



院 是

すべては患者さんのために

# 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  
2016年7月

## 第140号

### 家庭の医学

脳梗塞について考えよう！

脳梗塞とは何らかの原因で血流が低下、脳の血管が詰まり、栄養不足に陥った結果、脳の細胞が壊されてしまった状態をさし、以下の3つに分類することが出来ます。

#### 脳梗塞の種類は？

##### (1)アテローム血栓性脳梗塞

脳の比較的太い血管が、加齢、高血圧、糖尿病、喫煙などの影響で動脈が硬くなり、その部位の血管が詰まる、もしくは血の塊がはがれ脳の血管の一部が詰まってしまった状態です。

##### (2)心原性脳塞栓症

心臓の病気のために、心臓の中に血栓ができて、それが脳に運ばれ詰まってしまいう状態です。

##### (3)ラクナ梗塞

主に加齢や高血圧などが原因で、脳にある細い血管が詰まり、小さな梗塞が出来た状態です。

#### 症状や治療方法は？

症状としては一般的に脳と反対側の手足の麻痺、痺れなどの障害、目の見えにくさなど目の障害、認知症などの症状が現れますが、詰まった部位や大きさにより、さまざまです。

治療としては入院管理が基本です。入院した早い時期には

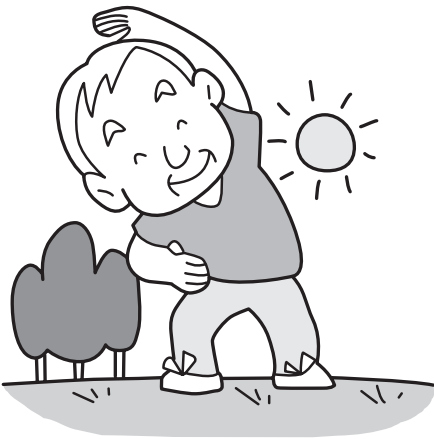
脳血栓、脳塞栓に対しては血栓を溶かす治療を行います。また入院中には必要に応じて、運動や言葉のリハビリテーションが行われます。脳梗塞の原因は高血圧、糖尿病、喫煙などいわゆる生活習慣に関係しているものです。

若年だからといって暴飲暴食、乱れた生活習慣を繰り返していると安心はできません。従ってもっとも大事なことは、脳梗塞にならないよう予防していくことです。

具体的な予防法としては運動習慣の獲得や規則正しい生活習慣を心がけること、治療すべき生活習慣病を早めに治すよう努めることが必要になってきます。

自身では気づかないだけでリスクというものが潜んでいるかもしれません。この機会に、お体の検査やご自身の生活習慣を見直してみてはいかがでしょうか？

引用文献 ケアマネ合格テキスト15 P 263



#### 眼科外来より

#### 診療日変更のお知らせ

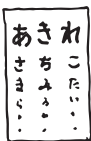
8月より眼科の診療日が毎週金曜日に変更となります。時間はこれまで通り13時30分から16時(受付15時30分まで)となります。

ご迷惑をおかけしますがよろしくお願い致します。

・7月まで 毎週月曜日・午後  
・8月から 毎週金曜日・午後  
※なお、8月12日(金)は休診となります。

#### お問い合わせ

南東北春日リハビリテーション病院  
0248-6317299



#### 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  
相談室より
- ③ ページ リハビリコーナー  
メディアフィットネスセンター通信
- ④ ページ 外来診察担当医表

EVENT

## イベントニュース

和  
田  
幼  
稚  
園  
慰  
問

6月17日(金)、和田幼稚園のみなさんが遊びに来てくれました。明るく元気いっぱい園児の登場により会場が一気に盛り上がりました。ダンスや歌を披露してくれて、みんなで手拍子で応援しました。

それぞれの利用者さんの前に園児が並び、曲に合わせて一緒ににらめっこが始まると、子ども達の変顔に利用者さんも口ふくらまして変顔をしていました。子ども達の変顔を可愛らしさにすぐに笑って「あゝ負けちゃった。」と楽しそうに話をしていました。

最後に参加した利用者さん全員に園児手作りのお守りをいただき、お守りの裏には元気でいてくださいなどのメッセージが添えられていました。みなさんの目には感動の涙がこみ上げて

いました。園児のパワー溢れる姿に利用者さんも元気をもらったようでした。楽しいひと時となりました。

健康教室の  
お知らせ

● テーマ ●  
乾燥肌の予防

● 日時 ●  
9月8日(木)  
15:00~16:00

● 講師 ●  
総合南東北病院  
総合診療科  
樋口健弥

● 場所 ●  
南東北春日  
リハビリテーション病院  
5階会議室

・健康チェックコーナーにて  
血圧・体脂肪率・骨密度・  
血管年齢の測定を無料で行  
います。

お問い合わせ  
南東北春日リハビリテーション病院  
☎ 0248-63-7299

## 相談室より

## 病院の機能と役割

みなさんは病院ごとに、それぞれの役割が分かっているのをご存知ですか。病院と聞いてイメージするのは、大きな総合病院という方も多いのではないのでしょうか。大きな病院に行けば安心といった時代もありましたが、現在は病院の機能によって役割が分かれており、患者さんの側も機能に合わせて病院にかかる必要があります。

主に救急の治療を行う「急性期」、特定の病気になった後に集中的にリハビリを行う「回復期」、医療処置を受けながら療養をする「療養型」、地域で定期的に外来や訪問診察をする「在宅医療」、さらに、地域で体調変化があった患者さんをスムーズに受け入れ治療をし、また地域に戻ることを目的とした「地域包括ケア病棟」が新設されました。今後、2025年の地域医療構想に向けて更に病院の機能は明確化され、より地域に根付いた体制になっていくと言われています。

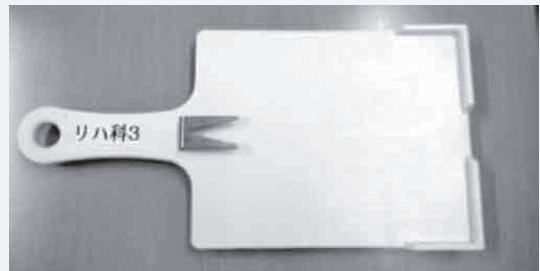
当院は、集中的にリハビリを行う「回復期リハビリテーション病院」となっています。特定の病気(脳血管疾患や骨折等)を発症・手術をした日から30日または60日以内に転院していただき、決められた期間内に集中したリハビリを提供しています。また、入院だけでなく、在宅の患者さんへリハビリや診察を行う外来もおこなっています。

相談室直通 0248-63-7263 月~土曜日 8:30~17:00

# 「調片手で行える調理の工夫」

脳卒中などの病気で片マヒとなられた方が発症前と同じように生活をするのは大変なことです。家庭の中で役割がもてるのは大切なことです。当院のリハビリでは機能訓練や生活動作訓練だけではなく、実際に調理をしたり洗濯を干したりと自宅へ戻られてから役割を持って生活をできるように家事動作についても支援していくことを行っています。

今回は片手で行える調理の工夫について紹介していきたいと思います。まず、片マヒとなられた方は「材料や調理道具を持ったり押さえたりすることが難しい」「両手で行っていたことを片手で行うと力が足りない」などの問題点がいくつもあります。そこで、材料を押さえなくても材料が切れるよう工夫されている「釘つきまな板」があります。釘に野菜を刺し、ピーラーで皮をむいたり、転がりやすい野菜を片手でカットすることができます。



また、市販のスライサー等を使用することで、細かく切ることや力をあまり使わずに食材を切ることも可能となります。片手で使用する際には滑り止めマットも敷くことでスライサーを押さえずに調理しやすくなります。



このような工夫で片手での調理も少し楽に行えるようになるとと思います。ぜひ参考にしてみてください。

## 老健施設に移乗・移動ロボットが試験導入

老健施設に介護者の負担軽減などを図る移乗・移動ロボット「Keipu(ケイプ)」が試験的に導入されました。

このロボットには、移乗に必要な動作が減少することや、ロボットに乗車した状態で手元のレバーを操作し片手で移動ができることなどの特徴があります。

実際に利用者さんに使用していただきながら、施設での活用を検討していきます。





# メディカルフィットネス さくら

通信

## トレッドミルが5台追加されました

当施設で一番の人気のトレッドミル（ウォーキングマシン）が、5月17日から5台追加されました。以前よりも数が増えたことで、スムーズに利用できるようになり、多くの方にご利用頂けるようになりました。また全ての台にテレビも付いておりますので、時間を余すことなくウォーキングを楽しむことができます。

ウォーキングが楽しめるのは、マシンだけではありません。さくらではスタジオでもウォーキングを取り入れております。弱くなりやすいお尻や太ももの筋肉を鍛えながら、正しい姿勢で歩くことのできるプログラムで、どなたでも楽しんで行えるスタジオです。時間は20分間と短めに感じると思いますが、しっかり汗もかける人気のスタジオです。

体験や見学などのご予約は随時受け付けておりますので、お気軽にお問い合わせください。スタッフ一同お待ちしております。



## メディカルフィットネス さくら 会員募集中!!

☎ 0248-63-7252 営業時間 / 10:00 ~ 21:00 (日・祝日を除く)

### ■外来診察担当医表 ◆眼科は8月より毎週金曜日の午後に変更となります。なお、8月12日(金)は休診です。◆

※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 消化器科/循環器科/呼吸器科	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
	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					

### 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〉

眼科の診療を行っています



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



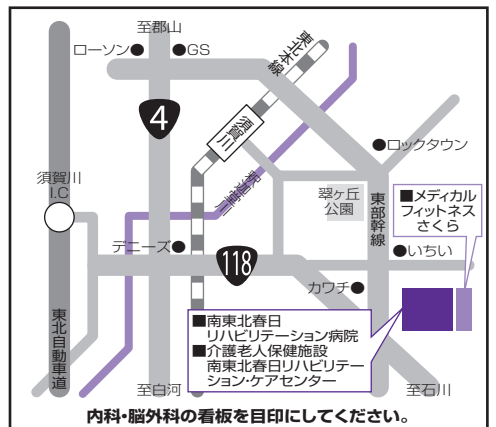
所在地: 福島県須賀川市南上町123-1

http://www.kasuga-rehabili.com

### ■印刷/石井電算印刷株式会社

南東北 春日 検索 CLICK

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。



内科・脳外科の看板を目印にしてください。



「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。