

## 部門紹介

土岐内科クリニック 看護師

責任者 大瀧朱実

11 Vol.14  
November

平成22年11月15日発行



医療法人ブレイン 土岐内科クリニック看護師責任者 大瀧朱実です。

土岐内科クリニックは昨年の4月に移転し、新規開業しました。

従来の神経内科に加え消化器内科の専門外来ができたことで、今まで以上に専門性を求めて受診される患者様が多くなったと感じております。

また当院では、鼻からの胃カメラ検査が可能になりました。

胃カメラは苦痛が多いというイメージから抵抗を感じている方がほとんどだと思いますが、実際に鼻から胃カメラを受けられた患者様より「こんなに楽なら、毎年検査してもいいですね」という声をいただいています。そして、認知症専門外来では常に予約をいただいております、遠方からの受診者も増えています。

中には症状が進み切実な状況で来院される患者様もあります。

特に一人暮らしの高齢者は、日常の中での小さな変化に気がつくことが難しく、家族の方が「久しぶりに会ったらいつもと違う・・・」と相談されるケースが多くなってきたように感じます。逆を言えば、久しぶりに会うから気がつくこともあるということですが・・・。

もし、御自分や御家族の方でいつもとちがうと感じましたら、一度御相談いただければと思います。

私達外来看護師は、患者様やその御家族の皆様が安全に安心して受診していただける事を目標にしています。その取り組みの一つとして、受付フロアに看護師を配置しました。問診以外にも患者様をお待たせしていないか、全体がスムーズに流れているか、体調の悪い方はみえないか、空調は適切かなど常に患者様の目線で物事を考え、目配り、気配り、そしてあたたかい声がけをこころがけています。

皆様からも何か御要望や相談などありましたら気軽に声をかけてください。



## 認知症高齢者との向き合い方

恵那市の介護職員を対象に長谷川理事長が講演されました。介護には身体介護と認知症介護があります。認知症介護はまだまだ確立されていない部分が多い。認知症の原因や段階、タイプを理解して科学的な対応をしてほしい。皆さんの力でケアの標準化と方法論の確立をしてほしいなど、話されました。

## ボケたじいちゃんがボクに白衣を着せた

ブレイングループは患者を中心とした、クライアント中心主義で対応をしている。医師、看護師、介護士などそれぞれの専門家がそれぞれの目線で患者さんをみて、助言や協力を行う。そこに上下関係はない。これからもブレイングループとして、開業医として、地域に入っていくことがとても重要だと考えています。

## くもん学習療法士1級

くもん学習療法センター空閑氏を講師に、ブレイングループ43名のスタッフが学びました。学習療法は脳に指令を出す前頭前野を活性化させる事が目的である。そのためにはペンを止めずに出来る程度の簡単な問題を解いたり、音読することが効果的であると教えて頂きました。午後は実際に自分達で学習療法に取り組みました。

## 講演・勉強会のご案内

担 当 者	対象者	日 時	場 所	内 容
健康サポートクラブ 土岐内科クリニック 院長 橋本貴至	一般の方	H22.11.20(土) 14:00~15:00	岐阜県土岐市 消防本部3F	「痛くない鼻からの内視鏡検査」
理事長 長谷川 嘉哉	関係者	H22.12.7(火) 14:40~16:10	岐阜県 加茂総合庁舎5F	「医学的見解(認知症)」
理事長 長谷川 嘉哉	関係者	H22.12.8(水) 10:00~11:30	岐阜県 関市保健センター	「なるほど! 健康講演会」

## おすすめしています

## イチョウ葉エキス GBE-24Dr

医療法人ブレイングループは、「ずっと我が家で暮らしたい」を応援しています。  
人が介護を必要とする理由、それは、動脈硬化による 麻痺 と 認知症 といわれます。  
イチョウ葉エキスは血液の流れをスムーズにし、動脈硬化を予防します。  
活性酵素を減少させ、癌やアルツハイマーを予防します。イチョウ葉エキスは、私たちが自信を持ってお勧めしている健康補助食品です。



ご注文・お問い合わせ先

**TEL 0572-54-1103 FAX 0572-54-1093**

〒509-5112

岐阜県土岐市肥田浅野笠神町2-11-1

医療法人ブレイングループ

株式会社ザイタック 担当 小森 / 倉田

ご注文確認後、1週間程度でお届けします。

**送料無料 ※90粒(約1ヶ月分)6,300円**

代金引換にてお支払いください。

**土岐内科クリニック内でも販売しています。**



<http://brain-gr.com>

## 診察時間のご案内

	月	火	水	木	金	土
9:00 ~ 12:00	●	●	●	●	●	●
13:00 ~ 16:00	訪 問 診 療					
16:30 ~ 18:30	●	●	●	●	●	●

## 土岐内科クリニック

岐阜県土岐市肥田浅野笠神町2-12

TEL 受付 0572-53-0656

外来リハビリ 0572-53-1107

FAX 受付 0572-53-0658

外来リハビリ 0572-53-0667

## 株式会社ザイタック

岐阜県土岐市肥田浅野笠神町2-11-1

TEL 0572-54-0201

FAX 0572-54-0378

## 交通のご案内



● 東濃訪問看護ステーション

☎ 0572-54-0355

● 東濃介護支援センター

☎ 0572-54-1171

● 東濃福祉用具センター

☎ 0572-54-1171

● 東濃デイ脳リハビリセンター

☎ 0572-53-1101

● ナーシングデイ

☎ 0572-54-0355

● 東濃デイサービスセンター東館・西館

☎ 0572-54-1103

● 東濃デイサービスセンター松坂

☎ 0572-20-1199

● 東濃デイリハビリセンター

☎ 0572-54-1196

● 東濃デイサービスセンター元町

☎ 0572-53-1010



# インフォメーション

12月1日デイサービス OPEN!

多治見市滝呂町に、パワーリハビリができる  
デイサービスがオープンします。  
皆様のお越しをお待ちしております。



お問合せ先 : 0572-43-6696 (鈴木/倉田)

多治見市滝呂町12丁目 (完成予想図)



管理責任者 鈴木一也

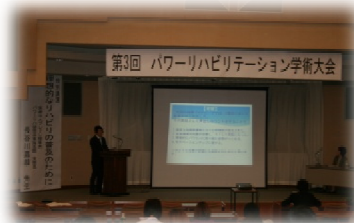


## パワーリハビリテーション学会にて発表しました

10月24日(日)セラトピア土岐にて、パワーリハビリテーション学会がありました。  
長谷川理事長の特別講演と、ブレイングループからは、以下の4題を発表致しました。



医療法人ブレイン 理事長 長谷川嘉哉  
特別講演「理想的なリハビリの普及のために」  
東濃デイ東館 鈴木一也  
「パワーリハビリに対するモチベーションアップ音楽の追求」  
東濃デイ西館 板津元樹  
「声出しカウントを実施する事での評価への影響」  
東濃デイリハビリ 加藤昌宏  
「パワリハを通して車椅子から歩行へ」  
東濃デイ松坂 安藤正明  
「パワリハでダイエットが可能か」



## 認知症無料相談会 ありがとうございました

10月24日(日)セラトピア土岐にて、認知症無料相談会を行いました。ご相談にお越し下さりありがとうございました。  
少しでも皆様のお力になれば幸いです。

### お客様の声 ①



これからも元気に利用  
させていただきます!

現在 当サービスをご利用中の方に意見をいただきました。  
貴重なご意見をいただき、ありがとうございました。

デイサービスで、脳リハビリやパワーリハビリをしています。脳リハビリは長く続ける事で、その大切さがわかってきました。和気あいあいとしており、他の方と世間話なども出来るから良い。パワーリハビリは確かに良い。普段使わない筋肉、全体の運動にととても良い。元気でいられる。そして、職員の方は親切でみんな嫁さんにしたい子ばかりです。

佐々木 亘様

### お客様の声 ②

パワーリハビリから始まり、デイサービス、ナーシングデイとお世話になりました。訪問診療、訪問看護、ケアマネジャーさん、デイサービスとブレイングループさんをお願いしたおかげで、義父の様子を全ての方が分かって下さって、グループのつながりが素晴らしいなと思いました。何の不安もなく、自宅で介護できたのは本人だけでなく、家族にも心のケアをして頂いたおかげだと思います。本当にありがとうございました。  
故加藤純夫ご遺族様

# ホムドクスクエア 便秘



院長 橋本貴至

外来や訪問診療をしていると、必ず第一声は「きちんと食事が取れていますか？」「きちんと便は毎日出ていますか？」と言います。便通は人間にとって一番大事な解り易い健康のバロメーターで、特にお年寄りにおいては日常の関心事の一番に考えられています。

そこで今回は、便秘についてお話しします。

## 便秘とは

排便が順調に行われない状態をいいます。2～3日毎でも規則的に便通があれば便秘ではありません。はっきりした定義はありませんが、通常3日以上便がなければ便秘と考えられています。

## 便秘の症状

便秘は、色々な症状や病気が出ます。お腹がはる・お腹が痛い・げっぷが出等の消化器症状から、疲れやすい・気分不良・不眠・じんましん・肌荒れ等の体全身の症状も引き起こします。

## 便秘の種類

1:病気が原因の便秘 : 腸管自体の解剖学的・病気(大腸癌が代表的)による異常、腸管の周りの臓器(子宮・膀胱・腹膜等)の病変による腸管圧迫や浸潤によって生じる閉塞が原因の便秘です。手術後の癒着などにより、腸管が閉塞する便秘もこれに含まれます。

2:腸の運動が原因の便秘 : 腸管運動に異常が生じて起きる便秘です。

①一時的便秘(急性便秘) : 転勤・転居・旅行・進学・就職等で環境が変わり、その事が原因でストレスとなり、腸管運動に異常が生じて起きる便秘。

②常習性便秘(慢性便秘)

弛緩性便秘 : 常習便秘のほとんどを占め、大腸の緊張がゆるみ運動が弱いために便を十分に押し出すことができないため起こる便秘です。腹筋が弱くなり、運動時間が短くなったお年寄りに多く認められます。

直腸性便秘 : 便が直腸に送られると、通常排便反射が起き便が出ますが、それが起こらず、直腸内に便が停滞する便秘です。便を我慢する習慣の人に多く認められます。

痙攣性便秘 : 大腸の運動が強すぎるために起こる便秘です。原因は精神的ストレスが多く、持続的に便秘が続くことは少なく、便秘と下痢が交互に発症します。

## 便秘対策

①規則正しい食生活 : 朝食をきちんと食べることは、排便活動をスタートさせる上でとても重要です。朝食抜きは排便機能を妨げることになり、まずは規則正しい食生活、特に朝食の摂取を確実に行うことが大切です。

②食物繊維を摂る : 食物繊維の豊富な物を十分に摂ることが必要です。さらに水分も適度に摂ること、朝食時に水や牛乳を飲むことも効果があります。

③適度の運動 : 腸の運動を促進します。運動のあとの水分の摂取も多くなります。

④便を我慢しない : 何度も我慢してくると、神経の反射が鈍くなります。

⑤精神的ストレスをなくす : 仕事や家庭内のストレスを無くして下さい。

毎日規則正しく便通がある事は素晴らしい事です。  
健康の指標として、毎日自分の目でチェックして下さい。



今月のホムドクの一言

— 大事です 快食 快眠 快便は —