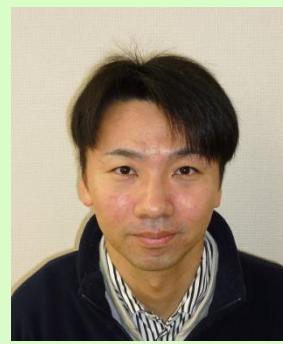


# ピン・ピン・こうりん

## 部門紹介

東濃デイリハビリセンター

Vol. 79  
4 APRIL



責任者 小栗 陽介

BraInG  
ブレイン・グループ  
BRAIN MEDICAL CORPORATION

平成28年4月1日発行



4月になりました。

東濃デイリハビリセンターの管理責任者的小栗陽介です。

私もザイタックに入社し7年目を迎えようとしています。東濃デイ滝呂で約2年間管理責任者を務めさせて頂き、この4月より新たに東濃デイリハビリセンターの管理責任者を務めさせて頂く事になり、より一層身の引き締まる思いです。

東濃デイリハビリセンターはパワーリハビリを軸にアクティブ6や歩行訓練・転倒予防など様々なプログラムをご用意させて頂いているより運動に特化したデイサービスになります。

昨年の4月に法改正があり3ヶ月に一度リハビリ評価をさせて頂き、ご自宅へ定期訪問させて頂いています。その中でリハビリの状況や今後のアドバイスをお伝えさせて頂いている中で転倒が減った・歩行が安定したなど様々なお声を頂き、ご家族様と触れ合える機会が増え我々も嬉しい思います。

これからも皆様が健康で活き活きとした在宅生活を続けて行く為の支援を全身全霊でさせて頂き、より一層皆様の笑顔溢れる東濃デイリハビリセンターを築き、地域にも貢献していきたいと思います

東濃デイリハビリセンターを今後ともよろしくお願ひ致します。



村瀬



水野綾介



前村



水野ゆう子



加藤



高橋



水野ゆかり

福井

# ホムドクスクエア

## ～腎臓の病気について②～



土岐内科クリニック  
橋本院長

### ＜腎臓病の症状＞

- ・たんぱく尿：たんぱく質は、腎臓で吸収されて血液中へ戻るため、尿中に含まれることは極少量しかありません。明らかなたんぱく尿が認められる場合には、腎臓の病気がかくれている可能性があります。
- ・血尿：赤血球は健康な人でも尿中に排泄されていますが、尿中にもれる量はほとんどありません。しかし、腎臓から尿管、膀胱までになんらかの障害があると、尿の中に赤血球が混じることがあります。肉眼ではわからない顕微鏡で見える程度の顕微鏡的血尿から、茶褐色尿～鮮血の肉眼的血尿までさまざまな程度で観察されます。
- ・むくみ：水分の排泄が十分に行われず、身体の中に余分な水分が溜まるために起こります。腎臓の機能が低下すると、体内の余分な水分や塩分が十分に排泄されず、水分量のコントロールができなくなります。  
すると、体にたまつた余分な水分はむくみとして観察されるのです。
- ・高血圧：腎臓の機能が低下してくると高血圧を来たしやすくなります。
- ・尿量の増減：腎臓の機能が低下してくると尿を濃縮できなくなり、最初は尿量が多くなり、更に進行すると尿量が減少し、最終的には無尿になります。1日の排尿量の平均は1リットル～1.5リットル程度が一般的な排尿量の範囲です。



### ＜腎臓病の検査＞

- ・検尿：検尿は、無症状でも検尿での異常が見つかることがあり、いろんな病気の手がかりとなります。腎臓病の大部分は検尿の異常を伴っていますから、症状のない腎臓病を見つけるには特に重要です。異常としては、蛋白尿・血尿・糖尿があります。それぞれに疑われる病気がありますから、更なる検査が必要になります。
- ・血液検査：血液検査でCre(クレアチニン)・BUN(尿素窒素)・eGFR(糸球体ろ過量)を調べます。現在、一番重要なのはeGFRで、腎臓の残存機能を表しており60以下になると医療機関の受診が必要と考えられます。

今月のホムドクの一言  
—検尿は あなたのからだの バロメーター—



## 認知症セミナーを行いました。

3月5日、多治見市産業文化センターにて「認知症セミナー」を行い、土岐内科クリニック理事長 長谷川嘉哉が講演をさせて頂きました。認知症の症状には段階があります。最初に中核症状が出てきますが、中核症状は主にもの忘れですので家族が困ることはほとんどありません。しかし、進行すると人格変化・幻覚・妄想・徘徊・暴力行為などの周辺症状が出てきて家族は困ってしまいます。また認知症の前段階として早期認知症(側頭葉機能は正常で、前頭葉機能の低下)があります。早期認知症とは日常生活に問題はありませんが、放置すると認知症に移行してしまいます。早期認知症の段階で治療すると効果がありますので、さほど困っていなくてもなにかおかしいと思ったら早めに専門医を受診していただきたいです。また認知症にならないために生活習慣病の三大疾病(糖尿病・脂質代謝異常・高血圧)の予防もとても大切です。健康・運動・食事に気を使い認知症を予防しましょう。



## 主任研修を行いました。

3月17日、土岐内科クリニックデイケアセンター2階にて主任研修を行いました。今回は私たちが提供させて頂いている介護サービスや介護施設のこと、また医療保険や介護保険について、より詳しく勉強をしました。前回の管理者研修の際に、普段の仕事の中で管理者が主任に望むこと・求める事を聞いてありましたので、今回はそれに沿って研修を行いました。よりよいサービスを提供する為に、自身が働いている職場や自分の仕事内容について十分理解するとともに、自ら進んで学ぶ姿勢が大切だと改めて実感しました。また、仕事の精度を上げるために報連相(報告・連絡・相談)も大切だと感じました。報連相はあくまで手段でそれ自体が付加価値を生み出すものではありませんが、相手の気持ちを考えたり、相手の意図をくみ取るためにも大変重要だと感じました。



## お客様の声 谷村 邦雄 様

仕事をやめてから体調を崩し昨年6月から東濃デイリハビリセンターに通いはじめました。頸椎の手術をして手のしびれがあり血の巡りが悪いので指先が冷たかったけど、リハビリをすると血行が良くなり手のしびれも軽くなります。寒い季節でも汗ができるくらいです。週に2回の利用日がとても楽しみで、ここで過ごす半日はあっという間に過ぎてしまいます。一緒に通っている人たちに負けないようにリハビリを頑張っています。スタッフもとても親切で、いつも優しくアドバイスをくれるので感謝しています。だんだん歳を取っていくけれど少しでも長く元気でいたいので、これからも頑張ってリハビリに通いたいです。



これからも元気に利用させていただきます。

親指は、意欲的な行動に  
最も大切な部位です



Book  
Review

ブックレビュー

書評

書評