

暮



デイサービスむべやまで『大文化祭』が開催されました。利用者さまの作品の一部です。

理 念

地域に望まれる理想の医療を目指して

基本方針

1. 私たちは患者さんの立場にたち、安心して満足できる医療を提供します。
1. 私たちは患者さんに心から信頼される医療人を育成します。
1. 私たちは地域に密着した病院としての機能向上を図ります。

小粒でも大きな支え、続く安心



医療法人
(社)玄同会

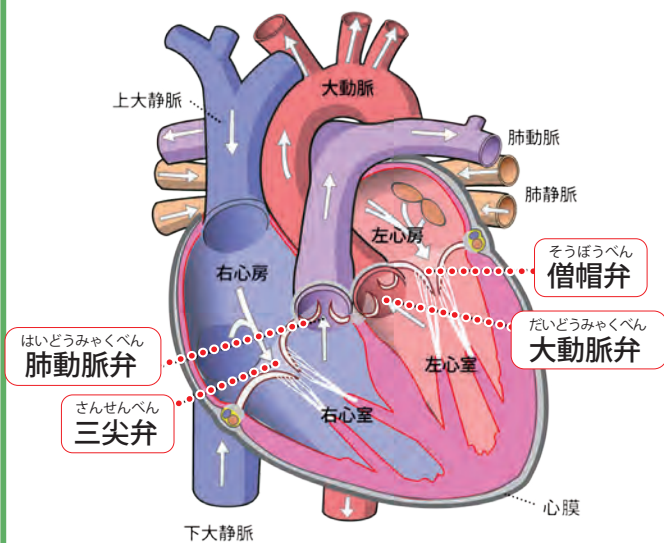
小島病院



院長 循環器内科
小畠廉平 医師

心臓弁膜症について

心臓の中には4つの弁があり、これらは心臓の中で血液を巡回させ、心臓の外に送り出すのに重要な役割を果たしています。これらの弁に異常が起きることによって引き起こされる病気が心臓弁膜症です。



Wikipediaより

白い矢印は血液の流れの向き

が出る、時々気を失う、動くだけで息が上がるといった症状で病院を受診され、発見されることがほとんどです。中には健康診断で心臓の雑音を指摘されたことを機に発見される方もいらっしゃいます。

心臓弁膜症の治療ですが、発見されたとしても症状がなければ様子を見ることで済むことが多いですが、症状があれば手術が必要になることもあります。手術の方法としては、大きくなりすぎた弁のサイズを縫い縮める弁縫縮術(イメージとしては巾着のひもを締めるような感じ)と、弁をそっくり人工弁に取り替える弁置換術があります。人工弁には機械弁と生体弁(ウシやブタの心膜で作られた弁)があります。ただ、手術と聞かれると全身麻酔で心臓を開いて・・・とイメージされる方が多いかもしれません。当院でもここ10年で弁膜症による症状をお持ちの患者さんの高齢化が進んできており、手術は体力的に大丈夫かな?とお考えの方もいらっしゃいます。しかし最近の一部の弁膜症ではカテーテルを用いた治療ができるようになり、高齢の方や体力的に不安がある方への道筋が開かれるようになりました。当院は通常の開胸手術、カテーテル手術のできる医療機関とも密接に連携しており、手術が必要な弁膜症の患者さんにはご希望に沿った医療機関をご紹介します。ご紹介させていただきます。

ご自身やご家族に気になる症状がある方、健康診断で再検査を勧められた方は、是非一度ご相談ください。

弁の異常は大きく分けて、弁がうまく開かない(狭窄症)、うまく閉じない(閉鎖不全症)の2つがあります。狭窄症は加齢に伴い弁にカルシウム分が付着していくこと(石灰化)で起こる場合が多く、閉鎖不全症は弁の周りで起きる異常で引き起こされる事が多いです。弁膜症のほとんどは、診察で心臓の雑音を認め、心臓超音波(心エコー検査)を行い、心臓内の弁の状態を観察した結果、発見されます。

心臓弁膜症が発見されるきっかけは様々です。たとえば動くとき胸が締め付けられるような痛み

お家で出来る

体幹トレーニングで安全な生活を 体幹作り！



体幹とは、頭と手足を除く胴体(胸部・腹部・背部・腰部等)のことを指します。身体を動かすときに最初に働くのが体幹筋であり、身体を安定化させる為にも重要な役割をします。この筋が衰えると姿勢が悪くなるだけでなく、歩く能力の低下等思うように身体を動かす事が難しくなります。体幹筋が強化されると、**身体全体の安定性が高まること**はもちろん、つまづいた際に身体を支え**転倒を予防すること**、**良い姿勢を保つこと**、**腰痛の予防・改善**などにつながります。

① ドローイン

3呼吸5セット

(3呼吸毎に普通に呼吸し休憩を)



① 膝を立て仰向けに寝る。



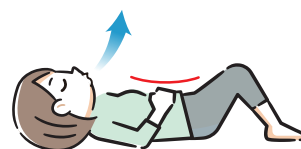
② 息を鼻から吸い、
お腹を膨らませる。



③ 息を口から吐き、
お腹を凹ませる。

CHECK!

慣れてきたら、背中や
お腹を下に押し付ける
イメージで、しっかりと
息を吐き切る！



② ツイストクランチ

②③左右を1回とし 10回×3セット



① 膝を立て仰向けに寝る。



② 右手で左膝の外を目指し
頭を起こす。



③ 左手で右膝の外を目指し
頭を起こす。

CHECK!

脚を持ち上げる事
で運動負荷があがり
更に効果が期待
できます。



運動の注意事項

- 運動中は息を止めず回数を数えながら行いましょう。
- 次の日に疲れが残る場合は運動回数を減らしこまめな休憩をとりましょう。
- 運動前後には水分を補給しましょう。

デイサービスむべやまのご案内

デイサービスむべやまは、要支援・要介護と認定された方にいつまでも住み慣れた地域、自分の家で過ごして頂けるように介護サービスを提供する通所型の事業所です。

要支援の方には、身体の状態を維持し要介護状態になることを予防するため、趣味活動や体操などのプログラムでしっかり活動していただきます。要介護の方には、食事や入浴、排泄などのお手伝い、機能訓練、趣味活動などを提供し、身体の状態の維持ならびにご家族様の負担軽減を図れるようにお手伝いします。ご本人の目標、身体状況に合わせての対応を行います。

ご利用者の「自分で動きたい、いつまでも歩きたい」を叶えるために、作業療法士、理学療法士、言語聴覚士による個別・少人数での訓練を実践しています。見学や無料の体験利用を行っていますのでお気軽にご相談ください。



趣味活動のお菓子作り



作業療法士と個別訓練



理学療法士との少人数体操



手作り昼食

お問い合わせは

デイサービスむべやま
TEL.084-976-5220

- 介護福祉士10名
- 看護師 4 名
- リハビリスタッフ 5 名

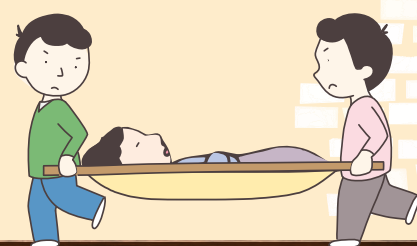
もしも！の時に役立つ

担架での搬送訓練に参加してみませんか

私たちが暮らす地域でも、近年は災害が多くなっています。もしもの時、動くことが困難なご家族や地域の方を安全な場所へ避難誘導するためには、どうしたらよいでしょうか。

ご家庭にある物干し竿や傘、毛布を使って担架を作る、体験型の搬送訓練を実施します。リハビリテーション科スタッフ指導の下、職員と一緒に体験してみませんか。

どなたでも
参加できます



日時 11月26日(土)
13:30~14:15
(13:15より受付開始)

場所 ケアモール芦花
定員 10名(参加無料)

【お申し込み方法】

- ①Webから…二次元コードを読み取り、必要事項を入力してください。
病院ホームページからお申込みいただけます。
- ②申込書で…申込書は病院受付にあります。
必要事項を記入の上、病院受付へご提出ください。

詳しくは病院ホームページまたは院内に設置してありますチラシをご覧ください。

