vol.06 2020 夏号

vol.06

2020

國口

湘南慶育通信

㈱

世

湘南慶育通信 \$PT SHONAN KEIKU QUARTELY PRESS

特集回復期リハビリテーション病棟増床

- 01 巻頭特集 | 回復期リハビリテーション病棟増床
 - ・当院の回復期リハビリテーション病棟の特徴
 - ・導入している最新リハビリ機器について
- 03 医師の横顔|末永美佐子 医師
- 04 健診センターからのおしらせ
- 05 連載|リハビリ通信 新型コロナウイルスの感染予防と熱中症について
- 06 栄養科・季節のレシピ



病院までのアクセス



湘南台駅から路線バス利用の場合

湘南台駅西口 1番バス乗り場から、神奈中バス「湘 23系統慶応大学」「湘 24 系統笹久保経由慶応大学」「湘 25 系統急行・慶応大学」行きに乗り、「慶 応大学|バスロータリーで下車(約10~15分)。バス停から徒歩1分。

辻堂駅からバス利用の場合

辻堂駅北口 2番バス乗り場から、神奈中バス「辻 34系統慶応大学」行き に乗り、「慶応大学」バスロータリーで下車(約20分)。バス停から徒歩1分。

無料送迎バス利用の場合 ※平日のみ運行しております。

当院では無料送迎バスの運行を実施しております。時刻や運行ルートについ てはホームページでご確認いただくか1階総合受付におたずね下さい。

当院

 \mathcal{O}

)回復期

リテ

ショ

ン

病棟の特徴

専門医

藤田

聡志

することになり、 て当院に期待する役割が回復期リ けて参りました。 療を必要とされて 7年11月の開院以来、 ご入院を大変お待たせする事態となっており いる患者さんに医療療養病床として診療を続 しながら月日を経るごとに、 4階南病棟では長期のご入院加 ハビリテ・ ション病棟に集中 地域におい

そこで、 当院の今後の進むべき方向性につき熟慮を重ねました。 医療療養病床 医療療養病床が豊富に存在する地域特性を加味 (50床)を回復期リハビリテーション病床に その しつ

移行することが地域における当院の役割であるという結論に至り ました。従いまして本

医療療養病棟を閉棟さ

年9月30日をもって

せていただきます。

病床については、 20年10月1日よ

病床数 病床数 (2020/10/1から) 病床 (2020/9/30まで) 30 30 急性病床 地域包括 50 50 ケア病床 医療療養 50 病床 回復期 150 100 リハビリテーション病棟

り同病棟は回復期リハ

ション病棟と

高い医療が提供できる

湘南慶育病院病床機能

これまで以上に質の

いただきます。

して開棟し継続させて

ように努めてまいりま

ご協力賜りますようお

何卒ご理解

復期の各病棟に専任常勤の管理栄養士を

患者さんに何ができるかを 找々の使命とも考えています と同時に、F ション病棟入院料1 数字だけ Mの点数は大き 非常に重要な 考えるの ン病棟

激装置などの最新機器を用いて ではなく日常生活動作の 、機能障害の状態 としては患者さ 入院初期に頭 ムや電気 い各病院間の信頼関係の構築に努めてい

や筋力

で、これまで急性期で合併症等の治療等症からの期間の制限が削除されたこと ならびに地域医療を中心と ることが可能となり なっていた患者さんで か月を超えて -ションのニ 0年度から回復期適応疾患の発 ,回復期リ

摂食・嚥下障害のある患者さんに

ル設定をも ションを提供.

とに栄養摂取経

果を高める取り組みを 応じて栄養サポ 等で栄養状態の初期評価を行 るため、栄養評価とし スにて栄養評価を行 他病院との連携としては地域連携。 Aやロイシンを用い筋力増大効 その都度必要 レアルブミン んからおい 食事

を積極的に活用し退院後のかかりつけ医 また紹介元病院様へリ 情報共有を

ンで改善する可能性があれば当院回 ション病棟で受け入れ い回復期適応外と

る最先端 ビリテ 機器に つ しり

歩行・ 動作改正につい

運動療法(下肢

L1

日常生活動作練習

筋力測定器

モーションキャプチャー システムを使用した動作解析

床反力計と合わせて反射マーカーを読み取り、重心 移動の軌跡や関節運動・トルクを計測することが可 能なシステムです。手術やリハビリテーション前後で の動きの改善を視覚的に確認することができます。



下肢リハビリテーションロボット

足底圧を感知して膝を伸ばす筋力を補助すること ができます。





一定速度で関節が動く時の筋力測定が可能です。 従来からの測定機器よりも設定が簡略化され、計

測時間が短く、再現性が高い測定器です。

自己運動錯覚装置

免荷装置を利用した

平行棒や階段

ります。

傾斜角や段差調整ができる

傾斜角や段差が調整できるので、自宅付近の坂道

や階段を想定したリハビリテーションが可能とな

麻痺した手の運動に対して段階的な抵抗量を加 えることで脳や筋活動を刺激することが可能です。 運動方向も平面ではなく、空間的な三次元方向の 設定が可能です。



麻痺した手の運動に対して段階的な抵抗量を加 えることで脳や筋活動を刺激することが可能です。 運動方向も平面ではなく、空間的な三次元方向の 設定が可能です。

運動療法(上肢)



コンピューター技術とロボット工学を 応用した上肢用ロボット型運動装置

医師である父の背中を見て

腎臓・高血圧内科

末永美佐子

皮膚科、 だけでなく全身状態の把握ができ た。 私も医師を目指すことにしまし るため腎臓内科を選びました。 いました。腎臓内科は腎臓の病気 大学病院の腎臓内科に入局しまし 部医学科に入学。卒業後、 た。高校卒業後、 研修医時代、 血液内科、 専門を決める際に 久留米大学医学 腎臓内科で迷

プライベートな話をお伺いできた 者さんに対しては状態をみながら ています。 腎臓内科を選んでよかったと思っ とが多く、自分に合っていたので りとコミュニケーションをとるこ 大学病院に数年務めたあと、 定期的に通院される透析の患 色々なお話をしながら説明をした

外来診療ではデー

タをもとに

になりました。 健診科を担当させていただくこと 腎臓高血圧内科、 に今年の2月から湘南慶育病院の 湘南慶育病院の印象はフレンド ーな先生が多い事です。常勤・ 総合診療内科

東に引っ越し、

その後、

出産を機

腎臓・高血圧内科

末永 美佐子医師

Dr. Misako Matsue

非常勤・専門など関係なくお互い

医師として働く父の姿をみて 久留米 ていて、 を相談しにいくとすぐに対応して ています。 にコミュニケーションをとりあっ いところだと思います。 んに提供できるのはこの病院のい くれたり相談にのってくれたり 円滑に専門的な医療を患者さ 私の専門外で気になる事 外来患者さんを診察し

説や、 来でも会話を楽しみながらの診察 ドバイスさせて 受けていただけます。 門の先生に相談しています。この ことがあったらご相談ください。 を心がけていますので、 ば是非結果を聞きに来てくださ 郵送も可能ですが、 整っているので、健診も安心して 門外で気になるところがあると専 健診の結果をチェックする際に専 がりがとても活かされています。 ければと思います。 と思わず、 ようなダブルチェックの体制が 健診センターでもこの横のつな 気にするべきところなどア タを見ながらの詳しい解 気軽に受診していただ いただきます。 お時間が許せ 健診の結果は 敷居が高い

チェックボックスに当てはまったら!

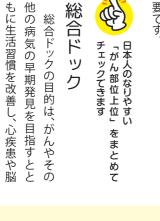
受けてみませんか? 総合ドック 脳ドッ

OF.

専門スタッフによる脳ド専門医・

脳ドック

要です 発見して対処することが非常に重 する前に予防すること、また早期に る場合が少なくない病気です。発症 す。いずれも、発症すると後遺症が残 期発見し、未然に防ぐことができま 動脈瘤、認知症などの脳の疾患を早 により、無症候性脳梗塞、未破裂脳 検査・診察を行いお答えします。それ 不安や悩みがあれば、脳の専門家が な医師でないとアドバイスができな い特殊なドックとなります 脳ドックとは脳神経領域の専門的 。頭部で



総合ドック

総合ドック・脳ドック受診チェック表



検査のどちらかを選択できます

管に対しては、バリウム検査・内視鏡まとめてチェックできます。上部消化

すいがん部位の上位(肺・胃・大腸)を

当院の健診では、日本人のなりや

ことです

血管疾患を起こす危険因子を減ら

して、健康な生活を維持・増進する

□40歳以上の中高齢者

□ご家族で脳卒中、認知症の方がいる

□次のように診断されたことがある:高血圧、高脂血症、糖尿病、 動脈硬化

□今まで疑わしい症状が一度でもあった(歩きづらい、呂律がま わらないなど)



□中高齢者:特に40歳以上

□ご家族にがんにかかった方がいる

□生活習慣の乱れが気になる方: 喫煙、飲酒、運動不足、食生活の 偏り、ストレス過多等

※詳細は当院HPをご確認、または健診担当にお問い合わせください

へご郵送いたします。

(約2週間後)

え致します。 がる検査の結果をお伝 約3~4時間程度) (所要時間トータル

(当日診察時)

各検査に回っていただき

参物のチェックをします。健診ラウンジで受付。持

ドック当日

問診表・注意事項・持参物 のご案内等をご自宅へ郵

(約1週間前)

健診担当まで。

口で直接ご予約いただけますお電話または健診ラウンジ窓

結果までの流れご予約から

(完全予約制)

このコーナーでは、湘南慶育病院の医師をピックアップし、ご紹介をします。 どんな経歴の医師が、どんな想いで湘南慶育病院での医療に携わっているか、ご覧いただけます。

新型コ 連載 IJ ロナウ ビリ通信 イ ル ス の感染予防と熱中症 理学療法士/

本多稔

①暑さを避けましょう

エアコンを利用する等、

換気を確保しつつ、

エアコンの温度設定をこま

換気扇や窓開放によって 部屋の温度を調整

感染症予防のため、

クは飛沫の拡散予防には有効ですが、に口から飛び出す小さな水滴)等をな新型コロナウイルスが流行した今、 濃度、体感温度が上昇するなど身体に負担がかかることがあります。そのため 中症に注意が必要となり、 中症についての ルスが流行した今、夏を迎 さな水滴)等を防ぐために、マスクは必需品とな 対策案として環境省と厚生労働省が作成した資料が紹介されてい おさらいです。 、着用してい 咳 ない場合と比べると心拍数や呼吸数、血 しゃみによる飛沫(ヒトが咳やく 、今年は例年より一層 しゃみ 夏を迎えたマス 中二酸化炭 ます。

が狂ったり、 ん、意識障害などが挙げられ 体内の水分や塩分のバランスが崩れたり 熱中症は、気温の高い環境にいることで体温を調整する機能 することで起きます。 症状として、 めまいや頭 痛 熱

重要!

急に暑くなった日等は、

特に注意する

涼しい服装にする

暑い日や時間帯は無理を

適宜マスクを外しましょう

気温、

湿度の高い中でのマスク着用は要注意

のか推奨されている内容を以下にまとめました。これらを踏まえ、新型コロナウイルスと熱中症を予防 夏を過ごし るためにマスクの上手な使い方をしっかり 新型コロナウイルスを予防しながら、熱中症にならない 理解し、 水分摂取の徹底、 ようにするにはどうす 人混みを避けての運動を行 れば良い

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイン 3手洗いや、「3密(密集、密接、密閉)」を避ける等の<u>「新しい生活様式」が求められています</u>。このよ うな「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは以下のとおりです。 こまめに水分補給しましょう 暑さを避けましょう のどが渇く前に水分補給 エアコンを利用する等、部屋の温度を調整 1日あたり1.2リットルを目安に ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を 確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整 大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに 暑い日や時間帯は無理をしない 涼しい服装にする 急に暑くなった日等は特に注意する 日頃から健康管理をしましょう 適宜マスクをはずしましょう ・日頃から体温測定、健康チェック 体調が悪いと感じた時は、無理せず 自宅で静養 暑さに備えた体作りをしましょう 気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意 屋外で人と十分な距離 (2メートル以上)を確保で きる場合には、マスクをはずす 暑くなり始めの時期から適度に運動を マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運 水分補給は忘れずに、無理のない範囲 動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、 「やや暑い環境」で「ややきつい」と 適宜マスクをはずして休憩を 感じる強度で毎日30分程度 高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密 (密集、密接、密閉) を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。 新型コロナウイルス感染症に関する情報

③こまめに水分を補給し

ま

ょ

のどが渇く前に水分補給

1日あたり1.ℓを目安に補給

た上で、

適宜マスクをはずして休憩

業や運動を避け、

周囲の人との距離を

·分とっ

できる場合はマスクを外す

屋外で人と十分な距離2メ

トル

以上を確保

マスクを着用している時は、

負荷のかかる作

inya/0000164708 00001.html

大量の汗をかいた時は塩分も忘れずに

④日頃から健康管理をしましょう

日頃から体温測定、 健康チェックを行う

体調が悪いと感じた時は、 無理せず自宅で

静

⑤暑さに備えた体作りを しまし ょう

中症(C関する詳しい情報: https://w

強度で毎日30分程度行う 水分補給を忘れずに無理のない範囲で行う 暑くなり始めの時期から適度の運動を行う 「やや暑い 環境」で ゃ き つい」と感じる

楽 入院中の み

栄養科から

0

心と体に栄養を届けます。 Ó 食事は、 一つで も 治療の あ Ď, お 一環であると同時に、 () L٦ 食事は元気の源です

付けは、こしょうのみ。ゆかりの酸味とじゃこの塩味とバ 増します。一度食べたら、やみつきになるかも ね。このチャ 暑いこの季節 の風味、トッピングの大葉が絶妙なバランスで、 ハン、切るのは長ネギと大葉だけ パパッと手軽に食事の準 一備を しかも味 食欲も

えびマヨ

大根の真砂炒 炊き合わ

8

松菜のゆず味噌和え

枝豆ごはん

かじきの黄身焼き

ストチキン

穴子の煮ご

را

フルー!

行事食

母の日

かりの

チじ

やことゆ

to

作り方 ●長ネギは粗みじん、大葉は千切りにしておく。サラダ油でじゃこをカ リカリに炒める。

②にバターを加え、中火でご飯・長ネギを炒める。(長ネギはシャキシャ キ感を残す) ③にゆかり・炒り胡麻を加え、更に炒めてこしょうで味を整える。皿に

盛り付け、大葉をトッピングして出来上がり!

♀ あなごの煮こごり

♀フルーツ 湘南慶育病院 栄養科

材料(1人分)-

材料(1人分)-

つけつゆ

ごま油 3g

無調整豆乳 90m

めんつゆ(2倍希釈)30m

すりごま(白) 3g

うどん(乾麺) 60g 長ネギ 10g

豚小間 50 g

サラダ油 3g 醤油 2g オクラ 3本

玉ねぎ 50 g 白菜キムチ 40 g

大葉 1.4g (2枚)

ごはん200g

じゃこ 15g

ゆかり 2g 長ネギ 30 g

バター 4 g

炒りごま(白) 2 g サラダ油 3 g

6月10日に提供した母の日の行事食。母の日ということで、「世の中のお母さんにゆっくり休んでいた

だけたら」「お母さんにおいしいものを食べて欲しい」というコンセプトのもとに、お弁当にしました

撃大根のまさご炒む

撃小松菜のゆず味□

校豆乙飯

えびマヨ

炊き合わせ

1-21-547

が キマグロの黄身焼 *和菓子

一豆乳 ムチうど つゆ

作り方

❷サラダ油で豚肉と玉ねぎを炒め、玉ねぎがしんなりしたら白菜キム チを加えて更に炒め、醤油で味付けする。

む玉ねぎは、 事が、糖質をエネルギーに変える働きの ることも多くなりがち。 ビタミンB 1の吸収をアップさせて 相性抜群です

●玉ねぎはスライス、長ネギは小□切り、オクラは塩で板ずりして茹で て、小口切りにしておく。

③つけつゆの材料をわせておく。 ❹皿にうどんを盛り、豚キムチ炒め・オクラ・ミニトマト・長ネギをトッ ピングして出来上がり!

不足を引き起こし夏バテの|因になると言われています を多く含む豚肉や大豆(豆乳)と、ビタミン そんな糖質(炭水化物)に偏った食 れるアリシンという 麺類だけでつい あるビタミンB 物質を含



リハビリテーション部ついて

リハビリテーション部の理念:「笑顔とともに」

患者さん、ご家族、リハビリテーション専門職、看護師等の病院職員、すべての人が笑顔になれるようなリハビリテーションを目指します。 総勢 90 名超のセラピストが在籍し、入院から在宅復帰まで切れ目のない リハビリテーションを365 日提供しています。