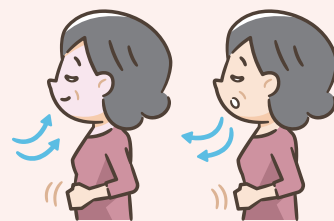


呼吸器リハビリテーションとは？

訪問看護ステーション 理学療法士 早川 尚宏



呼吸器リハビリテーション(以下、呼吸リハ)は慢性閉塞性肺疾患(COPD)や肺炎等のいわゆる呼吸器疾患だけのものではなく、神経・筋疾患の方にも行うことがあります。当院には脳神経内科があり、神経・筋疾患の方も多く受診されているため神経・筋疾患の方への呼吸リハについて簡単に説明させていただきます。

神経・筋疾患の方への呼吸器リハビリテーションの究極の目的の1つとして生活の質の向上が挙げられます。大きな深呼吸で肺をしっかりと膨らませることは大切なことですが、神経・筋疾患の方で呼吸筋の筋力低下が生じた場合には大きく深呼吸をすることが難しくなります。浅い呼吸を続けていると、胸郭や肺が硬くなって膨らみにくくなり、空気の流れが悪くなって、呼吸苦や痰を出すことが難しくなります。先述したように呼吸苦があると動くこと自体が億劫になり生活の質が低下してしまいがちです。呼吸苦が少しでも楽になるように肺・胸郭の柔軟性、排痰・クリアランス維持、無気肺の予防・改善を図ります。深呼吸を促したり、咳を行いやすくなるようにリハビリを行います。そのためにバックバルブマスクや排痰補助装置(カフアシスト等)を用いることもあります。呼吸リハは日常の地味な運動ですが、その質が呼吸管理の成否を決定する要因の1つと言っても過言ではないかと思います。

深呼吸を行うことは心身にとても大切なことです。皆様も1日に数回でもしっかり深呼吸してくださいね。また次号もよろしくお願い致します。



徒手呼吸介助と排痰技術の実技を受けて 療養病棟 看護師長 森藤 和枝

この度、早川理学療法士から徒手呼吸介助と排痰技術の実技を受けました。療養病棟は、呼吸困難を伴っている神経難病の患者さんや排痰が困難な患者さんが多く療養しています。私たちは日々頻回に吸引を行ったり、排痰を促すため体位ドレナージュを行っています。これまで、時には数人で患者さんの体を支え、腹臥位の体位での排痰ドレナージュを行っていました。ただ、呼吸介助に関しては、スタッフの誰もが少しでも呼吸を楽にさせてあげたいという思いで自分達の持つ知識の範囲内での呼吸介助を行っていましたが、常に「このやり方で患者さんは本当に楽になっているのか？」などの疑問がありました。今回の研修はとても分かり易く、「こういう風にすればいいんだ。なるほど!!」と、納得することが多く、実際に方法や力の入れ加減などの感覚を体感することができました。手を添える位置、そして力を入れず自分の体の動きを使うことにより介助される側、介助側も楽になりました。

研修後、現場では早くもスタッフが実践しています。実際に患者さんの呼吸は落ち着き、何よ



排痰技術の実技

り患者さんの表情が穏やかになっていることを実感しています。

日々の実践はもちろんですが、院内には多職種で結成された呼吸ケアチームが活動しています。困ったことがあれば早川理学療法士に相談しながら、今後はチーム内の活動として患者さんの元へ訪室し、実践や現場スタッフへの指導を行っていかれたらと思います。

栄養科 だより

vol.15



(2月2日昼食の予定です)



今月の行事食 節分御膳

立春を前に、次の1年の無病息災を願う「節分」にふさわしい恵方巻と節分豆を詰めたお弁当です。皆様により1年が訪れるよう心を込めて巻いた、当院特製恵方巻をぜひご賞味下さい。

今月のイッピン!

白菜と茹で大豆の黒胡麻和え

今が旬の白菜に茹で大豆を加え黒胡麻で風味のよい和え物にしました。白菜の甘味と大豆のうま味を感じられる一品です。



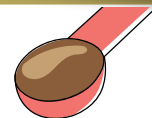
(2月3日夕食の予定)

計量スプーンの 使い方

今月の
ちょっとひとこと



塩分量の調整には、計量スプーンを使って調味料を正しく計量する事が大切です。



① 液体の場合



1杯の場合、計量スプーンにぎりぎりこぼれないところまで入れる。1/2杯を計る場合は、計量スプーンの深さの2/3まで入れる。

② 粉末の場合



1杯の場合、山盛りにすくい、別の計量スプーンの持ち手などですりきって計る。1/2杯を計る場合は、すりきりにしてから半量を取り除く。

栄養科だよりは毎月発行しています。
院内の掲示やホームページでもご覧いただけます。

ホームページ
<https://kobatake.or.jp>



編集後記

今号では災害訓練や法人内研究発表会をご紹介しました。新型コロナウイルス感染拡大を受け、3密を回避した開催やオンラインの活用など病院でも「新しい運営方法」の模索が続いています。みなさまに安心して来院・受診いただけるよう、今年も工夫を重ねていきたいと思っています。(こ)

●外来診療担当表

2021年2月1日現在

科目		曜日			月			火			水			木			金			土		
		午前	午後	夕診	午前	午後	夕診	午前	午後	夕診	午前	午後	夕診	午前	午後	夕診	午前	午後	夕診	午前	午後	夕診
内 科	1診	理事長※1 上村※2		理事長※1 上村※2	下地 (呼)		下地※3 (呼)	土井 (糖)		理事長	理事長		下地 (呼)	竹林 (神)		竹林 (神)	理事長		楠/石井 (消)			
	2診	土井 (糖)			原		原	横濱 (循)		横濱※5 (循)	原		瀧川英 (消)	磯辺※4 (糖)	磯辺※4 (糖)	瀧川英 (消)※7	原		原			
	3診	院長		院長	和又※4 (糖)	和又※4 (糖)		院長		院長	下地 (呼)			院長			吉田(循) (第1・3)					
外 科	5診	和久		和久	和久		和久	和久		和久	中井		※6	和久		※6	中井		中井			
内視鏡診察室(予約)		原	原		佐伯	佐伯					瀧川英	瀧川英		瀧川英	瀧川英		楠/石井/藤田					
泌尿器科	1診	大口		大口	大口			大口			大口			宮本			大口					
	2診	宮本			宮本			宮本		宮本	後藤		後藤	中野		中野	宮本					
眼 科					瀧川		瀧川	瀧川		瀧川	瀧川		瀧川	瀧川		瀧川	瀧川		瀧川			瀧川

診療科目:内科・外科・泌尿器科・眼科・脳神経内科・消化器内科・循環器内科・リハビリテーション科

予約制による内視鏡他の検査外来/月・火・木・金・土

●外来担当医

内科・脳神経内科	小島 敬太郎 (理事長)	内科・消化器内科	石井 学	内科・呼吸器内科	下地 清史	泌 尿 器 科	大口 泰助 (副院長・部長)
内科・脳神経内科	上村 鉄兵	内科・消化器内科	藤田 穰	内科・糖尿病内科	磯辺 隼人	泌 尿 器 科	宮本 克利
内科・脳神経内科	竹林 佳子	内科・消化器内科	佐伯 翔	内科・糖尿病内科	和又 諒	泌 尿 器 科	後藤 景介
内科・消化器内科	原 睦展 (診療部長)	内科・循環器内科	小島 廉平 (院長)	内科・糖尿病内科	土井 綾乃	泌 尿 器 科	中野 芳紀
内科・消化器内科	瀧川 英彦	内科・循環器内科	横濱 ふみ	外科・総合診療科	和久 利彦 (部長)	眼 科	瀧川 泰 (部長)
内科・消化器内科	楠 裕明	内科・循環器内科	吉田 賢司	外科・総合診療科	中井 肇		

- 1) ※1 第2・4月曜日の診察
- 2) ※2 第1・3・5月曜日の診察
- 3) ※3 15:30～16:45までの診察
- 4) ※4 9:00～15:00までの診察
- 5) ※5 15:30～16:30までの診察
- 6) ※6 手術がない場合は、外科・総合診療科で受付できることがありますのでお問い合わせください。
- 7) ※7 15:00～16:45までの診察

- 8) ※8
- 【内科】

午前／初診 11:00まで
再診(予約なし) 11:30まで

午後／初診 17:00まで
再診 17:30まで

※予約の方は予約時間に従い、受付をお願いします。
なお、予約の方および急患の方はこの限りではありません。
- 【内科以外の診療科】

午前／初診・再診(予約なし) 11:30まで
午後／初診・再診 17:30まで

※予約の方は予約時間に従い、受付をお願いします。
※外科・泌尿器科は手術の都合で外来診療受付時間が変更になることがあります。

- 9) 学会などへ出席のため、休診または担当医が変更になることがあります。
- 10) 診療予約変更は午後から電話等でご連絡ください。

- 受付時間／ ● 8:15～17:30 ※8
- 診療時間／ ● 9:00～12:00 (全科)
● 15:00～18:00 (眼科)
● 16:30～18:00 (その他の診療科)
- 休 診 日／ ● 日曜日・祝日 (全科)
● 火・土曜日午後 (泌尿器科)
● 月曜日 (眼科)
- 面会時間／ ● 平日／1:00～19:00
● 日・祝日／10:00～19:00

当院では人間ドックも行っています

● 毎年の誕生日健診をおすすめします ●

■ 日帰りドック (火・木・金・土)

■ 一泊ドック (月・火) または (金・土)

など気軽にご相談ください

こばたけ びょういん

医療法人 (社) 玄同会

小島病院

〒720-1142 広島県福山市駅家町上山守203

TEL (084) 976-1351 (代) FAX (084) 976-6309

https://kobatake.or.jp

当院は主として
次の疾患を専門としています

内 科

神経系の病気(脳神経内科)、循環器系の病気、消化器系の病気を中心に糖尿病内科、呼吸器内科は専門外来を行っています。

外 科

一般的な外科の初期治療、腹部疾患の総合的診療、甲状腺疾患

泌尿器科

尿路性器悪性腫瘍、尿失禁や排尿障害、尿路結石

眼 科

白内障、緑内障、眼底疾患、コンタクトレンズ

リハビリテーション科

脳血管障害、神経及び筋疾患、骨関節疾患などのリハビリテーション

担当医については電話または受付でお尋ねください。

