



院 是

すべては患者さんのために

家庭の医学

ピロリ菌と胃の病気との関係

小春日和

南東北春日リハビリテーション病院
介護老人保健施設 南東北春日リハビリテーション・ケアセンター

こはるびより

発行
2015年5月

第126号

感染経路と感染率

ピロリ菌は食べ物や飲み物から感染しやすいため、上下水道の普及率の低い、衛生状態の悪いところでは菌が繁殖しやすく、感染するひとも多いとされています。同じ国の人でも経済状

ピロリ菌とは

ピロリ菌は胃の中に好んで住み着き、胃の壁を傷つける細菌です。世界中でこの菌の保持者が発見されており、特に発展途上国では感染率が高く、先進国では感染率が低い傾向にあります。

ピロリ菌と胃の病気との関係

ピロリ菌の感染が胃潰瘍、十二指腸潰瘍、胃炎の原因になる事は確実で、胃癌の発症にも深くかかわっていることがわかりました。実に胃潰瘍患者の約80%以上

が感染者であるとの報告もされています。特に慢性胃炎のため、胃痛、胃もたれ、不快感などの症状が続く人、胃潰瘍や十二指腸潰瘍と診断された方は、治療や再発予防するために「ピロリ菌の除菌が望ましい」とされています。つまり、ピロリ菌に感染すると必ず胃腸の病気を発症する訳ではありませんが、胃腸の病気を発症している人がピロリ菌に感染している確率が高いです。

検査はどのように行うのか？

検査方法には、ピロリ菌が尿素をアンモニアに変える時に二酸化炭素が発生する性質を利用して、尿素の入ったカプセルを服用する前と、服用後10～20分に、吐く息を採取してそこに含まれる二酸化炭素の量を調べる「呼吸検査」、血液を採取して、そこにピロリ菌に對抗する抗体が含まれているかどうかを調べる「血液検査」、内視鏡で潰瘍を調べるとともに、胃粘膜も採取してピロリ菌を培養して調べる「内視鏡検査」の3つがあります。それぞれ一長一短ありますが、胃の粘膜の状況を医師が直接観察できる「内視鏡検

査」が一番信頼性が高くなっています。内視鏡検査の中でも、胃から採取した組織の中にいる細菌を培養する「培養法」はピロリ菌の存在を直接確認できる唯一の方法で、ピロリ菌診断の標準法となっています。菌を直接培養するので、どの抗生物質が効くかという薬剤感受性検査もこの検査を通じて行えるのもメリットです。



参考文献：1分で分かるピロリ菌・胃癌、胃潰瘍の危険因子を教えます

今月の目次

- ① ページ 家庭の医学
- ② ページ イベントニュース
- ③ ページ 通所リハビリテーションのご紹介
- ④ ページ メディカルフィットネスさくらのご案内
外来診察担当医表

～新入職員～

今年度より一緒に働く事になりました、新人16名をご紹介します。

名前	青木 由紀	佐藤 崇史	佐藤 陽子	菅井 拓哉	鈴木 悦子	関根 沙織
職種	理学療法士	理学療法士	管理栄養士	理学療法士	介護支援専門員	准看護師
出身地	東京都	須賀川市	白河市	須賀川市	石川町	須賀川市
趣味	手芸 サイクリング	運動・筋トレ	映画鑑賞	DVD鑑賞	子供と遊ぶこと	韓国ドラマ鑑賞 ドライブ 映画鑑賞
特技	ミシン縫い	サッカー	幼児食（子供が喜ぶ料理）	サッカー	生け花	バレーボール 水泳
抱負・意気込み	日々前進を心掛けて頑張ります。	笑顔で頑張ります。	仕事を早く覚えて、利用者の方々にしっかり対応できるよう頑張ります。	1日1日を大事にして、日々精進していきたいです。	今年1月から居宅で働かせていただいております。1日も早く利用者さんのお役に立てるよう誠心誠意努力したいと思っております。どうぞご指導の程よろしくお願い致します。	急性期から回復期になり、とまどいや不安もありますが、リハビリテーション看護や脳疾患について勉強しながら一生懸命頑張りたいと思います。

名前	中澤 浩子	橋本 静佳	橋本真由美	服部 紗生	松本美也子	水口 悟
職種	介護福祉士	作業療法士	介護福祉士	介護福祉士	介護福祉士	作業療法士
出身地	須賀川市	郡山市	鏡石町	須賀川市	鏡石町	宮城県仙台市
趣味	旅行 ショッピング	音楽鑑賞	縫い物・水泳 旅行	500円玉貯金 買い物	カフェ巡り	体を動かすこと
特技	テニス・書道	パソコンのタイピング	縫い物	強いて言うならブラインドタッチ	物を作ること	ボウリング
抱負・意気込み	患者さん・利用者さん1人1人と大切にに関わり、明るい笑顔で頑張ります。常に向上心を持ち成長していきたいです。	笑顔で一生懸命頑張ります。	利用者さんの目線に立ち、心のケアもできる職員になれるよう笑顔を絶やさず頑張っていきます。	まだまだ分からないことばかりですが、明るく元気に一生懸命頑張ります。	患者さんに1日でも早く元気になっていただけるよう、笑顔で元気に携わってまいります。	元気に頑張ります。

名前	楊 箸 光	吉田 光江	若松 祐樹	渡辺 幸恵
職種	理学療法士	看護師	介護福祉士	理学療法士
出身地	長野県松本市	南相馬市	須賀川市	栃木県那須塩原市
趣味	サッカー観戦	ドライブ 音楽鑑賞 DVD鑑賞	カラオケ ライブハウスに行くこと 古着屋巡り	読書
特技	野球	昔はスポーツ好きでしたが今は特になし	よさこい	体が柔らかい
抱負・意気込み	何事にも全力で取り組めるように頑張ります。	少しでも自分のスキルアップにつなげるように頑張っています。よろしくお願いいたします。	患者さんに元気を与えていけるよう頑張ります！	患者さんやご家族の方に信頼されるよう、スタッフの一員として努力していきます。



通所リハビリテーションのご紹介

平成 27 年 4 月 1 日より介護報酬改定に伴い、通所リハビリテーションの基本料金が変更になります。次の内容に該当する場合には各料金が表にある料金に加算されます。

- ・ サービス提供体制強化加算（Ⅰ） 80 円 / 日
介護職員の総数のうち介護福祉士の占める割合が 50% 以上の場合
- ・ リハビリテーションマネジメント加算（Ⅰ） 230 円 / 月
1 月に通所リハビリテーションを 4 回以上利用された場合
- ・ 口腔機能向上加算 150 円 / 日（月に 2 回まで）
口腔機能向上を目的として個別的に実施・指導する場合
- ・ 中重度者ケア体制加算 20 円 / 日
施設基準において中・重度者の受け入れ体制を整えている
- ・ 入浴介助加算 50 円 / 日
入浴中、利用者の見守りまたは介助を行う場合

他にも短期集中個別リハビリテーション実施加算等があります。
ご利用の方の要望に合わせて対応させていただきます。



区分	利用料金
要支援1	1,812円
要支援2	3,715円
要介護1	697円
要介護2	839円
要介護3	982円
要介護4	1,124円
要介護5	1,266円

※要支援の方は 1 月分、要介護の方は 1 日分の料金です。

リハビリコーナー

ワンポイントリハ「腰痛について」

中・高齢者の多くが悩まされている腰痛。その原因は普段の姿勢によるものが大半を占めています。姿勢が崩れる事により腰の負担が増えてしまい、腰痛に発展してしまう可能性があります。

その姿勢が崩れてしまう理由は、人間の腹部の奥にある、インナーマッスルと言われる身体のバランスを整える筋肉が弱くなっている事からきている可能性が高いです。そのインナーマッスルの機能が低下していると、座っている姿勢もお腹が潰れて猫背のような恰好となり、普段から腰に大きな負担をかけてしまいます。

それを防ぐためには、インナーマッスルの機能が低下しないようにする必要があります。今回はそのインナーマッスルを活動させる体操を紹介したいと思います。

- ①床で足を伸ばして座った状態から、両手を床についてゆっくり仰向けになる（5 秒程度かけて）
- ②仰向けになった状態から、膝を曲げずに両足をゆっくり上げ下げする。
- ③仰向けで膝を 90° に曲げた状態から、お腹を凹ませ 10 秒声を出して数える。

これらの運動で注意する事は『息を止めない』事です。呼吸を止めて力んで行くと、インナーマッスルでなく他の外側にある筋肉が働いてしまいます。その為運動をする時は息を止めず、準備段階で息を大きく吸って、動作中は息を吐きながら行くと効果的です。自分の普段の姿勢が気になる、最近腰が・・・という方は実践してみましょう。





メディカルフィットネス さくら

通信

さくら満開の中ウォーキングイベント参加しました

4月18日、須賀川アリーナで「ウォーク in すかがわ」というウォーキングイベントが開催されました。私たちメディカルフィットネスさくらも、参加希望の利用者さんを募集し参加しました。当日は天候にも恵まれ、桜は満開、空は快晴、気温も暖かく、まさにウォーキング日和でした。6キロコースと9キロコースに分かれ、それぞれのペースでウォーキングを楽しみました。開会式ではウォーキングの講座があり、皆様正しいウォーキングを意識して歩いていらっしゃいました。利用者さんと須賀川の名所をまわりつつ、その名所の解説もして頂き、とても充実した時間を過ごすことができました。フィットネス参加者全員が時間内に完走し、「フィットネスに通っているから、全然辛くなかったのよ。」「午後からまたフィットネスに行くのよ。」と皆様とてもいきいきしていて元気をもらいました。これからも利用者さんに楽しんでもらえるようなイベントを企画していきたいと思います。



メディカルフィットネス さくら 会員募集中!! ☎ 0248-63-7252

■外来診察担当医表 整形外科の診療日は毎月第2・第4月曜日です。(祝日除く) ※日本大学工学部と総合南東北病院の共同研究の一環として診療を行っています。

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内 科	午前8:30~12:00	大越 透	大越 透	大越 透	大越 透	佐藤 哲夫	大越 透
消化器科/循環器科/呼吸器科	午後1:30~ 4:30	大越 透	大越 透	大越 透	樋口 健弥	大越 透	
脳神経外科	午前8:30~12:00	後藤 恒夫		後藤 恒夫	専門外来/ 脳健康外来※	専門外来/ 脳健康外来※	
	午後2:00~ 4:30						小鹿山 博之
形成外科・皮膚科・美容外科	午後1:30~ 4:00			北原 正樹			
眼 科	午後1:30~ 4:00	小林 奈美江					
整形外科	午前9:30~12:30	小林 利男					

健 診

- 一般健診 ●人間ドック ●胃がん検診 ●内視鏡検査
- 協会けんぽ健診(旧政府管掌)〈生活習慣病・予防健診〉

禁煙治療を
行っています



皮膚科の診療を
行っています



■発行/医療法人社団 三成会

南東北春日リハビリテーション病院 TEL.0248-63-7299
介護老人保健施設 南東北春日リハビリテーション・ケアセンター TEL.0248-63-7279
南東北春日居宅介護支援事業所 TEL.0248-63-7297
南東北春日訪問看護ステーション TEL.0248-63-7278
通所介護事業所 南東北春日リハティ石川 TEL.0247-56-3711



所在地：福島県須賀川市南上町123-1

<http://www.kasuga-rehabili.com>

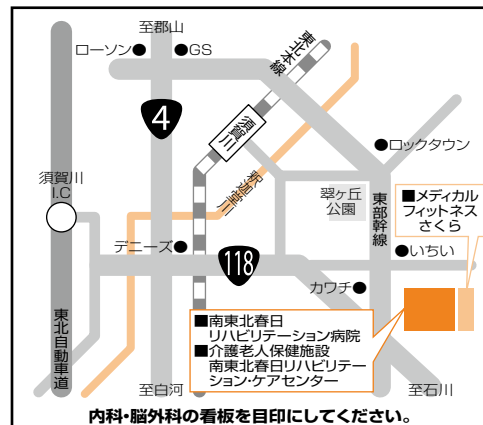
■印刷/石井電算印刷株式会社

南東北 春日

検索



個人情報保護法施行により、紙面に掲載されている写真は、本人の承諾を得て掲載しております。



「小春日和」は、環境に配慮した
資材と工場で製造されています。



「小春日和」は、責任ある森林管理により
生まれたFSC®認証紙を使用しています。



「小春日和」は、環境にやさしい
ベジタブルインキを使用しています。