



サンタ通信



住所

社会医療法人 孝仁会 留萌セントラルクリニック
〒077-0007 北海道留萌市栄町1丁目5番12号
☎ 0164-43-9500
fax 0164-43-5655
ホームページ <http://www.rumoicentral.xsrv.jp>



～病気に関するよもや話～

皆さんこんにちは、今回のサンタ通信の特集は脳卒中です。平成23年度の日本に置ける死因順位は、第一位 癌、第二位 心疾患、第三位 肺炎、第四位 脳血管疾患でした。脳血管疾患は昭和26年から昭和56年まで死因の第一位でしたが、塩分摂取の制限や高血圧に対する啓発活動で国民病の汚名を返上できる様になりました。ユースフルライフという言葉があります。生き甲斐のある人生とでもいいましょうか。余生を自分らしく過ごしたいという人もいます。医学が発展し、平均余命が長くなった結果、わずかながら病院で病気と立ち向かいながら生きている人、寝たきりになっている方がいるのも現実です。脳卒中の死亡者数が減少していても、身体的、知的なハンディキャップを持って生活している人たちは沢山おられると思います。



病院長
鈴木 進

先日、脳梗塞にかかれた方の生の声を聞くことができました。病院では沢山の患者様に接していますが、病院以外でその人の生活基盤の中でのお話でした。著名人の体験談でもなく、講演を職業にしている方でもない脳梗塞に罹患した方の切実なお話でした。今さっきまで、いつもとかわらない生活が、あっという間に手足が動かなくなり、手足がしびれてきたということでした。文章表現が不得手で身に迫る発言を、書き表すことができませんが、癌の末期患者 200 人に面接した体験から、死を前にした患者がたどる五段階のプロセスのモデルをあげている、エリザベス・キューブラー＝ロスを思い出しました。

1) 否認

告知された患者は、まず自分が死ぬという事実を否定します。無理もないことですが、自分が死ぬ(病気)ということを受け入れられないのです。そして、医師の診断は誤診に違いないなどと思い込もうとします。

2) 怒り

自分が死ぬ(病気)という事実が否定できないことがわかると、「なぜ、今、私が死ななければならないのか」という問いかけが、怒りとともに発せられます。この怒りは看護にあたる家族や医療関係者に向けられることが多いのですが、患者は決してそれらの人々に個人的な恨みを抱いているわけではありません。

3) 取り引き

怒りが収まると、患者はせめてもう少し生き続けたいという願いから、医師、運命、神などに対して、死を少しでも先へ延ばしてくれるように交渉を試みます。いわば取り引きです。この段階は短いながら、患者が周囲に対して最も開放的・協調的になる時期です。

4) 抑うつ

いよいよ近いうちに、すべてを失わなければならないという自覚が深い鬱状態を引き起こします。

5) 受容

やがて、患者は死(病気)が避けられないという事実を素直に受け入れようとする態度に至ります。癌と脳卒中では異なりますが、脳卒中の場合はこのプロセスが短時間で襲いかかって来ます。先日の脳梗塞体験の話はそう私を思わせました。

脳卒中患者のプロセスでは、第六段階目を付け加えたアルフォンス・デーケン神父が合致すると思います。ご紹介します。

6) 期待と希望

私自身の経験によれば、特に意志後の生命を信じる患者の場合は、更に進んで、永遠性への「期待と希望」という第六の段階に達することが多いのです。脳卒中の場合は、歩くことができた、食べることができた、外出もできたなどできなかったことが少しずつ可能になり、リハビリテーションや再生治療などへの期待も膨らむでしょう。

死なない病気になってきた脳卒中は、現代人にとってはおかえって大変な病気になる予感がします。

～手術の流れ～

今回、普段皆さんが見ることができない手術室の様子を写真におさめました。

手術室がどのようになっているか、どのように手術が行われているのか、その様子を少しだけ紹介します。



準備

手術で使う物品の準備をしている様子です。手術で使用するメスなどの物品は「器械」と呼ばれ、手術中に先生に器械を手渡しする人を「器械出し」と呼びます。手術中はもちろん、器械を準備する際は清潔でなければならないので、無菌のガウンと手袋、マスクや帽子を被り作業します。

手洗い

手術を行う先生と器械出しの看護師は、必ずガウンを着る前に手洗いを行います。入念な手洗いの後、ガウンを着て手袋を履きます。清潔な仕事着に包まれた先生は手術室へと向かいます。



手術

実際に手術をしている様子を写したものです。様々な医療機器や器械を駆使して手術を行います。先生は器械出しの看護師、その他のスタッフの息を合わせて手術をします。

この写真は頭の手術の様子ですが、その他にも首や腰の血管内の手術も行っています。

脳卒中 ～放射線科領域の検査～

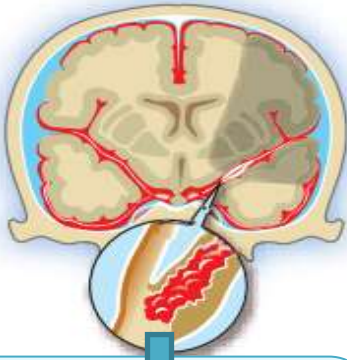


【脳卒中ってなに??】

脳を流れる血管に病気による変化が起り、脳が機能的、器質的に障害が起る事を言います。

その中で、意識障害が急激に発症するものを脳卒中と呼んでいます。脳卒中には、1.脳出血 2.脳梗塞 3.クモ膜下出血などがあります。

脳梗塞



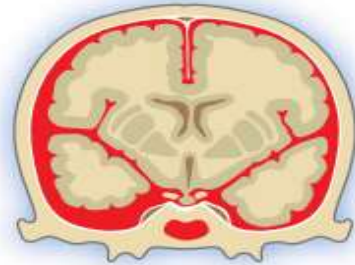
脈硬化などで、脳の血管が硬くなったり細くなったりして、血の固まり(血栓)が脳の血管につまって起ったもの

脳出血



主に高血圧や動脈硬化で、脳の血管が切れて出血したもの

くも膜下出血



若い方にも起るもので、脳の動脈瘤破裂が原因となり脳の外側にある「クモ膜」に出血したもの



記 放射線技師 蛭名 亨

留萌セントラルクリニックでは、患者様の症状や体調に合わせて鈴木院長が適切な検査を行います。放射線技師はそれに忠実かつ時には臨機応変な対応をし患者様に負担の少ない検査を日々目指しています!!!

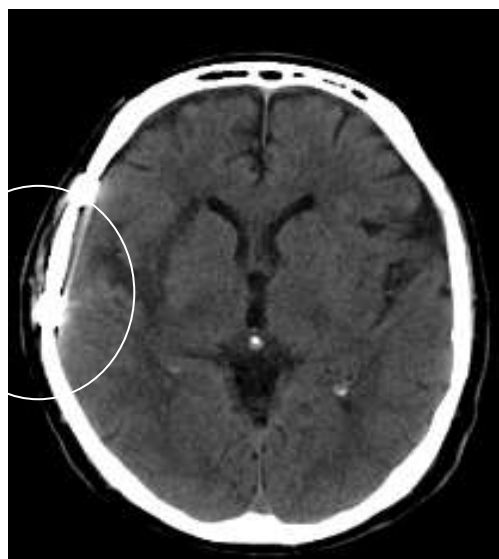
脳卒中には各々適切な検査があり、治療も様々です。

発見から治療まで早い方が、予後が良いとされているので、御自分の体調に変化を感じられた場合やご家族の様子がおかしいと感じられたときは素早く病院に行きましょう!!!

○症例の紹介と治療前後の画像 《脳出血～右の脳実質に出血が起った症例》



治療前の頭部 CT 画像



治療後の頭部 CT 画像

《脳梗塞～左の中大脳動脈がつまった症例》



治療前の頭部 MRA 画像



治療後の頭部 MRA 画像

クモ膜下出血～左内頸動脈瘤が破裂し、クモ膜に出血した症例

動脈瘤のある場所: ←

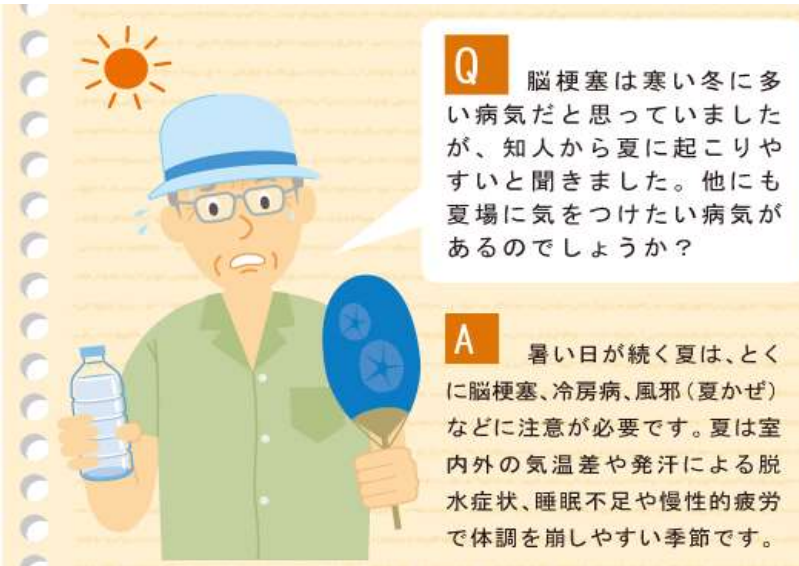


治療前の頭部 CTA 画像

クリップ: ←



治療後の頭部 CTA



Q 脳梗塞は寒い冬に多い病気だと思っていましたが、知人から夏に起こりやすいと聞きました。他にも夏場に気をつけたい病気があるのでしょうか？

A 暑い日が続く夏は、とくに脳梗塞、冷房病、風邪（夏かぜ）などに注意が必要です。夏は室内外の気温差や発汗による脱水症状、睡眠不足や慢性的疲労で体調を崩しやすい季節です。

脳梗塞は夏に多い

脳卒中や脳梗塞と聞くと、寒い冬の病気だと思える人が多いと思いますが、脳梗塞は夏にもっとも多く発症することが明らかになっています。

夏は温度が上昇する為、体内の熱を放散しようと血管が拡張し、血圧が低下します。そして汗をかくことで水分が不足して血液が濃くなり、脳血管が詰まりやすくなります。つまり、夏の脳梗塞は、体内の脱水症状が引き金になることが非常に多いのです。

夏を快適に過ごす生活習慣とは

夏は汗をかかなくても、少しずつ体から水分が奪われています。中高年の方は水分が不足しても、喉の渴きに鈍くなったり我慢してしまうことがあります。

一日の水分摂取量は、食事と水分補給の合計で2Lが目安です。

賢い水分補給のコツは、こまめに水分を摂ることです。また、夏は食欲がないからと食事を抜いたり、サッパリした食べ物に片寄りがちです。栄養バランスを意識して、肉や魚の蛋白質、野菜や果物も食べましょう。暑いからといって一日中冷房の効いた部屋の中にいるのはよくありません。体の冷やし過ぎは冷房病のもとです。

その他夏に注意したい病気

熱中症

長時間高温の中にいると、体温調節の仕組みが働かなくなることがあります。

熱中症とは高温が原因で発症する障害の総称で熱虚脱、熱失神（日射病）、熱痙攣、熱疲労、熱射病に分けられます。



記 看護師 石井 祐輔

食事で水分補給しましょう

1日の水分補給の目安は2リットルですが、飲み物だけに頼ると夏バテにつながります。

食に含まれる水分量

ご飯1膳 (150g) 約90cc



茹でそうめん1把 (170g) 約120cc



豆腐1/3丁 (100g) 約90cc



トマト小1個 (100g) 約95cc



ブロッコリー5房 (100g) 約90cc



バナナ1本 (100g) 約75cc



桃1個 (150g) 約80cc



小まめな水分補給と、適度な休息を取り、夏を乗り切りましょう！

留萌セントラルクリニック杯争奪 少年野球大会



優勝チーム 富良野ピアシリ西チーム



審判団 留萌軟式野球連盟

私は第1回から野球大会及びボランティアとして参加させて頂いております。

末娘が小学校の時、3年～6年生まで萌友野球スポーツ少年団で野球をしていたこともあり、子供達の頑張りを応援したいと思い、お手伝いしています。

今年は大雪のため開催も危ぶまれましたが、留萌軟式野球連盟・ボランティアの方々等、沢山の皆様の御支援があり開催することが出来、大会当日も雨で1日順延となりましたが、無事に怪我する子供もいなく終えることが出来ました。

子供達の白球を追う姿にとっても感動し、今後もこの大会を沢山の御支援で続けていけたらいいと思います。今までたずさわっていなかった方も一度子供達の‘がんばり’を一緒に見ませんか？



外来：國京郁子



第1回留萌セントラルクリニック

くるもい夕陽フォトコンテスト

題材：留萌市内の夕陽をテーマにした作品

期間：10月1日～10月20日

方法：自作応募票に、題名・撮影場所・撮影年月日・名前・性別・年齢・郵便番号・住所・電話番号順で記入

発表：11月中旬(本人通知)



応募先：北海道留萌市栄町1丁目5番12号「留萌セントラルクリニックフォトコンテスト事務局」係

第9回 留萌地方連携バス同会議開催

初の試みで脳梗塞を発症した左麻痺後遺症を持った患者様夫婦と各職種スタッフのディスカッションを行いました。

患者様が発病してから現在に至る貴重な思いをお聴きし、各職種の立場で『自分達がすべきことは何か』を改めて考える機会となりました。看護師として不安を抱かえながら病気を受容し、闘病される患者様それぞれの思いに耳を傾けられる関わりを大切に、他の医療スタッフと橋渡しを行うことが自分の担うべきことと今回のディスカッションを通じ強く感じました。(看護師：齊藤 千夏)



6月26日(水)
留萌合同庁舎にて



5月25日(土) 曇り ☁
セントラルクリニック周辺の花壇とプランターの
花植えを行いました。きれいに咲きますように(^_^)

ボランティア
活動



7月6日(土) 晴れ ☀
町内のゴミ拾いとセントラルクリニック周辺の
草刈りを行いました。汗だくです(^_^)

ノエル便り

平成
25年
8月
発行

認知症関連の記事

度々、グループホームでの火災がニュースで流れています。札幌のグループホームの火災で7名の入居者様が亡くなってしまったニュースは記憶に新しいと思います。火災の原因は石油ストーブに布類が接触したのが原因の様ですが、夜間の時間帯で、夜勤者が1人だった事に加え、火災が起こってしまった時の迅速な対応が出来なかった事等、原因はさまざまです。ノエルではこうした火災を防ぐ事はもちろん、スプリンクラーの設置や、万が一起こってしまった時の対処や防災訓練等の実施により防災意識を職員ひとりひとりがしっかり持ち、入居者様の身の回りを燃えにくい環境にしていけることで、安全に努めて参ります。



取り組んでいる活動

今年よりセントラル裏にて、畑を作りました。野菜、果物等植えております。毎日入居者様が、観察しにいたり成長を楽しみにされています。

元気に育つんだぞ！



ノエル行事、作成品紹介

大正琴～慰問の方来られ、大正琴を演奏して下さる。



生寿司実演（三福寿司協力）



平成25年度年間行事紹介

4月	書道教室 三福寿司食 事会	8月	誕生日会 バーベ キュー	12月	誕生日会
5月	誕生日会 母の日 お花見 慰問大正琴	9月	敬老会	H25年1 月	調理教室 誕生日会
6月	父の日	10月	調理教室 誕生日会	2月	節分 運動会
7月	留萌祭り 誕生日会 収穫祭	11月	学芸会 誕生日会	3月	ひな祭り

編集後記

『ノエル便り』は第3号の発刊ですが、今回よりセントラル広報誌の1ページをお借りして、地域の皆様に、ノエルの様子等を発信していきたいと思っております。まだまだ不慣れな点が多いですが、職員一同頑張って作成しますので宜しくお願いいたします。

ご案内



医師名	診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
院長 鈴木 進	脳神経外科	午前① 8:00~11:30	○	○	○	○	○	△
		午後① 16:00~18:00	○	×	×	×	○	×
鹿島 由史	循環器科	午前② 8:00~13:00	×	×	×	○	×	×

* 土曜日の脳外科は出張医となる場合があります。

* 受付時間以外の緊急受診の際は事前にご連絡下さい。

○診療時間 午前① 8:30~ 午前② 10:00~
午後① 16:30~

○休診日 日曜・祝日・年末年始(12月30日~1月3日)

* 脳神経外科の診察は緊急手術等にて休診になる場合があります。



士会医療法人 孝仁会 留萌セントラルクリニック

〒077-0007 北海道留萌市栄町1丁目5番12号

☎ 0164-43-9500 fax 0164-43-5655

ホームページ <http://www.rumoicentral.xsrv.jp>



JR 留萌駅から 徒歩5分

中央バスターミナルから 徒歩2分

● 通所リハビリステーション

☎ 0164-43-9555

fax 0164-43-4777

● 訪問看護ステーション サンタ

☎ 0164-43-9111

fax 0164-43-4888

● 居宅介護支援事業所 サンタ

☎ 0164-43-9777

fax 0164-43-4777

● グループホーム ノエル

☎ 0164-43-9577

fax 0164-43-9588

募集



* 医師 * 看護師・准看護師 * 理学療法士 * 作業療法士
* 言語聴覚士 * 放射線技師 * 臨床検査技師 * 臨床工学技士
* 社会福祉士・介護支援専門員・介護福祉士・保育士・ヘルパー

* 印 奨学金制度あり

託児所完備

● 詳細は事務 村井まで

編集後記

毎回、作成地獄ですが完成すると安堵します。是非、手に取ってみて下さい。

挨拶・ボランティア委員会 広報担当部



❁ 次号 平成26年 1月発行予定