

病院短信

理事長 田巻 国義

新年おめでとうございます。皆様、よい正月をお迎えでしょうか？

今年も川越セントノア病院が十七年目、春日部セントノア病院が十四年目を迎えます。私自身も外科医の後半にこの病院にかかわって十七・八年になります。

個人的には、昨年胃癌が見つかり、内視鏡で切除しました。私の現役の外科学医の頃なら胃の全摘手術が必要だったかもしれない。またまた主治医が私の長男の中学、高校の同級生だったことを知り、時の流れと医療の進歩を実感しました。

昨年末ノーベル生理学賞を受賞された本庶佑先生が、受賞講演で数年後には癌の治療が免疫療法に代わり十年後には癌が人の命をおびやかす病気でなくなる可能性があると話されました。私と同世代の臨床医はどう思われるでしょうか。

一方で当院に入院される精神科の疾患、特にアルツハイマー病などは、なかなか病気の本質に迫ることができず歯がゆい思いもあります。

それでも環境の整備、本人へのかかわり方、例えば食事介助、入浴介助や音楽療法などで生活の質を高めることができます。結果として穏やかな日常と笑顔を得られますから、家族の方にも喜んでいただけるので当院の役割も大きいと思います。

昨年十一月に入院された八十八歳のおばあちゃんは繰り返し脳梗塞のため入院前の三ヶ月、一言もしゃべらず、食事もとれませんでした。

リハビリセンターに相談しましたが脳梗塞発症六ヶ月を経過するとリハビリの効果が期待できないと受け入れてくれませんでした。入院後、一日、二日、三日と懸命の声掛け、食事介助を繰り返して一ヶ月後には自分でスプーンをもって、こぼしながらも食べるようになりました。

言葉も、娘さんの名前、「ちえ子」「ひで子」とか「いたい」「かゆい」などぼつりぼつりと戻っています。

この間のスタッフの努力には本当に頭が下がります。日本は世界一の長寿国ですから、こうした患者さんは増え続けていくでしょう。高齢になって心や体がおとろえていくのは、誰でも通る道です。

入院患者さんの多くは、現役の頃、素晴らしい活躍をされ家族にも尊敬されています。この時期に手厚い介護が必要ですが、どんな対応をしていくべきか、引き続き今後の課題です。行政の方々にもこうした現場を丁寧に見てほしいと感じています。

当院は入院に厳しい条件はありません。お気軽に相談してください。今年も猪年です。猪突猛進、前進する生物の象徴です。私達も明日に向かって少しでも前進できるようにスタッフとともに歩んでいきたいと思えます。最後に、皆様にとってもよいお年となるよう祈願して年頭の挨拶いたします。



看護のひろば



3病棟 看護師

増田 里登美

忘年会・クリスマス・新年会と外食の増える冬は、体型への影響が出やすい季節ですね。体重は毎日チェックしている方も多いと思いますが、皆さん血圧は毎日測っていますか？実は冬は寒い為に熱が外部へ逃げるのを防止しようとして、血管が収縮して細くなります。すると血管の断面積が小さくなり、血液を送る為に大きな力(血圧)が必要となり、高くなると言われてます。

高血圧は自覚症状がない事も多く、悪化すると脳卒中や狭心症の発作の要因にもなります。冬の高血圧に対して1番のポイント、体が感じる温度の差を小さくする事です。

〈対策〉・室内のみではなく、トイレや脱衣所も温める工夫をする。

- ・早朝は布団から飛び出さず、ゆっくり行動する。
- ・起床時には、部屋が暖まってから着替える。
- ・洗顔は、ぬるま湯を使用する。



私達も患者さんの血圧の変動をチェックすると共に、室温・衣服・かけ物の調整などにも気配りをし、患者さんの変化にすばやく対応出来るよう努めていきたいと思えます。

いきいき介護



3病棟 介護福祉士

伏見 麻衣

明けましておめでとうございます。

セントノア病院では、毎年新年を祝って獅子舞が各病棟を回ります。

患者さんは、獅子舞に頭を噛んでもらったり、一緒に写真を撮ったりお正月気分を味わって頂きます。

せっかくのお正月ですから、女性の患者さんは綺麗にお化粧して昔を思い出して頂きます。

まだ厳しい寒さは続きますが、暖かい春を待ちたいと思います。今年も一年、患者さんと楽しく過ごしたいと思えますのでよろしくお願いたします。



事務屋の独り言

常務理事 事務局長 瓦井 洋



『年の初めに』

新しい年の始まりです。本年も両病院の職員共々、元気に頑張ろうと思っております。どうぞよろしくお願い致します。さて新年早々から、あまり面白くない話題で恐縮なのですが、この国の借金がついに千兆円を超えてしまっています。世界に冠たる借金大国のこの日本。なぜそんなに借金がかりが増えていくのでしょうか。特に医療費は今年度予算で三十四兆円。少子高齢化の上で高額な医学機器の進歩、そして高度医療に役立つ、これまた高額な薬。医療費が毎年膨張していくのもある意味理解できなくもありません。

でももう一つ理解できないのが、医療費と同程度に増え続けているのが国債です。この国債の償還、つまり利息払いが三十三兆円。この利払い今のところ増えることはあっても減ることはないのです。

このままでは「持続可能な医療保険制度」の維持はとて無理。遅かれ早かれ財政破綻は目に見えています。政府は何も手を打たずに国債を発行し続ける政策が何年も続いているのです。

そうそう、今年度は十月に消費税が八パーセントから十パーセントに引き上げられますね。その増税分の一部を政府は医療費に充てるそうです。でも、この政策、ごく一時的な財源の確保にはなりますが、医療費の伸びを抑える効果には全くなりません。財政破綻のタイミングを遅らせるだけです。

持続可能な医療保険制度の維持には全く役に立たないです。凄まじい高齢化のなかでどんどん膨らむ医療費。毎年、自然に増える医療費がおよそ四千八百億円。厚労省もはや財源をどう賄うかよりも、この医療費をいかに効率的、かつ効果的に使うか、を考えた方がいいと思えますよ。もっと端的に言えば「財源がないのだからもっと節約しろ」ってことですよ。

例えば、かの米国では、医療費の二・三割が常に無駄になっている(患者の健康に役立つってない)という研究発表もされているそうです。日本もそろそろ、そんな研究も必要なのじゃありませんか。だってお役人風に考えれば、三十四兆円の医療費のパーセントでも無駄を減らせば、それだけで三千四百億円も節約できることになるのです。しかもこの節約は次の年もその次も続けることができるのですから…。

医者でもない私がこんなことを言うのもなんですが、以前この欄で日本でも盛んに使われている認知症薬のメモリーが、フランスではほとんど効果が無いという事で、保険薬から外されたことをお伝えしましたが、残念なことにはこの国の医療保険制度では、一度保険適用されたものは、後に効果がないと分かっても保健薬から外されることはまずないのだそうです。何故なのでしょうね。厚労省のメンツがつぶれるからですか？それとも…。

その間にも世間の病院やクリニックではいつも通り患者さんに処方されていますよ。一錠二百四十円もする高い薬なんですけどね。そうそう、薬ではないのですが、約千二百億円の税金が投入されたと言われる「メタボ検診」。もともとその成果については世間一般ではかなり懐疑的でしたが、本当に国民の健康増進に繋がっているのかという検証を、いまだ厚労省はやっていませんよね。北欧のデンマークあたりでは、すでに約六万人を対象とした実証研究を行い、その結果「死亡率を下げる効果は認められなかった」という研究発表さえ出していますからね。

いずれにしてもこの国が、少し皮肉を込めて、世界一豊かな国、世界一飽食の国、と言われるその根底には、千兆円を超えるという膨大な借金があることを私たちは忘れてはなりません。この借金は我々の子や孫、さらにその先の子供たちが引き継いで生きていくことになるからです。

西川潤子さん ピアノリサイタル



今回はクリスマス
メドレーを弾いて
いただき、シングル
ベルは患者さんみ
んなで合唱しまし
た。西川さん、素敵
な演奏ありがとう
ございました。



ご来光を浴びて

あけましておめでと
うございます。さら
さらは頑張つて今
年のほうふを考
えました。えへん！
『寝る 喰う 寝る たまに仕事！』
さらの場合は可愛
いのが仕事だから
最後のは特に必要
ないわね。今年も
よろしくねっ！

からコーナー



キャンドルサービス



サンタクロースからの贈り物

可愛く合唱



厳かに!!



栄養科だよ!

管理栄養士

角田 奈緒子

年も明け寒い日が続きますね。そんな寒い季節にぴったりの体を芯から温めてくれる食べ物や調理法をご紹介します。うまく普段の食事に取り入れて、寒さに負けないあたたかボディを目指しましょう。

【身体を温める食べ物】

冬が旬の野菜（人参・ごぼう・ブロッコリー・南瓜・ほうれん草など）寒い季節（場所）で取れる野菜は、寒い季節を乗り切るために体を温めると言われています。豊富に含まれるビタミンCやEが毛細血管の機能を維持し、血管を広げ血行を促進します。

【色が濃いもの】（黒豆・小豆・ココアなど）

黒に近い色をしているものは体を温めると言われています。黒豆、小豆には利尿作用があり、体の余分な水分を排出して体を温めてくれます。ココアには、テオブロミンという香り成分が含まれ、血行を促進します。

【薬味・香辛料】（生姜・ねぎ・にんにく・唐辛子など）

辛味成分であるショウガオール・アリシン・カプサイシンが新陳代謝を上げ、血行・発汗を促進します。

【身体を温める調理法】

加熱する（煮る・焼く・炒める・揚げる）
保温性を高くする（片栗粉などでとろみをつける）
薬味や香辛料を使用する。

※冷たい食べ物は体を冷やすため、温かい料理や飲み物を摂るようにしましょう。



★スタッフ紹介★



1病棟 介護福祉士
しぶや けいこ
澁谷 恵子

星座：うお座
血液型：AB型
趣味：御朱印集め・スイーツ巡り



入職して、1年2ヵ月が経ちました。今年も新たに気を引き締めて、頑張りたいと思います。私はスイーツを食べ歩くことが好きです。休日には色々な所を観光したりして、リフレッシュしています。



◇◇ 1月の予定 ◇◇

◇獅子舞

7日（月）14：00～各病棟ダイルームにて
新年恒例！セントノア獅子にガブガブと噛まれてみませんか？
軽快な舞をお楽しみに～☆



◇誕生日会&初詣

1病棟 11日（金）
2病棟 15日（火）
3病棟 10日（木）

