



医療法人社団 樫の木会  
大島くるとみ病院

939-0271

富山県射水市大島北野 48 番地

Tel0766-52-2580 Fax0766-52-8016

<http://www.kurumi.or.jp>

# 大島くるとみ病院だより



## <今月の医療情報>

### えんげせい 嚥下性肺炎

#### 「誤嚥」とは？

「誤飲」はよく聞くけど、「誤嚥」って何？と思う人も多いかもしれません。「誤飲」は異物（例えばタバコの吸殻やボタン電池など）を間違えて飲み込んでしまい、それが胃の中に入ってしまうこと。「誤嚥」は食べ物や唾液を飲み込んだときに、通常は食道へ行くはずの物が誤って気管に入ってしまうことをいいます。

#### 「誤炎性肺炎について」

厚生省の人口動態統計によると、「肺炎」は、がんや脳血管疾患、心疾患に続き、男女とも死因の第4位を占めています。

「肺炎」で一番怖いのが「誤炎性肺炎」。誤って気管に入ってしまった飲食物や唾液・痰などは、肺の中へ落ちていきます。それらに含まれる細菌が肺の中で感染を起こしたり、浸透圧の変化を起こしたりして肺炎になってしまうのです。

特に体力や免疫力が低下してきているお年寄りには、「誤嚥」をおこしやすく、「誤炎性肺炎」の危険性が高く、場合によっては命に関わる状態になることもあるのです。また、「脳卒中」の後遺症などで、口腔内の麻痺にて「誤炎性肺炎」を起こす場合もあります。

#### 「嚥下性肺炎を防ぐには」

食前、食後に口腔・咽頭ケアを実施し、また、嚥下に意識を集中できるよう食事の環境を整えます。出来るだけ座位または少しでも状態を高くすると飲み込みやすくなり、誤嚥を防げます。

麻痺などがあつてうまく飲み込めないかたは健側(動かしやすい側)を下にします。こうすると下に食物や唾液などがたまってきても誤嚥せずに飲み込みやすくなります。

マイルドな味、人肌の温かさの食事ばかりでは嚥下や咳の反射がおこりにくいです。唐辛子など刺激的な辛いものや、冷たいものを口に入れると、嚥下や咳の反射の改善に効果があります。

何より大事ななお口の中を清潔に保ち、口の中でたくさんの細菌を増殖させないようにすることです。

## 5月 happy birthday

### 今月の顔



清水	波留美様	70 歳
宮澤	すぎ様	99 歳
稲垣	彰夫様	69 歳
田中	善親様	87 歳
茂崎	忠 様	73 歳

渡辺	忠司様	71 歳
才川	信一様	83 歳
井端	琴 様	85 歳
竹田	信一様	89 歳

ご飯も自分で食べられるまでに元気になられて良かったです。これからも頑張ってください。

清水 波留美 様

## 豆知識 (土踏まずの話)

「土踏まず」は名前の通り、足の裏の一部で土につかない、土を踏まない部分のことで、広辞苑には「足の裏のくぼんだところ」とあります。

二足歩行の人間にとって、このわずかなくぼみがとても大切な役割をしています。足の裏にアーチを作ることで、歩いたり走ったりするときに地面から受ける衝撃をやわらげ、クッションのような役目を果たしているのです。ですから土踏まずのない、いわゆる扁平足の方は、クッションがないので足を痛めやすいこととなります。また、足は姿勢の基本です。土踏まずがないと、疲れやすい、腰痛になりやすいなど、いろいろと体への影響が出てくることもあるようです。

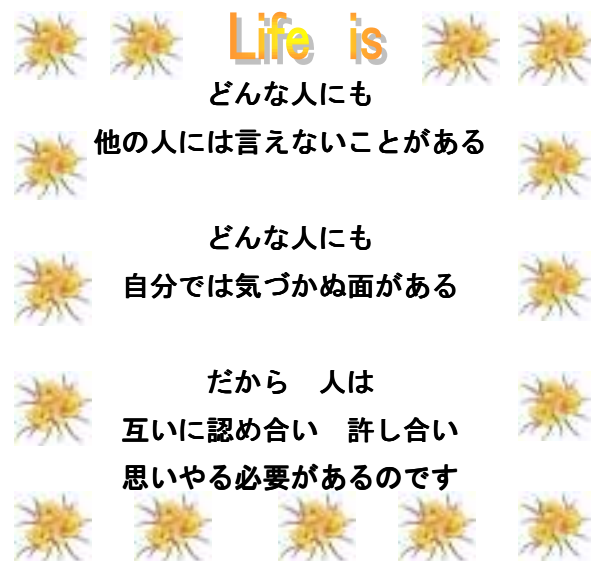
一般的に土踏まずを作るためには、裸足での生活や、足の裏の筋肉をつけるために草履を履く、つま先立ちをする、などの方法があります。実際に、年中裸足で保育をしている幼稚園や保育園では、扁平足の子供の割合が低い傾向にあるともいわれています。一度ご自分の足の裏をながめてみてください。ちゃんと土踏まずはありますか？

### 一通所リハー

4月の第2週目に1週間にわたり、薬勝寺池にお花見に行ってきました。1時間ほどの限られた時間でしたが毎回、天候にも恵まれ歌を唄ったり小鳥のさえずりを聞きながら楽しく過ぎて頂きました。

また今度もどこかに行きたいなあ〜と、今プランを練っていま〜す。

今日は花曇りで良い日やねえ〜。



### お知らせ

#### 能登半島地震の義援金について

能登半島地震にご協力ありがとうございました。皆様から出して頂いた義援金49,359円は4月19日に日本赤十字社に届けました。ご協力ありがとうございました。

#### 看護師のナースキャップについて

看護師のナースキャップをはずし、4月から看護・介護職員のユニフォームが一部変わりました。

看護師のユニフォームは襟の縁取りが水色です。介護士のユニフォームは襟の縁取りがピンクです。

徐々に新しいユニフォームに変えていく予定です。旧タイプを着用している場合見分けが付きにくいかもしれませんがご理解下さい。看護師は医療・看護処置を行い、介護士は介護業務を行いそれぞれ業務は異なりますが、私たちはスタッフ一人一人がしっかり対応できるように互いに協力し、連絡を密にして患者様・利用者様に満足していただけるケアを提供したいと思っています。ご意見、ご要望などございましたらお気軽にお声をかけて頂きます様お願いします。



#### 《 編集後記 》

皆さん、今年のGWはどのように過ぎましたか。今年は、良い天気が続き外出日和だった事と思います。

また、なかには高岡の御車山祭りに、行かれた方も、おられたのではないのでしょうか。

これから、暑い日が続いていくので、外出される事も多くなっていくので、水分補給や日射病などに注意しましょう。

#### 基本理念

患者様の生命と人権を尊重した医療と介護に努めます。  
信頼され安心して利用される施設・在宅支援サービスを提供します。  
地域と連携し高齢者医療の中核病院を目指します。

職員は常に自己研鑽に励み、医療・介護の質の向上に努力します。 平成18年4月1日改定

#### 運営指針

- 1 私たちは、思いやりの心をもって利用者の方々の自立支援を行います。
- 2 私たちは、感謝の気持ちをもって、利用者の方々に接します。
- 3 私たちは、小さな努力を一步一步積み重ねて、利用者の方々の笑顔を得たいと考えます。
- 4 私たちは、利用者の方々の長年の苦勞に敬意をはらって、介護サービスをいたします。
- 5 私たちは、利用者の方々からのご意見、ご提案に耳を傾けます。
- 6 私たちは、入所・入院しておられる方々に医療情報を積極的に公開し、安心と納得の医療に努めます