

病院だより



斜里町国民健康保険病院
広報誌 [令和6年2月発行]

INDEX

- P2 摂食嚥下機能検査
- P3 冬に注意したい
3つの感染症
- P4 入院セットサービスを
導入しました！
透析室に非常電源を
設置しました！

表紙「嚥下回診の様子」



えんげ

嚥下回診 10 周年

医療法人社団 LSM
寺本内科歯科クリニック
理事長 寺本浩平



私が歯学部を卒業した 2000 年当時の歯科医師国家試験には、介護を必要とされるご高齢の方への食事支援に関する出題は皆無でした。その後、入れ歯を専門とする大学院に進みましたが、2004 年に初めて車椅子や寝たきりの患者さんに遭遇して愕然としたことを思い出します。

入れ歯を完璧に直しても「先生、入れ歯は落ちなくなったけど、むせて食事ができません。」「食べこぼしてしまって食事になりません。」と訴える患者さんに対して、私は無力でした。

“**食べる道具を作っても食べられなければ、入れ歯も無用の長物だ**”と痛感したときに、初めて飲み込む力や食べ方などについて猛勉強しました。以来 20 年、この摂食機能療法学という分野で、臨床・研究・教育に専念し、2012 年に東京で開業。現在に至ります。

前院長の合地研吾先生にお声がけ頂き、初めて斜里国保病院に参りましたのは 2013 年 5 月のことです。高齢者の誤えんや窒息の問題は、東京どころか全国津々浦々共通しております。当然斜里町においても同様で、嚥下内視鏡検査や食事指導を求める患者さんが殺到することになるわけです。

看護師さん、管理栄養士さん、PT・OT・ST さん方のお力を借りて、増え続ける患者さんに取り

組んで丸 10 年経ちました。さらに、在宅療養の方、施設入所の方なども対象とした嚥下外来の立ち上げに、放射線科のご理解とご協力を仰ぎ、嚥下造影検査システムも導入して頂きました。また、この取り組みを世に出すべく、日本摂食嚥下リハビリテーション学会では、管理栄養士・看護師・理学療法士さん方に数多くご発表いただきました。

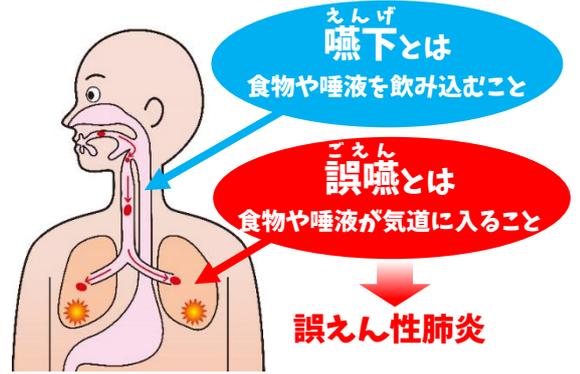
一方この 10 年間、仕事だけではなく、流氷ウォーク・ワカサギ釣り・鮭釣り・ウナベツスキー・知床五湖・カムイワッカ・川湯温泉での乗馬やカヌー・摩周湖・屈斜路湖・釧路湿原キャンプ・厚岸 などなど…さんざん遊び歩きました。夜の街では、北鮮・寿司善・てんてんてまり・サチク・トラ・昔のポラリス などなど…散々飲み歩きました。私は斜里の町が大好きです。そして、町民の皆さんのお人柄や温かさに惚れ込んでいます。

現在は、月 2 回の回診のうち 1 回は、私の後輩の佐藤光保先生にお願いしています。今後も増えることはあっても減ることのない、ご高齢の方への診察をずっと続けていきたいと思っています。このような嚥下回診や外来が具現化される地域は、全国的にもまだ少ないのが現状です。少しでも食事のお困り事があったら受診してみてください。あるいは現状、胃ろうなどでお口から食べていない方がもう一度食べたい、といったご相談がございましたら一緒に取り組んでいきましょう！そのお手伝いをさせて頂くのが私どもの責務ですので、今後ともどうぞ宜しくお願いします。

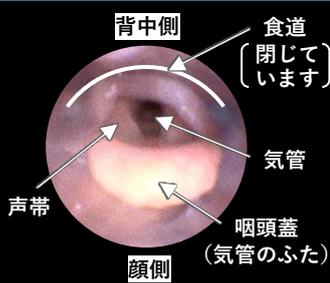
「誤えん性肺炎」とは、食べ物や飲み物などが気道に入ることによって起こる肺炎のことです。「誤えん性肺炎」は高齢者に多くみられ、原因には食べ物や飲み物などの飲み込みに問題がある「摂食えん下障害」が背景にあると考えられています。

高齢者の「摂食えん下障害」は、口やのどの筋肉の低下、食べ物をかむ能力の低下、だ液の分泌量の減少などが原因となっています。「摂食えん下機能検査」は、食べ物や飲み物を飲み込む際にどのような問題があるかを評価する検査です。

当院では、東京から月2回、えん下専門歯科医の寺本浩平先生と佐藤光保先生を招き、次のような検査をしています。



えん下内視鏡検査 (VE)



飲み込みの状態を鼻から入れた細いカメラで確認する検査です。

食べ物のかみ具合や飲み込みの様子を直接観察できることや病室での検査(回診)が行えることが利点です。



主に入院を担当しています (第2週金曜日)

寺本 浩平 先生

えん下造影検査 (VF)



造影剤(バリウム)を混ぜた食事をとってもらい、レントゲンで確認する検査です。

食べ物を嚥んで飲み込むまでの一連の動きを観察することができます。



主に外来を担当しています (第4週水曜日)

佐藤 光保 先生



カンファレンスの様子

検査の結果を歯科医、看護師、薬剤師、言語聴覚士、管理栄養士などが、患者さんに最適な治療法について話し合います。

検査の結果から、誤えんをしないように、食べ物や飲み物の形や量、食べるときの姿勢を調整したり、飲み込みの力を維持するための訓練などを行っています。

当院では、高齢者の方が、安心して美味しく食事を楽しむように、誤えんが心配な方には「摂食えん下機能検査」をおすすめしています。

「摂食えん下機能検査」は**完全予約制**です。検査を希望される方は、外来看護師までご相談ください。

「えん下体操」

～いつまでも元気で口から食べ続けるために～

- 1 深呼吸する
吸って 吐いて
- 2 首を回す
クルクル
- 3 首を倒す
右 左
- 4 肩を上げ下げする
上げて 下げて
- 5 軽く背伸びする
両手を上げて

冬に注意したい 3つの感染症

冬季にはさまざまな感染症が流行します。新型コロナウイルスも完全には終息していません。基本的な対策を継続しましょう。

警報

インフルエンザ

インフルエンザウイルスは、低温で乾燥した空気を好むため、そんな冬場は長期間生きのび、感染力もあります。

飛沫感染・接触感染



発熱・関節痛
(嘔吐・下痢)



- ・予防接種を受ける
- ・マスクの着用
- ・家族がよく触れる場所の清掃と消毒
- ・50～60%の湿度の保持
- ・十分な休養と栄養バランスのとれた食事
- ・人ごみを避ける
- ・石けんによる手洗いと消毒
- ・こまめな換気

増加

咽頭結膜熱 (プール熱)

アデノウイルスが原因の感染症です。通常は6～8月が流行のピークですが、最近は冬にも小流行が見られます。

飛沫感染・接触感染

※プール(水)を介して、流行することもあるためプール熱とも呼ばれますが、インフルエンザや風邪と同様に飛沫感染と接触感染によって感染します。

咽頭炎・結膜炎



- ・流水や石けんでのこまめな手洗い
(アルコール消毒が効きにくいです)
- ・咳エチケットを心がけましょう
(咳やくしゃみの時に口と鼻を覆う)
- ・集団生活ではタオルの共用を避けましょう



確認

感染性胃腸炎 (ノロウイルスなど)

道内で発生が確認されています。汚染食品を食べたり、ウイルスを含む便や嘔吐物から手を介して感染します。

接触感染・経口感染



吐き気・嘔吐
腹痛・下痢



- ・ノロウイルスを完全に失活するには、次亜塩素酸ナトリウムでの消毒が有効です。



日頃からの一人ひとりの予防が大切です。もしもの体調不良時に備えて、解熱剤や食料などの必要なものも備蓄しておきましょう。症状があるときは無理をしないで静養しましょう。

熱やせきなどのつらい症状がある場合は、発熱外来を受診してください。

【発熱外来 (予約制)】 必ず電話予約 (☎0152-23-2102) をお願いします。
 診療時間 《一般》 平日 9:30～10:00 14:30～15:00
 《小児》 平日 9:30～10:00 14:00～14:30 (水曜日休診)



「えん下体操」は飲み込むために必要な筋肉を鍛えます。お食事の前にするのが効果的です。



2～3回繰り返し



左右・上下 2～3回繰り返し



入院準備と 入院中の負担を軽減

「入院セットサービス」を導入しました！

令和6年2月1日より、患者様の入院生活を快適にするために『入院セットサービス』を導入しました。入院セットサービスとは入院中に必要な病衣・タオル・日用品・紙おむつなどをセットにして、日額定額制レンタルで患者様に提供するサービスです。

入院セット（基本セット）

病衣



大判タオル・タオル



お風呂道具



ティッシュ類



食事道具



歯みがき道具



レジ袋



うがい受け



イヤホン

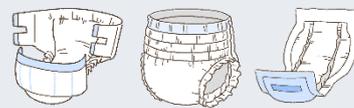


口腔ケアセット



入れ歯用の洗浄剤やケース、
口腔ケアのブラシやジェル、
食事前エプロンなどのセット

おむつセット



入院セットサービスを利用することで、患者様やご家族の入院の準備、入院中の洗濯や日用品の補充などの負担が大幅に軽減されます。入院時にお申込みいただけますので、お気軽にご相談ください。

当院へ入院の際は、入院セットサービスを利用して、快適な入院生活をお過ごしください。

透析室に非常電源を設置しました！

透析ベッド増床にともなう透析室改装事業の一環として、非常電源を設置いたしました。停電時に数秒で非常電源に切り替わり、透析治療に必要な発電量を十分に満たしています。また、燃料の備蓄も48時間稼働できる量を貯蔵しており、停電時でも透析治療の継続が可能になりました。

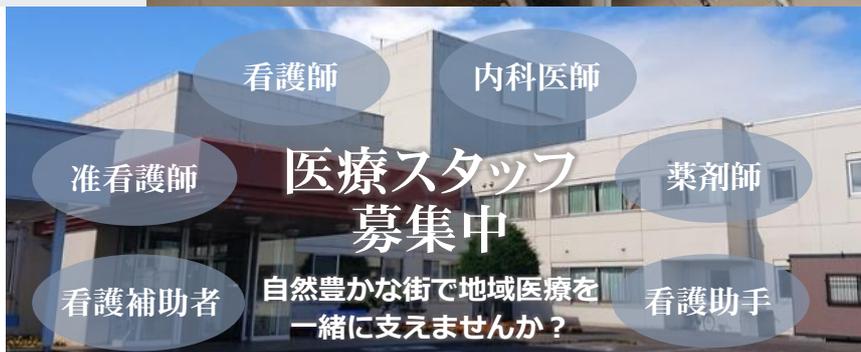
今後も、「災害に強い透析室」を目指し、設備や環境などの整備とともに医療従事者の災害対策スキルの向上に努めます。



採用情報

当院では、**内科医師**（常勤医）、**薬剤師**（正職員）、**看護師・准看護師**（正職員・臨時職員）、**看護補助者**（経験・資格不問）、**看護助手**（経験・資格不問）を募集中です。

* 詳細は当院ホームページをご覧ください



斜里町国民健康保険病院

☎0152-23-2102

〒099-4117 北海道斜里郡斜里町青葉町41番地

この広報誌は当院のホームページでもご覧いただけます

<http://www.shari-kokuho.jp/>

