



新生だより



地域の皆さんに向けて新生病院グループの「いま」を発信しています。

2022年8月27日発行 発行人:特定医療法人新生病院 理事長 渋澤 一郎

摂食嚥下 “口から食べる喜び” をいつまでも

■「食べる」ということ

私たちの生活において、とても大きな意味を持つ「食べる(摂食)」、飲み込む(嚥下)」という動作。この日常的な活動がスムーズにできなくなる摂食嚥下障害

は高齢者であれば誰にでも起こり得るものです。機能低下の小さなサインを放っておくと誤嚥性肺炎などを引き起こす原因となります。

ささいな変化=サイン

- ・むせこみ
- ・食べこぼし
- ・硬いものが食べられなくなった
- ・食欲がない



医師による診察

- ・嚥下機能の評価
- ・改善方法を見つける

摂食嚥下機能の低下、口腔内の環境の悪化など食事が難しくなっている原因は様々です。原因を早期に見つけることで、その人に適した治療や支援を行うことができます。



■安全な食事のための多角的サポート

口から食べることが困難になった場合には鼻や胃を通して栄養を注入する経管栄養の方法が多く取られてきました。しかし、誤嚥の心配はなくなるもの、食べる楽しみが失われてしまうという懸念があります。「口から食べて、栄養を摂取すること」は、

大切なことです。摂食嚥下機能が低下し、食べることを後ろ向きに感じてしまっている方が、再び食事を楽しんでいただけるよう、多種による専門性を活かした支援を行っています。カンファレンスやリハビリテーション、患者さんとのコミュニケーションを通じて、幅広い角度から考察し、総合的なサポートを行っています。

- 口腔環境の評価
- 口腔ケアの指導

- 摂食嚥下機能の評価・改善

- リハビリトレーニング
- 食事姿勢介助方法などの評価・改善

- 食事の形態や栄養バランスなどの管理

- 医師
- 看護師
- 言語聴覚士
- 理学療法士
- 歯科衛生士

- 歯科医師
- 栄養士
- 作業療法士
- 介護職員

横になって食べる 完全側臥位法



当院では、従来の座って食べる方法だけでなく、横になって食べる『完全側臥位法』を取り入れています。摂食嚥下障害を専門的に診療している福村直毅医師(新生病院非常勤医師)が開発し、実践している寝転んだ状態で食事をとる方法です。摂食嚥下の様々な機能障害に適応でき、誤嚥のリスクが少ないといわれています。経口摂食が難しい重度の嚥下障害の方が、完全側臥位法の実践で、再び食事を楽しめるようになったという例があり、機能の回復へと繋がっています。

※完全側臥位法は、専門知識を持つ医師や看護師の指導のもと行われています。

ご自宅でのケアとサポート

病院の中だけでなく、退院後もご家庭で安心して食生活が送れるよう、医師、看護師、介護職員以外の職種でも、様々なアプローチにより在宅での多面的なサポートを行っています。生活に沿ったご提案で地域の皆さんの健康づくりに貢献できるよう努めています。

- ◆訪問歯科診療 歯科医師
- ◆口腔ケアなど 歯科衛生士
- ◆訪問栄養指導 管理栄養士
- ◆訪問リハビリ 言語聴覚士など

※詳細につきましてはご相談ください。

お問い合わせ

☎026-247-2106(地域連携室)

リニューアルのお知らせ

お風呂に入ってリハビリも◎/ 通所リハビリテーション

浴室を改装しました。



通所リハビリテーションのお風呂を改築し、8月1日より利用可能になりました。これまでご利用いただく中で、入浴の希望にお答えできないことがございましたが、浴室を改築したことで、より多くの利用者さんにご希望に沿った入浴を提供できるようになりました。

- ✓ 2つの浴槽でより多くの方がご利用可能に
- ✓ シャワーキャリーの導入で介護度の高い方もご利用可能に

対象となる方

- ・要介護1~5の方で通所リハビリ日利用をお考えの方
- ・ある程度の座位が可能な方

対象のエリア

- 小布施町、須坂市、高山村、中野市の一部、長野市の一部



ご利用希望の方はまず 担当ケアマネジャーさんにご相談ください。

ケアマネジャーの方を対象に随時、浴室の見学対応をしています。詳細はお問い合わせください。

☎026-214-6140(通所リハビリ 担当:中島)



背もたれ・ベルト付きのシャワーキャリー。椅子に座った状態で安全に入浴できます。



自覚症状が現れない段階での早期発見の手段に /

人間ドック健康診断

新規オプション検査はじめました



人間ドックでは任意に追加できる「オプション検査」を選び、基本検査ではカバーできない病気を調べることができます。

新しいオプション検査のご紹介

低線量 肺CT

- ▶ 長期間の喫煙歴がある50歳以上の方
- ▶ がん疾患歴のあるご家族がいらっしゃる方

被ばく量の少ないCTを導入しました。日本人1人が1年間に自然放射線を受けている量の半分以下の量とされています。

そもそもCTって？

人間ドックの基本検査のX線(レントゲン)と比較して、画像の解像度が高いCTでは、より小さな病変やX線写真では見えにくい病変を検出できるため、肺がんの発見率が高いとされています。



慢性心不全リスク検査 NT-proBNP(血液検査)

- ▶ 生活習慣病をお持ちの方 ▶ 喫煙される方
- ▶ 肥満傾向の方 ▶ 胸の痛みや息苦しさがある方

心不全の危険度を知る目安となります。

採血により「NT-proBNP」というホルモンの数値を測ります。心臓の機能が低下し、負担が大きくなるほど血液中に多く分泌されるものです。心臓疾患を検出する方法としては「心電図」が広く使われていますが、この検査では心電図に現れていない小さな変化を発見できることがあります。



オプション検査の選び方

※あくまで一例になります。当院で受診可能なオプション検査についての詳細はお気軽にお尋ねください。

年代・性別から選ぶ

女性20代～

- ▶ 女性系のがんは早い年齢でも発症するリスクがある
- ex) マンモグラフィー・子宮頸がん検査

男性40代～

- ▶ 前立腺がんにかかるリスクが上昇する
- ex) 腫瘍マーカーPSA

遺伝リスクから選ぶ

がん・脳卒中・心筋梗塞に罹患したご家族がいる方

- ▶ ご自身もリスクが高い
- ex) 脳MRI、肺CT、NT-proBNP

生活習慣から選ぶ

喫煙、肥満、多量飲酒している方

- ▶ がんや動脈硬化の疾患(心筋梗塞・脳梗塞)のリスク
- ex) ABI、頸動脈エコー、肺CT、NT-proBNP、腹部エコー



健康管理センター ヘルシーベル

☎ 026-247-6000(直通)

※受診費用の一部が助成金制度の対象になる場合があります。詳細につきましてはお気軽にお問い合わせください。

地域の健康を共に守る

連携医療機関のご紹介

小布施・福原 栗が丘クリニック



地域の皆さんが医療の選択肢を広げられるよう「漢方の考え方(東洋医学)」を取り入れた“こころとからだの総合的なケア”を基本としたクリニック。「どこに相談したらいいかわからない」身体や心の悩みをお持ちの方にとって、相談しやすい窓口のような存在です。



院長 荒井 恵子先生

皆さんにとってより身近な存在として、地域に密着した医療を提供したいという思いで小布施町を選び、2007年に開業いたしました。小さな町だからこそ医療や福祉の連携が広がり、皆さんの健康づくりに繋がると考えています。日々、様々なことが起きている現代。なんとなく調子がわるい“未病”の状態でも、必要なケアは何かを一緒に探し、皆さんが健康に過ごせるよう、日々努めています。

診療日 診療時間	木	金	土
8:30~12:00	○	○	○
15:00~17:30	○	○	休

休診日/月曜・火曜・水曜・土曜午後・日曜・祝日

診療科目/内科・神経内科・漢方内科・心療内科・美容皮膚科・アレルギー科・小児アレルギー科

〒381-0202

上高井郡小布施町福原字久保134-6

TEL.026-247-2252

健康知得

けんこうしつとく コラム

栄養士監修

残りの夏を快適に！ 残暑を乗りきる免疫レシピ

糖質をエネルギーに変えて疲れにくい身体をつくる

ビタミンB1



糖質の代謝がとどこおると…

体内に乳酸などの疲労物質がたまり、だるさ、倦怠感、集中力の低下など疲れやすくなったり筋肉痛を起こしやすくなります。

豚肉(特にヒレ、モモ肉)にはビタミンB1が豊富◎

ズッキーニと豚肉のみそマヨ焼き

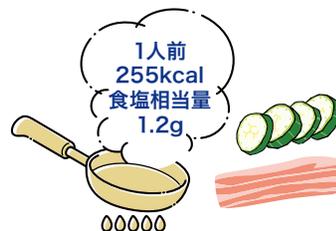
夏の食材ズッキーニは高血圧やむくみ対策になるカルウムが豊富◎



- ズッキーニ …………… 1/2本
- 塩 …………… 少量
- サラダ油 …………… 小さじ1/2
- 豚もも薄切り肉 …………… 80g
- 味噌、マヨネーズ、酒 …… 各小さじ1
- 七味とうがらし …………… お好みで

- ①ズッキーニは1cm厚さの輪切りにして耐熱容器に入れ、Aをからめ電子レンジで2分加熱する。
- ②フライパンに油小さじ1(分量外)を入れ中火で熱し、豚肉の両面をこんがり焼き、合わせたBをからめる。
- ③①に②をのせ七味とうがらしをトッピングして完成!

(栄養課)



1人前

255kcal

食塩相当量

1.2g

00000

— 特定医療法人 新生病院 —

— 基本理念 —

わたしたちはキリストの愛と精神にもとづき医療を通して全ての人々に仕えます。

1. キリストの教えと行いに学び、「全人医療」を実践します。
2. 全ての人々に、人や人種による差別なく、小布施という「地域」の中から「世界中」の人々に。
3. キリストの精神である「仕える」ことによって「新たな生」が始まります。

— 基本方針 —

1. 命の尊厳 私たちは命の尊厳を大切にした医療に取り組みます。
2. 連携 私たちは、小布施町を中心とした「地域」の中で、医療・福祉・保健・介護・行政を担う各機関との連携を通して、命の尊厳と質を患者さんとともに追求できる医療体制の構築に取り組みます。
3. 人材の育成 私たちは、業務の遂行を通して、社会に貢献することを喜びとする人材の育成に努めます。
4. 健全経営体質 私たちは、良質な医療を安定・継続して提供できるよう、健全な経営の構築に努めます。

— 特定非営利活動法人 パウル会 —

— 基本理念 —

「奉仕」「感謝」「信頼」

わたしたちは、ミスパウルを象徴とするカナダミッションの志に習い、奉仕の精神をもって地域福祉に貢献します。

わたしたちは、命の大切さを尊び、愛情と感謝の心を持ち続けます。

わたしたちは、自らの仕事に誇りを持ち、全ての人に誠実で丁寧に向き合い、信頼関係を深めます。