

春ノアDays

『田』の理念

常務理事 事務局長 瓦井 洋

私は今から40年前にこの業界に入ったのですが、当時の病院は、全ての診療科を持つ「総合病院」と産婦人科や耳鼻咽喉科のような特殊な科目を持たない「一般病院」とに大別されていたぐらいで、病院としての機能や診療内容は殆ど変わりありませんでした。でも、この頃から既に高齢化は始まっていた、私が所属した病院でも、入院してくる患者の約半分くらいは高齢者（老人）が占めるようになっていました。そして当時の病院の収入（診療報酬）は、出来高払い（点滴や投薬、検査も、やればやるほど報酬が増える制度）でしたから、いろいろな病気を持った高齢者は、不遜な言い方になりませんが病院にとってはとても良いお客さんだったわけです。

その頃から世の中の高齢化は急激に進み、それと並行してこの業界も老人専用の病棟が増え始めました。そしてこの老人病棟は、何年も経たずに老人病院へと変わっていったのです。

この成り行きは仕方がない面もありました。当時は公費（保険）で賄う介護老人保健施設などもなく、民間の老人ホームは高額で手が届かず、唯一、特別養護老人ホームが各地域にほんの少しだけあったにすぎません。つまり病院を退院しても、殆どの老人は帰る場所がなかったのが実状だったのです。当時の老人病院を擁護するつもりはさらさらありませんが、帰る場所のない患者さんたちを、老人病院が最後まで診ていたことは事実ですし、ある意味この国の福祉の貧弱さを老人病院が補っていたといっても過言ではありません。

しかし今思えば、この老人病院の医療の在り方が、実は私の人生を大きく変える転機となりました。

その頃の老人病院の実体。その悲惨さは今でも忘れることは出来ません。日がな一日ベッドに寝かされ、来る日も来る日も点滴の管につながれて、身動き一つ出来ずに、只々死を待つだけ…。そしてこの人たちは『医療』という名の下に、死ぬことさえも許されていないのです。

この人たちを何とかそんな医療から引き離したい。そんな私の思いが当時の厚労省に通じたとは思えませんが、ますます膨張していく老人医療費を削減するため、厚労省は次のような対策を打ち出してきました。まず、それぞれの検査に個別に点数を与えていたやり方を、何種類かにまとめて点数をつける「まるめ」に変更し、次に病院で使用する薬の「薬価」を大幅に下げたのです。しかしこの程度の改革では老人医療費の膨張を止めることはとても出来ませんでした。

それから数年後、厚労省は一般の急性期病院を除いて、いわゆる『老人病院の報酬』を『出来高払い』から医療をやってもやらなくても関係なく、一律の点数を与える方式『まるめ』に変えたのです。やってもやらなくても受けるお金が同じならやらない方が得、と考えるのが普通です。間違った医療だからやらない、と考えた病院は残念ながら殆どなかったと思います。

そしてこの改革で、全ての老人病院の経営は危うくなりました。実は私が所属していた組織でも、傘下の三つの病院は経営も苦しくなる一方で、連日の会議の末、私にオハチが回ってきたのです。

私にとつては老人から『あの医療』を引き離す絶好の機会でした。まず私は、医師や看護師をはじめとするスタッフたちに、『医療を最小限にし、看護・介護に力を入れる病院』、つまり『看護・介護を強化する病院』にすることを明言し、協力を頼みました。そして2年後、この挑戦はやっとなの目を見ることが出来たのです。しかし皮肉なもので今度はその「介護強化型病院」に認知症の患者が徐々に増え始めたのです。これには困りました。まず現場の看護・介護スタッフ達が音を上げ始めたのです。何故なのでしょう。（次号に続く）

病院短信

1病棟 看護師長 斉藤 宏美

『軽度認知障害』

陽春の候、コックリコックリもいよいよ本番の季節となりました。とても良い季節ですが、そんな事を感じる余裕がない季節でもあります。先月からの新型コロナウイルスでは、皆さんも悩まされている事でしょう。感染しないようにマスク・うがい・手洗いは今までにないくらい最大限行っていると思います。そして、大変困った事はマスクが売っていない。消毒薬関係も売っていない。ティッシュペーパーやトイレットペーパーまでもない時がありました。中止、自粛、休校、自宅待機など生活を脅かす事他にも沢山ありますが4月はどうなっていくのでしょうか？そんな中でもテレビやSNSなどで人を思いやる出来事も沢山ありました。休校の子供達への食事やガーゼで作るマスクの作り方など他にも沢山あります。まだまだ収束に時間がかかると思いますが、他人の事も思いやる気持ちを持ちながら乗り越えて行こうと思います。

また、当院でもご家族には面会が出来ない期間があり、ご迷惑をお掛けしている事と協力を頂いている事に感謝いたします。

MCI（軽度認知障害）という言葉は、ドラマやCMなどで観た事があり知っているかと思いますが、高齢者の4人に1人は『MCI』もしくは『認知症』であると言われています。認知症はテレビなどで多く取り上げられているので良く知られていると思いますが、軽度認知障害についてはまだ広く知られていないと思います。軽度認知障害の約半数が認知症になると言われています。

M…脳内の細い血管の破れ

脳内の細い血管を強くして微小出血を防ぐため食生活の見直しが大切で「EPA・DHAなどの魚」「野菜や果物」を摂取する。

魚油＋リコペン＋イチョウ葉の組み合わせで予防効果が認められているそうです。

C…その周辺の神経細胞の死滅

血管の再生、神経の再生を促します。そのためには運動の改善が大切で「少し速足で歩く」「軽い筋力アップ運動」「家庭菜園などの作業」「ヨガ」など効果的と言われています。

I…脳内ネットワークの遮断

脳内ネットワークを強化する事が大切で、そのためには脳トレの改善が良いです。

「頭を使う遊びやゲーム」「将棋」「トランプ」「テレビゲーム」など。

頭を使う日常的な行動には「献立を考える」「本を見て料理をする」「レジで小銭を使って支払う」「手芸や模型作り」など手先を使う。「おしゃれをして出かける」事も良いそうです。

「食生活」「運動」「脳トレ」の日常生活を見直し意識的に脳に刺激を与えるような心がけると良いですね。しかし、これを実行したから認知症にはならないという事ではありません。少しでも異変を感じた時には専門医の診察を受ける事も重要です。

看護のひろば

1病棟看護主任 島村 美郷

春の訪れとともに桜の便りが届きました。セントノア病院でも3月19日に開花し、あっという間に満開となりました。

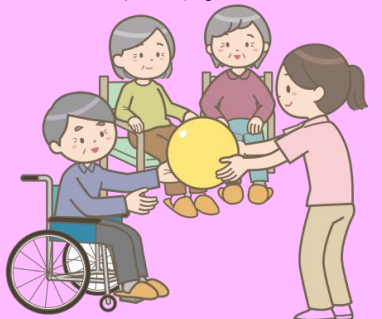
世界中で新型コロナウイルスが感染拡大し、終息の兆しも見えません。今年のオリンピックを楽しみにしていましたが、延期となりました。楽しみは先延ばしにしても、万全の状態で行うことが一番だと思います。

病院でも面会禁止とし、ご家族の皆様にもご協力いただいています。ご心配も多いと思いますが、患者さんの近況をお知らせします。毎日のようにテレビでコロナウイルスの事ばかり流れていますが、ある患者さんは「今何人だよ」と教えてくれます。身近にせまった恐怖は、感じていないようです。

幸い例年に比べて、病棟では有熱者もなく落ち着いています。ウイルスは外から侵入してくるようで、この度は職員もいつも以上に気を配り、病院に持ち込まないための対策が取られました。

そんな中、桜の花見が3月26日、絶好の花見日和に桜の満開の下で行われました。おしるこを食べて「さくらさくら」を合唱し、ミニ運動会（じゃんけん大会・パン食い競争・玉入れ）を行い、大変盛り上がりしました!(^^)!

これからも患者さんを連れて、談話室や庭に降りてきたいと思います。



来月のカレンダー切り取って使ってくださいね！

2020年 さら カレンダー！



満開の♡

サクラの下を♡

サラのんびり





ひな祭り

3月下旬、院庭の桜も満開になりました♡

ご家族の面会ができない中、患者さんたちは談話室でティータイムを楽しみながら桜を見たり、庭に出て春の優しい空気に元気をもらいました(´▽`)

桜散歩

3月3日ひな祭り♡ 1階正面にひな人形が飾られ患者さんもひな壇をバックに一人一人写真も撮りましたよ(´▽`)

また、患者さん扮するおひな様、お内裏様もお似合いですね(´ω`)ノ

雛まつり

こちらでは、風船バレーをして患者さん皆で楽しみました!(^^)! お内裏様もハッスル(´ー`)ノ

いきいき介護

1病棟 介護福祉士 高柳 美佐子

この冬はとても暖かく、3月半ばにして統計開始以来、最も早く桜の開花が始まりました。

例年であれば、お花見で賑わう時期ですが、今年は新型コロナウイルス感染拡大の影響で桜まつり等様々のイベントが中止になってしまっています。

3月中は、当院でもご家族との面会禁止を余儀なくされ、患者さんの気持ちも寂しさに沈んでしまっていたと思います。

当院には多くの桜の木があり、満開の桜の下、ご家族との面会で患者さんの素敵な笑顔が見られることを楽しみに、そして早くコロナウイルスが終息しますようにと願いながら桜を見えています。

今年は外出の機会が少ないため、レクリエーションや日々の患者さんとのコミュニケーションを充実させ、お花見の時期を楽しく過ごしていきたいと思います。

薬剤科だより

薬剤師 鯉渕 直子

『果物ジュースと薬』

グレープフルーツジュースの飲用によって、降圧薬のカルシウム拮抗剤（ニフェジピン、アムロジピン等）やスタチン系の高脂血症治療薬（アトルバスタチン等）、睡眠薬のトリアゾラム等、多数の薬で血液中の薬の濃度が上がることで、通常よりも薬の効果が強く出たり、副作用が生じやすくなることが知られています。

その原因として、グレープフルーツに含まれる成分（フラノクマリン類）が薬物代謝酵素（CYP3A4）の働きを阻害し薬の分解が遅くなることによって起こります。

グレープフルーツジュースのこの作用は、飲んだ後3～4日間も持続することが分かっています。したがって、これらの薬を服用している方は、グレープフルーツジュースの飲用は避けることが望ましいとされています。果実についても同様のことが言えます。

他にも同じ柑橘類のはっさく、夏みかん、ポンカンなどにも同じ作用があります。しかし、温州みかん、オレンジ、レモンなどには、このような相互作用は、認められていませんので安全とされています。

一方、花粉症の治療等に使用される抗アレルギー薬のフェキソフェナジン（アレグラ）は、グレープフルーツジュースの他にリンゴジュースやオレンジジュースなどを飲むことによって薬の吸収が低下し、効きめが弱まる場合があるようです。ただし、これらの影響は数時間程度ですので、アレグラを飲む場合はその前後にこれらの果物ジュースを摂らないよう、注意したほうがよさそうです。

4	日	月	火	水	木	金	土
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30			

2020 5 月

日	月	火	水	木	金	土
					1 赤口	2 先勝
3 友引 憲法記念日	4 先負 みどりの日	5 仏滅 こどもの日	6 大安 振替休日	7 赤口	8 先勝	9 友引
10 先負	11 仏滅	12 大安	13 赤口	14 先勝	15 友引	16 先負
17 仏滅	18 大安	19 赤口	20 先勝	21 友引	22 先負	23 仏滅
24 大安	25 赤口	26 先勝	27 友引	28 先負	29 仏滅	30 大安
31 赤口						

4月の予定

◇誕生日会

1病棟 4月 6日（月）

2病棟 4月 15日（水）

3病棟 4月 7日（火）

各病棟デイルーム

14：00～



お知らせ

今月号より『Animato』から新たに『春ノア Days』へ衣替えしました
よろしくお願い致します(´▽`)

スタッフ紹介

日本に来て20年になります。タイにいた時には、病院で看護師をしていました。

患者さんの看護をするのが好きで看護師になったのですが、今は日本で食事の面で患者さんの役に立てることを誇りに思っています。この仕事についてまだ半年あまりですが、この間に患者さんから「お食事おいしかったです。ありがとうございます」と言われたことがあります。これからは患者さんに喜ばれるよう、周りの職員の方々に助けられながら頑張っていきたいと思っています。



栄養科
ふるや
古屋 ナッタヤー

星 座：水瓶座
血液型：A 型
好きな動物：犬