けるためにもなるべく余分なものは外してから検査を受けるようにして下さい。



裏面へつづく.....

お知らせ

平成16年6月1日から、下記の「外来診療担当医表」のとおり変更しますので、ご留意下さい。

平成16年6月1日から

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科 (特診)		石原		石原	早川
	戸田	高田俊	戸田	楠	高田雅
	中村	初診担当医	早川	中村	高田俊
	楠		高田雅		
	(高脂血症)	(糖尿病)	(高脂血症)	(糖尿病)	(糖尿病)
神経内科		北村			
	横山	井上	友田	横山	友田
循環器科	谷崎		谷崎		
リウマチ科		高田雅	中村		北川
整形外科 (特診)	良原	石本	尾崎	澤村	津村
	幸野	津村	良原	陳	石本
	陳	北川	高田正	幸野	尾崎
	高田正	藤田		司馬	
	(脊髄疾患) (四肢切断)	(脊髄疾患)	(脊髄疾患)	(四肢切断)	
泌尿器科	診察	仙石	仙石	手術日	酒井
	検査・処置	酒井	酒井	午後検査	仙石
リハビリテーション科				加藤	中野
麻酔科	瀧本		瀧本	瀧本	瀧本

県立総合リハビリテーションセンター 神姫バス時刻表

(平成16年4月1日改正) 平日用

県立リハビリセンター行		明石駅行	
明石発	リハ着	リハ発	明石着
7:55	8:07		
8:10	8:22	8:22	西 8:44
8:25	8:37		明
8:40	8:52		石
9:15	9:27	9:27	行 9:48
9:45	9:57	9:57	10:18
10:15	10:27	10:27	10:48
10:38	10:50	10:55	11:09
11:08	11:20	11:25	11:39
11:53	12:05	12:15	12:29
12:38	12:50	12:55	13:09
13:08	13:20	13:25	13:39
13:53	14:05	14:15	14:29
西	14:30	14:48	14:48 15:02
明	15:00	15:18	15:18 15:32
石	15:30	15:48	15:48 16:02
発	16:00	16:18	16:18 16:32
	16:30	16:49	16:49 17:02
	17:00	17:19	17:19 17:33
	17:30	17:49	17:49 18:03

アンダーラインは、土曜日にも運行します。