

フィリア・レター

～真の友人からの手紙～



発行：中部ろうさい病院

〒455-8530

名古屋市港区港明 1-10-6

TEL 052-652-5511

FAX 052-653-3533

<http://www.chubuh.johas.go.jp/>



ぼやけて見えることはありませんか？～白内障～

眼科部長 坂井 隆夫

「テレビなどがぼやけて見える、外に出るとまぶしい…」

そういったことはありませんか？これは白内障の症状かもしれません。

白内障とは、目の中にある水晶体というカメラのレンズのような組織が濁ってくる病気です。主な原因は加齢ですが、ステロイド治療、放射線治療、糖尿病、目の打撲などの既往歴があると進行しやすいです。

白内障の治療は点眼、内服、手術があります。白内障進行予防の目的で点眼や内服治療をすることがありますが、徐々に白内障が進行していずれは手術が必要になります。手術は目に3mmほどの切開を行い、その創口より細い器械を挿入して、超音波で白内障を砕いて吸い出します。

白内障が進行すると、まれに緑内障発作を起こすことがあります。緑内障発作とは急に眼圧が上がって強い眼痛を起こす疾患で、なかには失明することもあります。ご年配の方で、目の手術はあまり受けたくないという方もおられますが、進行した白内障をそのままにしておくのはお勧めしません。運転免許の更新に視力検査があり、白内障で視力低下して手術が必要になることもあります。

白内障手術の歴史は古く、紀元前から手術が行われていました。有名な人では印象派の巨匠クロード・モネも晩年に白内障による色覚障害をきたして手術を受けました。

1949年に人工レンズが開発され、その後はこれを挿入する手術が普及しました。当初、人工レンズは遠視や近視を矯正するだけの機能しかありませんでした。しかし、近年は技術が進歩して乱視の矯正ができるレンズや調節機能を有する多焦点レンズが登場しております。

なお、乱視矯正レンズは保険適応で当院でも使用可能ですが、多焦点レンズは先進医療で自費診療となっております。当院では使用できません。

手術は20分程度で終了することが多いですが、白内障が進行して固くなっている場合などは時間が延長することがあります。日帰り手術に対応している病院、クリニックもありますが、当院では入院手術をお勧めしております。

手術後は2週間程度、顔に水がかからないようにするなどの制限があります。また、手術後、落ち着いた時期に眼鏡を作る必要があります。

白内障が心配になった方はお気軽に眼科外来までお越しください。

今月号のお知らせ

- ①ぼやけて見えることはありませんか？～白内障～
……………眼科部長 坂井 隆夫
- ②「栄養を介して治療に貢献する」
栄養管理部を紹介します。
……………栄養管理部室長 関口 まゆみ
- ③第15回市民健康セミナーの開催報告
- ④第16回女性医療フォーラムのお知らせ
……………女性診療科・神経内科部長 上條 美樹子
- ⑥院内行事開催記録
編集後記
病院の理念・当院の基本方針

管理栄養士

「栄養を介して治療に貢献する」

栄養管理部を紹介します。

栄養管理部室長 関口 まゆみ

今年の夏は暑かったですね。1日3食、美味しく食べられていますか？取れたて、旬のものを美味しい！と感じて食べた時ほど、幸せを感じずにはいられませんね。

*『口から食べて元気になってもらう』

栄養管理部の1日は、毎朝4時半、だしを引くことから始まります。

「絶対だすな食中毒、絶対だすな異物混入、やる気、守る気、続ける気、ピカピカの厨房に事故はなし」365日1日も休むことなく、1食当り400人分(約75種類)安心、安全で美味しい食事作りを心がけています。温かいものは温かく、温度管理もかかせません。早期に「刻み食」を廃止し、嚥む・飲み込む力が落ちてきた患者さんには、「嚥下調整食」を医師の指示の元、提供しています。最期まで美味しく口から食べてもらうために。

*『食事療法をとおして、健康について考えてもらう』

栄養指導室では、「糖尿病、腎臓病、心臓病、肝臓病、脂質異常症、肥満、やせ、高血圧、透析、がん、嚥下障害等」色々な病態、患者さんそれぞれにあった食事療法・行動変容の提案を行っています。一緒に健康になるコツを考えていきましょう。

*『栄養を支援することで、早期退院につなげる』

病棟では、沢山のチームが活躍しています。栄養サポートチーム

糖尿病サポートチーム

腎臓病教室チーム

心臓リハビリテーションチーム

褥瘡(床ずれを予防する)チーム

嚥下(食べることを支援する)チーム

緩和ケア(がん患者さんを支援する)チーム

どこにでも管理栄養士の姿があります。

栄養摂取方法には、静脈栄養(血管へ栄養を注入する)・経管栄養(管から栄養を胃や腸に注入する)・経口栄養(口から食べる)の3つの方法があります。どの栄養方法であっても過不足なく、生きていくために必要な栄養内容を提案します。

栄養のことで、心配な事がありましたら、主治医をとおしてご相談ください。

管理栄養士がお話を伺いにお邪魔します。



常食より美味しい嚥下調整食

栄養管理部スタッフ：栄養管理部部長、室長、管理栄養士、調理師、栄養士、調理補助、総勢46名



医師



第15回市民健康セミナーの開催報告

第2耳鼻咽喉科部長 佐藤 栄祐

平成30年7月28日(土)に当院講堂にて第15回市民健康セミナー「認知症は怖くない!

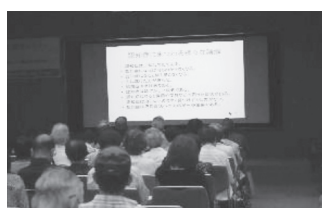
ほけても安心して暮らせる地域社会へ」が開催され、台風が近づく中約100名の方々にご参加いただき誠にありがとうございました。

一般講演として、「ほけても安心して入院生活」と題し当院認知症看護認定看護師の滝沢なぎさより認知症の概略と当院での取り組みに関するお話がありました。加齢による物忘れと認知症との違いは、“昨日の夕食に何を食べたか忘れる→加齢による物忘れ”、“昨日夕食を食べたかどうか忘れる→認知症”と分かりやすく説明がありました。認知症患者が入院されると慣れない共同生活と病気の治療のストレスで認知症症状が進行することが知られており、当院では認知症ケアチームがあること、週1回のラウンドで認知症が進んだ原因を探り安心して入院治療が行えるよう活動しているとの話がありました。また認知症ケアチーム主任薬剤師の中田吉則より、服用中の薬が治療の妨げになってないか管理し医師へ薬の提案をしていることや、認知症の薬に様々な剤形があることを教えてもらいました。

特別講演では国立長寿医療センターもの忘れセンター副センター長の武田章敬先生より「認知症になっても地域で安心して暮らすために」と題し、まず平成22年の認知症有病者数が439万人、65歳以上の15%に上ること、認

知症で最も多いアルツハイマー型認知症は早期に発見することで進行を抑制することができるお話をいただきました。特別講演で重要だと思ったことは、認知症患者は強い不安の中にいるため安心して暮らせる社会づくりと、介護する家族への支援として介護保険サービスなど社会資源の活用をすすめ、目的に応じた相談窓口を紹介することです。さらに自分が今どんな病気でどんな治療・支援を受けているか把握し、必要時に支援者と情報を共有できるツールとして、ご自身の基本情報、支援にかかわる者・機関リスト、病名・処方内容、今後の医療・介護への希望等書きとめて持っていますと教えていただきました。

参加者からの認知症の予防に関するご質問に対し、日頃から頭を使うこと、生活習慣病のコントロール、運動、バランスの良い食生活が大切であるとお答えいただきました。当院では認知症ケアチームのもと認知症患者が安心して入院できる環境づくりに心掛けております。もの忘れや認知症でお困りの方はお気軽にご相談ください。





お知らせ



第16回女性医療フォーラムのお知らせ

女性診療科・神経内科部長 上條 美樹子

「元気になる」、「元気である」、そして「大切な人を元気にする」。

そのために何が出来るかを一緒に考えませんか？

みなさんは労災病院が企画する「女性医療フォーラム」をご存知でしょうか？このフォーラムは女性外来を開設している6つの労災病院（釧路、関東、和歌山、愛媛、岡山、中部）が、毎年開催する一般市民向けのフォーラムです。

今年、第16回は中部労災病院が「ココロとカラダのビューティーサポート」をテーマに開催します。なんだか横文字のわからないテーマだと感じたあなた、要するにカッコいい女性の養成講座だと思ってください。

女性の健康管理にはふたつの大きな柱が存在します。第一はカラダの健康に避けて通ることのできない女性ホルモンとの付き合いです。思春期、更年期世代の女性の身体はまるで嵐の海の小舟のように女性ホルモンの分泌動態に翻弄されます。この嵐をどのように乗りきるかは女性が元気であるためには大変大切なのです。

第二の柱は、ココロの健康維持です。育児に家事、仕事に介護、やらなければならない

事が山積みの女性たち。でもある日突然、鏡の中の自分がげっそりやつれてみえることに気がつきます。休んでも休んでもとれない慢性疲労。それらはやがて意欲低下、情緒不安定の原因になってしまうかも。またココロの疲労はいろいろな身体症状に繋がります。頭痛やめまい、シビレや身体の痛みなどの原因がココロの不調にあることも珍しくありません。

今回のフォーラム第一部では、現在婦人科医師として全国的に活躍中の高尾先生は女性とは切っても切れない女性ホルモンについてを、当院心療内科医師の芦原は病気になりにくいココロの育てかたについてお話しします。また、第二部では当院の女性総合外来担当医が、みなさんよくご存知のラジオパーソナリティで書道家の矢野きよ実さん、新聞社取締役の中島幸子さんといっしょに、女性の健康と幸せを話しあいます。おふたりから病院への不満や疑問などもうかがいながら、第一線で活躍する彼女達がどうしてカッコよくいられるのかを探りつつ、子育て・更年期世代の病院との付き合いかたを考えます。

クリスマス前の素敵な午後になるはずです。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

第16回 女性医療フォーラム



Join us!

あなたのために!

入場無料

ココロとカラダの ビューティーサポート

2018.12.22 (sat) 13:00~17:00

場所 ウィンクあいち 2階大ホール
名古屋市中村区名駅4-4-38 (JR名古屋駅桜通口徒歩5分)

OPEN!

11:00~

体験コーナー

骨密度チェック



インボディ測定

乳がん自己検診
コーナー



J.POSH®
日本乳がん検診リポジショニング

SPECIAL
GUEST



パーソナリティ・書道家
矢野きよ実さん

開会挨拶
13:00~

労働者健康安全機構 臨床研究監 加藤 賢朗

名古屋市大須生まれ。15歳でファッションモデルとして芸能界デビュー。その後テレビやラジオなど活動の場を広げ名古屋弁による軽快なトークが話題に。玄奘書 作院常任理事、特定非営利活動法人 愛知万博記念災害・救急医療研究会理事、2017年~名古屋 観光文化交流特命大使、ラグビーワールドカップ2019開催都市特別サポーターなどを務める。

第1部
13:05~14:25

講演

女性がいきいきと活躍するために知っておきたいこと

女性ホルモンの働きと からだの変化を学ぶ

講師 高尾美穂 先生

女性のための統合ヘルスクリニック イーク表参道副院長
文部科学省・国立スポーツ科学センター
女性アスリート育成・支援プロジェクトメンバー



ココロのビューティーサポート

自分発見と 素敵な対人関係

講師 芦原 睦

中部ろうさい病院 心療内科部長
勤労者メンタルヘルスセンター長



第2部

14:40~16:15

パワフルトーク

カッコいい女でいるために

病院との賢いつきあい方

コーディネーター 上條 美樹子

中部ろうさい病院 神経内科・女性診療科部長
働く女性メディカルセンター長

スペシャルゲスト 矢野 きよ実 さん

パーソナリティ・書道家

パネラー 中島 幸子 さん

株式会社名古屋リビング新聞社 取締役

開会挨拶

16:15~

中部ろうさい病院 院長 加藤 文彦

メールまたはFAXにてお申込みください

スマートフォンからQRコードを読み取り、ご応募いただけます

①名前 ②電話番号 ③参加人数 をお知らせ下さい



主催

独立行政法人 労働者健康安全機構

中部ろうさい病院

後援

愛知県医師会 名古屋市医師会 テレビ愛知

お申込み・お問い合わせ

中部ろうさい病院・経営企画課

第16回女性医療フォーラム参加受付係

電話(代表) 052-652-5511 (土・日・祝日を除く10:00~17:00)

院内行事開催記録

★栄養の日のイベントを開催しました★

「たのしく食べて未来のわたしの笑顔を作るきっかけの日」になるように、日本栄養士会は8月4日を「栄養の日」、8月1日から7日を「栄養週間」と制定しています。

当院でも、7月10日(火)に栄養の日のイベントを開催しました。患者さんに栄養について興味を持ってもらうとともに、病院で働く管理栄養士や栄養士について知ってもらいたいという2つの目的のもと、キウイフルーツと野菜ジュースの無料配布と、ヨーグルトの無料試食会を行いました。

今後も、みなさんに楽しんでもらえるようなイベントを開催してまいりますのでよろしくお願いいたします。



★ピアサポーターによるがん患者相談会をおこなっています★

？ピアサポートとは？

「ピア」(Peer)とは、“同じ立場”や“仲間”という意味を持ちます。

所定の研修を修了したがんの体験者やがん患者を支えた家族が、がんにかかった方の不安や悩みをうかがい、培った経験や体験を生かして、ともに考え、問題解決の糸口をともに考えます。

日 時：毎月 第4木曜日

時 間：10:30～12:30

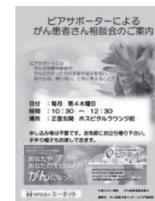
場 所：正面玄関 ホスピタルラウンジ前

※申し込み等の予約は不要です。

がん治療中のかたには、手作りの帽子なども無料でお渡ししています。

※治療や仕事、生活等のプライバシーに配慮するご相談や社会保障制度などの専門性あるご相談には、「がん相談支援センター」の専門スタッフが個別に対応いたします。

※当院で治療をしていない方でも大丈夫です。お気軽にお立ち寄りください。



当院の理念

納得、安心、そして未来へ

当院の基本方針

- ・医療の質の向上と安全管理の徹底
- ・生命の尊厳の尊重と患者さん中心の医療
- ・人間性豊かな医療人の育成と倫理的医療の遂行
- ・地域社会との密な連携と信頼される病院の構築
- ・災害・救急医療への積極的な貢献と勤労者に相応しい高度医療の提供

～ 編集後記 ～

日が短くなるとともに窓から涼しい風が入り始め、季節の移り変わりを感じるこの頃です。

記録的猛暑だった夏とは裏腹に冷え込む日が多くなっています。体調不良には早めのケアをしていきましょう。

さて、今回のフィリアレターでは、イベントの紹介と栄養に関することを中心に紹介させていただきました。「食欲の秋」といわれるように食べ物が美味しい季節です。文章中にもありましたが、当院では患者さんにあった食事療法の提案もおこなっておりますので、食事や栄養面で気になることがありましたらお気軽に主治医やスタッフにお声がけ下さい。

(M・W)