

小春日和



☆発行☆
2008年 1月
第33号



年頭のご挨拶



不況は続き凶悪犯罪や家庭崩壊のニュースを聞くたびに、嫌な世の中になったものだと感じている今日この頃。病気で辛い気分になりがちな患者様に追い討ちをかけることがあってはいけません。すべての患者様が幸せな気持ちになれるようにすることこそが、医療に携わる者の役目です。患者様の話や訴えを親身になってよく聴き、何を望まれているのか考えてそして少しでも希望を叶えてあげられるような行動をとる。今年もそうなれるように努力して、多くの人の幸せをみんなで運んで参りましょう。

副院長 小川 吉一



春日リハビリテーション病院職員 年男・年女から新年の抱負



明けましておめでとうございます。昨年は母の介護を通して感情を抑えるのはとてもつらいものでした。今年は患者様やご家族の言葉に耳を傾けられるよう努力して参ります。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

回復期リハビリ病棟看護師 二瓶 礼子



明けましておめでとうございます。今年は「時間をうまく活用する」が新年の抱負です。約束の時間を守るを第一に、工作中、休日の過ごし方も無駄を無くせばと思っています。

リハビリテーション科 谷田部 文和

明けましておめでとうございます。2008年の抱負は、やることは後にまわさず、すぐに実行！！で頑張ります。皆にとってもステキな1年になりますよう(祈)。

リハビリテーション科 高橋 清香



明けましておめでとうございます。今年は、新しいことに挑戦する年にしていきたいと思えます。また何事にも後回しにせず余裕のある時間配分を心がけたいです。患者様のリハビリテーションにおいても、自分自身の生活においても中身の充実した日々を送っていきたいです。

リハビリテーション科 庄子 久美

南東北春日リハビリテーション病院 外来担当医表

| 診療科 | 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------|------------------|--------|------|-------|------|-------|-------|
| 内科 | 午前 9:00~12:30 | 母里 正敏 | 大越 透 | 大越 透 | 大越 透 | 佐藤 哲夫 | 大越 透 |
| | 午後 1:30~6:00 | 大越 透 | 大越 透 | 小野 隆志 | 大越 透 | 母里 正敏 | 小川 吉一 |
| 脳神経外科 | 午前 9:00~12:30 | 後藤 恒夫 | | 後藤 恒夫 | | 後藤 恒夫 | |
| | 午後 1:30~5:00 | | | | | | |
| 眼科 | 午後 1:30~4:00 | 小林 奈美江 | | | | | |
| 形成外科 | 午後 1:30~4:30 | | | 村松 英俊 | | | |

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 春日リハビリテーション・ケアセンター
TEL 0248-63-7279
春日居宅介護支援事業所
TEL 0248-63-7297
春日訪問看護ステーション
TEL 0248-63-7278

住 所 : 福島県須賀川市南上町123-1

ホームページ
<http://www.minamitohoku.or.jp/kasuga/index.htm>

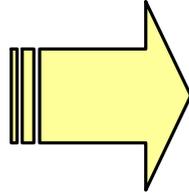


回復期リハビリ病棟

クリスマス会



12月12日、ここ春日リハビリテーション病院では少し早めのクリスマス会を開きました☆サンタさんとトナカイさんにも、クリスマス前で色々忙しいところ時間をさいて頂き来てもらえる事ができ、患者さんも喜んでいました様子です。



▲ 飾り付けは、みんなでアイデアをだしあい頑張りました。

▲ 職員による世界にひとつの手作り“クリスマスツリー”

スタッフの皆さんもクリスマス会の場を盛り上げる為、事前にツリーの飾りつけを患者さんと行ったり、余興(ひげダンス)を行ったり、せっかく集まったからと言い、頭の体操を行ったりと大盛り上がりでした。最後には患者さん職員、全員でジングルベルを歌い、サンタさんからプレゼントを頂き喜ばれていました。またクリスマス会と言うことで栄養科からもプレゼントでデザート頂くことができ、患者さんから「とても楽しめプレゼントもデザートもとても嬉しかった」と言う話も聞かれました。



▲ 知能リハビリの様子



▲ リハビリスタッフによる“ひげダンス”



▲ 春日専属のサンタクロース!!





脳卒中のリハビリテーション



脳卒中とは？

脳の血管が詰まったり、破れたりして起こる病気の総称です。脳の血管が詰まったり、破れたりすると、その先に血液が供給されなくなるために、酸素や栄養が不足し、脳細胞が壊死してしまいます。また、血管が破れた場合には、血液の塊やむくみで脳が圧迫されることも障害を起こす原因になります。脳卒中の発作後に何かしらの後遺症が残ることが多く、寝たきりなどの「要介護5」となる原因として、脳卒中が半数近くを占めています。

どんな障害が起こるのか？

脳は、全身の様々な機能を調整する“司令塔”の役割を果たしています。どの部位をどの程度の障害を受けたかによって起こる障害の種類や程度は様々です。
主な障害……

- ◇手足の麻痺
- ◇嚥下障害(食べ物・飲み物が飲みにくい)
- ◇構音障害(言葉がもつれる)
- ◇高次脳機能障害



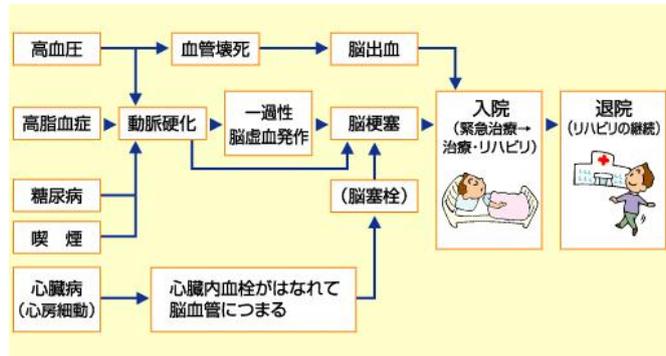
リハビリテーションの流れ★

一般に脳卒中のリハビリテーションは、発症からの時期によって「急性期」「回復期」「慢性期」の3段階に分けて行われています。

- ◇急性期: 発症直後～1～2週間頃まで。脳卒中を発症して入院した医療機関で、治療と併用して行われます。
- ◇回復期: 発症後3～6ヶ月頃まで。主にリハビリテーション専門の医療機関に移り、集中的に行われます。
- ◇維持期: 退院してから自宅・施設での時期です。これまでのリハビリで回復した機能を維持する目的で行われます。

リハビリテーションの目的★

最大限の回復を目指して行われます。患者さんの生活の質のさらなる向上を目指します。主に「脳の機能回復」「残存機能の強化」「環境を整える」リハビリテーションがありますが、患者さん1人1人の状態を見極め、患者さんに合わせたリハビリテーションをバランスよく行っていくことが大切です。



生活習慣病の管理

脳卒中の基礎疾患には主に、高血圧・糖尿病・脂質異常症・肥満などがあります。

- ◇高血圧: 収縮期血圧135mmHg未満／拡張期血圧85mmHg未満にします。
- ◇糖尿病: 空腹時血糖値110mg/dl未満　ブドウ糖負荷後2時間値140mg/dl未満
糖尿病がある人 HbA1cが6.5%未満→過去1～2ヶ月の平均的な血糖値が分かります
- ◇脂質異常症: LDLコレステロール140mg/dl未満
(高脂血症) HDLコレステロール40mg/dl以上
トリグリセライド150mg/dl未満
- ◇肥満: BMI 体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)→24以上にならないように

※その他にも、日常生活でのちょっとした注意が大切です

- お酒は適量にとどめる！！(1日に日本酒1合程度なら、飲酒しても問題はあまりないとされています)
- できるだけ体を動かす！！(週2～3日、30分程度のウォーキングを行きましょう。)
- 禁煙しましょう！！
- (喫煙者が脳卒中によって死亡する危険度を1とした時、非喫煙者の危険度は半分になります。)

12月11日はにぎり寿司を提供しました。気温が高い夏場は食中毒防止のため、刺身などのなま物は献立から外していますが、11月～4月までの間は刺身や生寿司も提供しています。
老健と通所リハビリでは、調理師が出張しておかわりの分をその場で握ってもらいました。



病院・通所リハビリの食事

この日のネタは、マグロ2貫、えび、サーモン、鯛、たまごでした。食事のアンケートでの食べたいものランキングでは、寿司・刺身はいつも上位に入っています。普段お粥を召し上がっている方も寿司だと食べられたり、食が細い方でも完食されたりと、お寿司は好評です。



老健のバイキングメニュー



通所リハビリでの出張寿司

栄養管理科 有我 三千代

編集後記

新年あけましておめでとうございます。
あっという間に平成も20年がスタートですね。昨年は、凶悪犯罪・家庭崩壊など悲しいそして、怖いニュースがありました。今年も、春日ホスピタウンから明るい話題をたくさん発信しまちゅー★(ねずみ年にちなんで・・・)今年一年皆様にも春日ホスピタウンにも私にも幸福が訪れる一年になりますように。今年一年も“小春日和”をどうぞ宜しくお願い致します。

(蜜柑)



アクセスマップ



内科外来は、土曜日全日診療。

休診日：日曜日、祝祭日



Webから

南東北春日

検索

ホームページ、随時更新しています。



新年あけましておめでとうございます。
本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。



広報紙編集委員会一同