

ここ数年、誤嚥性肺炎といふ言葉をよく耳にするようになりました。

誤嚥性肺炎とはどんな肺炎なのでしょう?

高齢者で嚥下機能(飲むこむための動作)に低下がある場合、食べ物をうまく飲み込む事ができず、本来は食道に入つていくべきものが誤って気管の方に入つていく事を誤嚥といいます。その誤嚥によって食べ物や唾液に含まれた細菌等が気管から肺に入り込み、体力、抵抗力、免疫力の低下で細菌を除去できない場合に発症する肺炎の事を誤嚥性(嚥下性)肺炎といいます。

厚生労働省の「人口動態統計」によると、死因別にみた死亡率は(図1)のように肺炎が脳血管疾患をほんのわずか抜いて第3位の死亡原因となっています。誤嚥を疑う代表的な症状は、飲食時のムセや咳ですが、「不顕性誤嚥」といってムセずに誤嚥しているケースもあります。

1、口腔の清潔度

2、誤嚥物の量

3、本人の免疫機能などが関連します。

予防の一つとして、口腔内細菌を減らすための口腔ケアが重要だとされています。

口腔内は37℃前後と温かく、水分や栄養も豊富で細菌が住むのに適した環境となっています。うまく口腔内を清潔にできないと

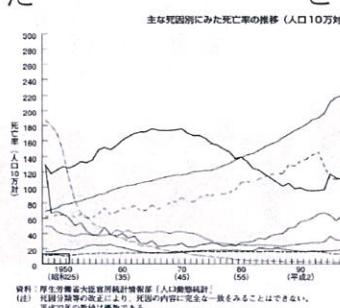
菌がすぐに繁殖してしまう状況になります。歯が無いから、入れ歯だから、うがいをしていませんか?

口腔内細菌は、舌や入れ歯、粘膜にも存在しています。服薬や全身疾患の影響で唾液(つば)が出にくく口腔内が乾燥してくると口腔内環境は悪化し、誤嚥や感染症を起こすことにもつながります。

誤嚥性肺炎とはどんな肺炎なのでしょう?

誤嚥性肺炎といふ言葉をよく耳にするようになりました。

## あなたの<sup>誤</sup>お回<sup>誤</sup>乾いていませんか?



「いつまでも、楽しく、おいしく、安全に」

口腔ケアや口腔マッサージなど歯科衛生士もそのお手伝いをさせて頂きたいと思います。

食べる楽しみを持ち続けたいですね。

歯科衛生士 岩見明美

### 口腔チェック!

- 味がわかりにくい
- 口の中が乾いた感じがする
- 最近しゃべりづらい  
(舌が動かしにくい)
- パサパサした食物が飲みこみにくい
- 舌や唇、粘膜が傷つきやすい

期日・4月4日㈯  
場所・阿蘇市体育馆  
時間・午後2時～  
参加費無料

\*どなたでも  
参加できます

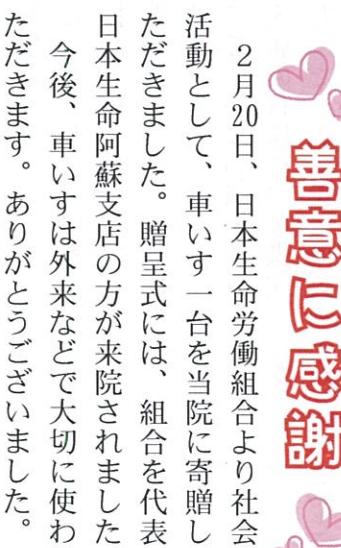


写真左より  
日本生命阿蘇支部の方2名、  
下村総院長、西村総師長。

いただいた車いすを囲んで。  
ハンドルが折りたためるため車にも積みやすいタイプです。



奄美大島の海は本当に  
きれいで泳ぎたかったです。  
です。。。特産品の  
黒糖もおいしかったです。



阿蘇温泉病院	桃花水 愛・ライフ内牧 春草苑 茶寿苑	0967-32-0881 0967-32-52050 0967-32-5511 0967-32-4021 0967-32-39155
--------	---------------------	--

よりよき人間性を  
よりよき環境を  
よりよき医療を

平成25年1月24日に鹿児島県の奄美大島に「はじめよう フットケア」の講演に行かせていただきました。奄美島群の透析施設は13施設約350名患者さんがいらっしゃるそうです。奄美島群でも透析患者さんの合併症予防ケアの一つであるフットケアについて学びを深めたいと医師・看護師・臨床工学技士約50人が参加してくれました。



社会福祉法人蘇寿会  
ケアハウス茶寿苑十周年記念式典

フットケアとは、足の爪切り・水虫などの処置ではなく透析患者さんが、一日でも長生きできるように取り組む全身ケアの一つです。講演では、フットケアの重要性だけでなく、実際の取り組み方法では当院で取り組んでいる「リンパマッサージ」や「動脈硬化の検査」「実際のケア」についても紹介させていただきました。

これからも、一人でも多くの方にフットケアの理解を深めていただき、一緒にフットケアを提供することで、患者さんの健康のサポートが出来るように取り組みを続けていきたいです。ありがとうございました。



# みんなのけいビ



今年も  
やさきました!!  
花粉症



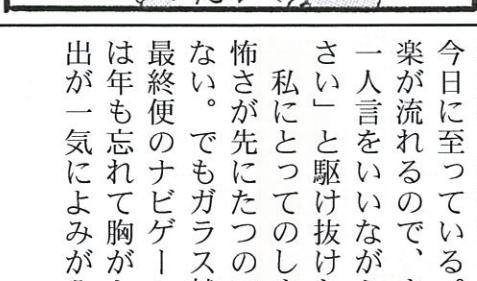
あなたも?  
花粉症1年生  
しかも大量に!  
今まで花粉症じゃ  
なかた人も  
要注意とか  
…



もう…  
どうしたら…  
黄砂にPM2.5  
あわは  
2をだされ…



不要な外出は  
なるべくひかえましょ  
つ



もうへまめ!  
もへまめ!  
お医者さんに  
相談して下さいね  
症状がひどい時は

怖さが先にたつので露天風呂には入った事が  
ない。でもガラス越しに星空を眺め月をめで、  
最終便のナビゲーションランプに出会った時  
は年も忘れて胸がときめく。過去25年の想い  
が一氣によみがえるのである。

## 3月の診療予定

23日(土) 休診

23日(土) 午後休診

14日(木) 午前休診

18日(月) 午後休診

19日(火) 午後休診

30日(土) 休診

耳鼻科

整形外科

産婦人科

歯科



かけ声や応援でにぎやか!



みんなで記念撮影♪

2月17日、福利厚生の一環である恒例のバレー大会が行われました。今年は初めてボールがいびつな形をしている「ふらばー」を取り入れ、チームも部署の垣根を越えて編成し、さらに職員の仲が深まつた大会となりました。

2月の22日と28日に天草・有明両保健所にて管内の「特定給食施設等管理栄養士・栄養士研修会」で「医療法人坂梨会における災害時の対応」という演題で発表してきました。

発表のスライドを作成する中で改めて被害の大さを実感しました。厨房内の機器も倒れて壊滅状態の中、委託業者の栄養メディックスの協力の下に衛生に十分注意をしながら調理を行いとても大変なことであります。しかし、1食も欠くことなく患者様に食事が提供できることは非常に良かったと感じています。

近年自然災害が多いこともあり各所とも多くの方が参加され熱心に聴講されていました。今回の体験に基づいた発表で両地域の方々から今後の備蓄食の検討や非常時のマニュアル作成等などの見直しにとても参考になつたという言葉をたくさん頂きました。各所とも栄養士以外の参加もあり、自然災害に備えての危機管理の心得を習得したいという意気込みを感じながら発表を終えました。

ここでもまい風呂が登場するのであるが、入居の日遠くの子供達ではなく熊本市に住むつた一人の弟に同行して貰つた。弟と言つても3歳年下で片づける事で頼るわけには行かないし帰路もあるので帰つて貰つた。以後1週間、ベッドの上の荷物も整理出来なくて畳の上で荷物に囲まれて休んだ事も2日程。初日お風呂へ行つた時は已に21時20分。宿直のS氏に「お風呂は21時迄ですよ。今日は初めてだから仕方ないけど明日から守つて下さい。」と厳しい口調で言られた。疲れていたのでかなりショックであつた。さて毎日のお片づけは延々と続くし、男性のお風呂と異なつて女性の方は人数が多いのでお風呂に入る事もあり、以来しまい風呂は時間とのたたかいになる事もあつた。脱ぎ通15分、髪を洗つたら20分と言うパターンで今日に至つている。21時になると時計から音楽が流れるので、まるでシンデレラの心境と一人言をいいながら事務所の前を「お休みなさい」と駆け抜けた事も数回あつた。

私はとつてのしまい風呂はお連れがないと怖さが先にたつので露天風呂には入つた事がない。でもガラス越しに星空を眺め月をめで、

最終便のナビゲーションランプに出会つた時は年も忘れて胸がときめく。過去25年の想い

が一氣によみがえるのである。

## 講演をしてきました

管理栄養士  
主任 梅木 芳美



水害時の厨房の様子

## 婦人公論掲載 しまい風呂

阿蘇温泉病院 医事病棟クラーク課長 上野 由紀子

今日は病棟クラークの上野由紀子さんです。

病棟クラークの主な仕事は医師や看護師の負担軽減のため事務作業の補助をすることです。

また、上野さんは患者数を把握し転棟の調整、経営統計資料の作成などを兼務で行つております。

仕事での喜びは「転棟を調整する際に患者様からおもしろい話が聞けた時」や医師や看護師から「助かつてます」などお褒めの言葉を頂いた時」だそうです。

大変なことは、「急な入院や部屋移動で大きなロッカーやベットを動かすので、若くて力強いコメントをお局らしいお局らしさと坂梨会の力を頂きました。

今後の意気込みとして「病床が円滑に調整できるように、もっと各部署と連携をとり、どんな時でも笑顔で対応できるように頑張りたい」といきます。

今日は初めてだから仕方ないけど明日から守つて下さい。」と厳しい口調で言られた。疲れていたのでかなりショックであつた。さて毎日のお片づけは延々と続くし、男性の

お風呂と異なつて女性の方は人数が多いのでお風呂に入る事もあり、以来しまい風呂は時間とのたたかいになる事もあつた。脱ぎ

通15分、髪を洗つたら20分と言うパターンで今日に至つている。21時になると時計から音楽が流れるので、まるでシンデレラの心境と

一人言をいいながら事務所の前を「お休みなさい」と駆け抜けた事も数回あつた。

私はとつてのしまい風呂はお連れがないと怖さが先にたつので露天風呂には入つた事がない。でもガラス越しに星空を眺め月をめで、

最終便のナビゲーションランプに出会つた時は年も忘れて胸がときめく。過去25年の想い

が一氣によみがえるのである。

2月中旬、WBC日本代表キャンプ見学のため宮崎まで行つきました。

一流選手を間近で見て、小さい頃の夢は

「プロ野球選手だつたな」と懐かしく思う

茶寿苑 M・N

編集後記



現在2階西病棟で勤務しています。