

ぶらっと Kaisei

回生ニュース 2023

Vol.83

夏号

〒600-8814
京都市下京区中堂寺庄ノ内町8-1
医療法人回生会 編集委員会
TEL 075-315-3477
FAX 075-311-6082



院長挨拶

地球温暖化による弊害が世界中に起っている中、日本国内でも異常気象による災害が多く発生しています。又2年前に始まったロシアによるウクライナ侵攻の影響で世界中に物価高騰の波が押し寄せています。この様な不安定な状態の中、京都回生病院も、少なからず影響を被っていますが、患者様に御迷惑のかからない範囲で対応させて頂いている所です。

一方、新型コロナに対する感染対策は5月8日から感染症法上5類に分類され日常生活は徐々に以前の生活に戻りつつあります。しかし、病院には多くの疾患に対して治療を受けておられる患者様が多数入院されています。回生病院に於いては入院患者様に対する面会制限を緩和し、患者様並びにご家族様の精神的ストレスを取り除いて、治療や療養に良い効果が出るように対応させて頂いております。新型コロナ感染者数の把握は定点医療機関からの数字のみとなっており、以前と比較し難いですが、京都においても全国と同様に徐々に増加しているようです。まだまだ気を抜く訳にはいかない所です。病院として、患者様を新型コロナ感染からお守りすべく努力をしていますが、皆様に置かれましても 受診又は面会に際してはこれまでと同様の感染対策（手洗いマスク着用等）をお願い致します。



京都回生病院
院長 福井 好彦

これからの
コロナとの
付き合いがた

新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付けが 5類感染症になりました

新型コロナウイルス感染症の位置づけは、これまで、「新型インフルエンザ等感染症(いわゆる2類相当)」としていましたが、令和5年5月8日から「5類感染症」になりました。

法律に基づき行政が様々な要請・関与をしていく仕組みから、個人の選択を尊重し、自主的な取組をベースとした対応に変わります。

変更ポイント

- 政府として一律に日常における基本的感染対策を求めることはない。
- 感染症法に基づく、新型コロナ陽性者及び濃厚接触者の外出自粛は求められなくなる。
- 限られた医療機関でのみ受診可能であったのが、幅広い医療機関において受診可能になる。
- 医療費等について、健康保険が適用され1割から3割は自己負担いただくことが基本となるが、一定期間は公費支援を継続する。

<感染対策について>

マスク着用については個人や、事業者の判断にゆだねられますが、高齢者等重症化リスクの高い者への感染を防ぐため、マスク着用が効果的な下記の場合ではマスクの着用を推奨しています。

なお、当院ではマスクの着用をお願いいたしております。ご協力お願いいたします。

新型コロナウイルスに感染したら？

- 新型コロナ患者や濃厚接触者に対して、感染症法に基づく外出自粛は求められなくなります。外出を控えるかどうかは、個人の判断に委ねられます。



Q1：新型コロナウイルス感染症は、他の人にうつすリスクはどれくらいありますか？

- A** 鼻やのどからのウイルスの排出期間の長さには個人差がありますが、発症2日前から発症後7～10日間は感染性のウイルスを排出しているといわれています。発症後3日間は、感染性のウイルスの平均的な排出量が非常に多く、5日間経過後は大きく減少することから、特に発症後5日間は他人に感染させるリスクが高いことに注意してください。

Q2：新型コロナウイルス感染症にかかったら、どのくらいの期間、外出を控えればよいのでしょうか？

- A** 特に発症後5日間は他人に感染させるリスクが高いことから、発症日を0日目として5日間は外出を控えることが推奨されています。また、学校保健安全法施行規則においても、「発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで」を新型コロナウイルス感染症による出席停止期間としています。

周りの方への配慮

10日間が経過するまでは、ウイルス排出の可能性があることから、不織布マスクを着用したり、高齢者等ハイリスク者と接触は控える等、周りの方へうつさないよう配慮しましょう。

Q3：5月8日以降の「濃厚接触者」の取扱はどのようになりますか？

- A** 令和5年5月8日以降は、5類感染症に移行することから、一般に保健所から新型コロナ患者の「濃厚接触者」として特定されることはありません。また、「濃厚接触者」として法律に基づく外出自粛は求められません。

重症化の兆候が見られる場合には直ちに医療機関を受診するようにしましょう。
当院では診察時間内に受診していただく場合は通常の診察と同様に対応させていただきます。

何もないうとを発見することが大切です。

病気は数多くあります。ずっと沈黙して黙っている病気もあります。

症状が出る前に検査を受けて早期発見、早期治療が大切になります。

早期に発見できれば、適切な治療を受けられ快復も早く、治療費の負担が少なくすみます。



**健康チェックを
検査**でしていませんか？

検査には大きく分けて**検体検査**、**生理検査**があります。



血液検査って？

血液検査とは採血をして頂いて血液中の成分を測定して、体の状態、病気の早期発見・早期治療に役立ちます。



血液一般検査

白血球、赤血球、血小板などの数、赤血球内のヘモグロビン濃度などを調べることで出血傾向・貧血・感染症の有無などがわかります。

生化学検査

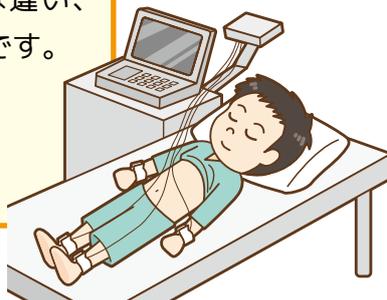
血液中に含まれるたんぱく質、代謝産物、酵素などを調べ肝機能、腎機能、糖尿病、脂質の状態などがわかります。

血清学的検査

体内に入った病原体(抗原)、病原体を撃退する抗体などを検出できます。

生理検査とは？

採血などして行う検体検査とは違い、直接患者様の身体を調べる検査です。



超音波検査

超音波を体内に当て返ってきた情報を画像処理しています。



超音波検査は次のような方に適しています。

- 健康診断で腹囲が基準値より高くメタボリックシンドロームと指摘された方やBMIが高い方、甲状腺や乳腺の異常を指摘された方
- 乳腺の腫瘍が気になる方
- 甲状腺が大きいといわれた方やご家族の中に甲状腺疾患をお持ちの方
- 肝機能異常がある方
- コレステロール(特にLDL(悪玉)コレステロール)が高く、血管が詰まっていないか気になる方
- 尿検査で蛋白、潜血を指摘された方
- 息切れ、胸の痛み、ドキドキ、の症状は多くの方がこれを「年だから」と年のせいだからと思い込んでいられる方



ABI

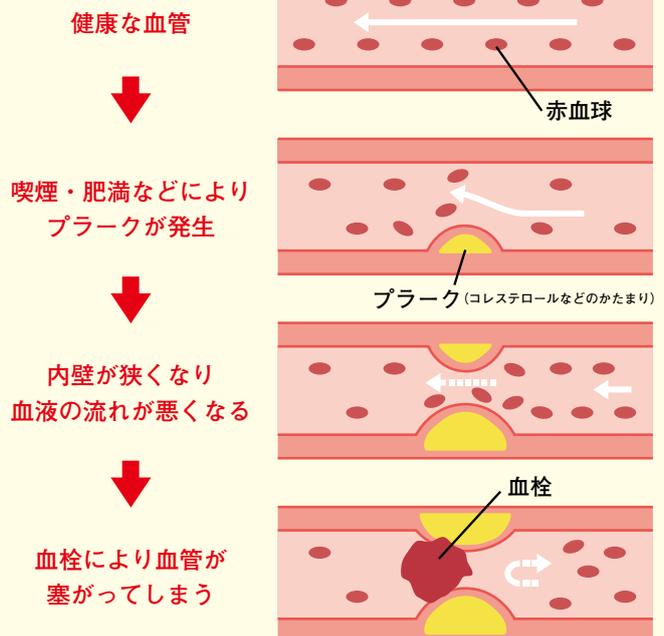
血管の硬さ・詰まり具合を評価します。

足の痛み、しびれが気になったら足の動脈硬化(閉塞性動脈硬化症)かもしれません。

動脈硬化が引き起こすさまざまな病気はほかにもあります。

虚血性心疾患、脳卒中(脳出血や脳梗塞)、腎硬化症などがあります。

動脈硬化の発生と進行



療養棟 リハビリ科

男性80代の入所者様が注意機能や集中力の向上、形や色の認識を補う目的でパズルを使い作業療法を受けていただいています。3枚目の写真の中の左側の箱に完成したパズルが収まっています。



ケアセンター回生だより
「のほほん」

ケアセンター回生のアドレス

<https://www.kaiseikai.or.jp/care-center/>





療養棟

療養棟での実演調理

毎月一度、昼食時に入所者様の前で
実演調理を行っています。

5月はお汁巻玉子膳、6月はサイ
コロステーキ膳を召し上がって
いただきました。



デイケア

5月晴れのある日、屋上でのおや
つのひと時を楽しみました。 談話
室のテーブルを使ってテーブルボー
リングを皆さんで楽しみました。



京都回生病院 リハビリテーションニュース

Vol.3

リハビリテーションというと筋力トレーニングや関節の動きを改善するなどのイメージを持たれている方が多いと思いますが、作業療法分野では創作活動なども行っています。完成した時の達成感を得ることでストレス発散や気分転換、自己有能感の獲得などを主な目的として実施しています。作業療法室では毎月、リハビリの一環で入院患者様と掲示板を作成しており今回は梅雨をテーマに6月に作成した最新作と過去の作品を紹介します!!



作品を見た患者様の声

- ・ 毎日、作業療法室に来て掲示板ができていく過程を見るのが楽しみになった
- ・ 入院生活はつらいから作品作りが楽しくストレス発散になった
- ・ これを見て一杯お酒を飲みたくなった!
- ・ 外には出られないから掲示板を見て季節を感じられるのが嬉しい
- ・ 次回作が今から楽しみ



などなど嬉しい声をたくさん頂きました!
次回以降の作品を乞うご期待下さい

おうちでできる簡単 ホームエクササイズ

今年もまた暑い季節となって参りました…。
夏バテ防止には生活リズムを整えること、冷房で体を冷やさない、
睡眠をしっかり取るバランスの良い食事、こまめに水分補給、
適度な運動を心掛けることが大事だと言われています。
今回はリハビリテーション科から、おうちでできる
ホームエクササイズをご紹介します！



お尻上げ(大殿筋トレーニング)

- 1 仰向けの状態で両膝を立てる
- 2 そこからゆっくりと両膝を立てたままお尻を上げて5秒キープ
- 3 ゆっくりとお尻を下ろし①に戻る

これを10回行います。

大殿筋は歩行時の推進力や椅子からの立ち上がりなどに関り、大殿筋の筋力が落ちてしまうと背中が丸くなり、立った時の姿勢に崩れが生じるともいわれています。



足上げ(大腿四頭筋トレーニング)

- 1 椅子に腰かけ、ゆっくりと膝を前に伸ばす
- 2 足を上げたまま5秒間キープする
- 3 ゆっくりと足を下ろし①に戻る

これを片足ずつ10回行います。

大腿四頭筋は足を伸ばすことに関わる筋肉で、下半身の運動に大きく関与します。
この筋肉を鍛えることで膝への負担を軽減
すると言われています。
膝の痛みを防ぐ為にも実践してみましょう。

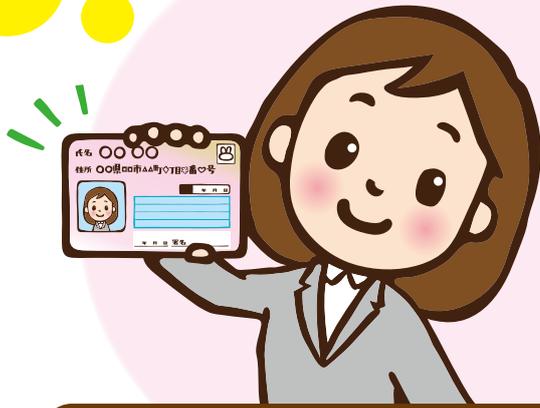


※急な運動は怪我にも繋がるためこれらは運動を週に2~3回を目安に無理のない範囲で行いましょう。
しんどいと感じられましたら回数を減らしたり、秒数を減らしたり負荷量を調整してください。



マイナ保険証

がやってきました



マイナンバーカードと健康保険証を一体化したマイナンバー健康保険証(通称:マイナ保険証)の本格的な運用が始まった。京都回生病院でも受付にカードリーダーを設置し、マイナ保険証での受診が可能となっているが、オンライン資格システムの不具合などから、資格確認出来ないケースも有るため、引き続き紙・プラスチックカードの保険証提示もお願いしている。また、現時点では、子ども医療費助成や、難病などの公費負担医療に関する情報が紐付いていないため、公費医療の受給者証も提示が必要となる。

マイナンバーカードの交付枚数は日本全国で9000万枚を突破、京都府下でも人口に対する交付枚数率は70%を超過している。このうちマイナ保険証としての利用登録率は約70%となるため、日本の人口のおよそ半数がマイナ保険証を所有していることになる。2024年秋には紙・プラスチックカードの保険証が廃止され、1年間の猶予期間を経て、マイナ保険証に一本化される方針が厚生労働省からも示されている。マイナンバーカードとスマートフォンが手元があれば、マイナ保険証としての登録作業は1分程度で完了する。登録作業がお済みでない方は一度チャレンジしてみてもどうだろうか。

マイナ保険証を用いたオンライン資格確認システムは、政府が推進する医療DXの入り口として位置づけられ、将来的には電子カルテ情報交換サービスを通じて、3文書・6情報を医療機関や薬局の間で送受信することが想定されている。3文書とは診療情報提供書・退院時サマリー・健診結果報告書、6情報とは傷病名・アレルギー・感染症・薬剤禁忌・検査(救急・生活習慣病)・処方である。

自身の健診記録や医療費情報、薬の処方情報をインターネット経由で閲覧出来るようになり、旅行先で救急搬送された時でも、アレルギー・持病・服薬情報が救急室内で即時共有され、より正確な医療が提供される。そんな未来がすぐ手の届くところまで来ている。予防医学の浸透と効率的な医療提供により結果的に国民医療費の抑制を実現するという青写真を実現出来れば良いが、マイナ保険証の運用に関しては医療現場で少なからず混乱が生じているのが実態で、安心・安全な医療を継続的に提供していくためにも、より一層利用者目線に立ったシステム構築が求められる。





薬の 豆知識



服薬指導とは？

薬剤師が病院や保険薬局で行う業務のひとつに服薬指導があります。当院でも私たち薬剤師が日常行っている業務でもありますが、外来や入院患者さまに対して、まずは処方内容を確認し、できあがった薬について説明する業務です。その場限りではなく、薬をお渡ししてから次回通院時までのフォローアップも含まれます。今回は、服薬指導について詳しく説明していきたいと思います。

みなさまが、自宅や職場等または病院内で飲まれている薬ですが、いざ薬を飲む際に、なにも説明なしで飲んでいて、なにか不安ではないでしょうか？

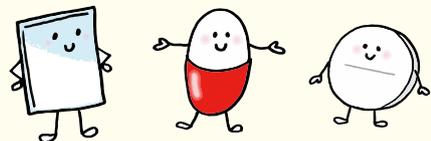
いつも飲んでいる薬でも、いつまで飲まないといけないのか？だとか、薬の種類や量についてはどうか？等々。痛みやかゆみの症状がなくなれば、自身の判断で中止にしたり、量を調整しても良いのでしょうか？

薬のはたらきや、万が一の副作用など、薬を飲む前に、きっちりと正確な情報を把握しておかなければなりません。

服薬指導では、一律ではなく個人にあわせた内容で話をしなければなりません。同じ内容の薬でも服薬指導は、それぞれが違った説明内容となります。例えば、患者さまが、ご高齢で、身体の機能が低下されている方であれば、若い方と同様の量で同じ薬を飲めません。つまり服薬指導では、個別性を重視して行っています。

国が定める薬剤師が必ず行うべき服薬指導は、特に、この点について重視しています。外来であれば、処方されてからのフォローアップが重要です。その場での説明だけでは不十分なのです。入院患者さまにおいては、医師や他職種と協働して、適切な説明をおこなうために、しっかりと情報収集してから、患者さまと関わっていくことが必要です。

薬剤師が、みなさまの身近な存在になれるよう、これからもよろしくお願ひします。



京都回生病院

京都市下京区松原通七本松西入ル 〒600-8814
TEL(075)311-5121(代) FAX(075)314-1843

- 訪問看護ステーションかいせい
TEL(075)323-2585 FAX(075)323-2586
- 京都回生病院 デイケアセンター
TEL(075)314-2021 FAX(075)314-2133
- 京都回生病院居宅介護支援事業所
TEL(075)321-6365 FAX(075)323-2586
- 訪問リハビリテーションかいせい
TEL(075)323-0533 FAX(075)323-2586

在宅介護支援センター 京都回生病院

京都市下京区松原通七本松西入ル 〒600-8814
TEL(075)321-6365 FAX(075)323-2586

介護老人保健施設

ケアセンター回生

京都府向日市物集女町中海道19-5 〒617-0001
TEL(075)934-6888(代) FAX(075)934-7513

- ケアセンター回生 デイケア
TEL(075)934-6888 FAX(075)934-7513
- 訪問看護ステーション 第二かいせい
TEL・FAX(075)934-6886
- ケアセンター回生居宅介護支援事業所
TEL(075)935-2018 FAX(075)934-7050

向日市北地域包括支援センター

京都府向日市物集女町中海道19-5 〒617-0001
TEL(075)934-6887 FAX(075)934-6910

クリニック回生

京都市中京区御幸町通錦小路上ル 〒604-8051
TEL(075)255-0253 FAX(075)255-0254

- 訪問診療
TEL(075)229-6272 FAX(075)229-6273
- 訪問リハビリテーション クリニック回生
TEL(075)255-0273 FAX(075)255-0291
- アンチエイジングリハビリテーション回生
(通所リハビリテーション)
TEL(075)255-0275 FAX(075)255-0292

募集中!!

**看護師
准看護師
MSW
介護福祉士
看護助手**



楽しい職場で多くの仲間たちと一緒に働いてみませんか?ドシドシご応募下さい。お待ちしております。

詳しくは回生会本部
採用係まで

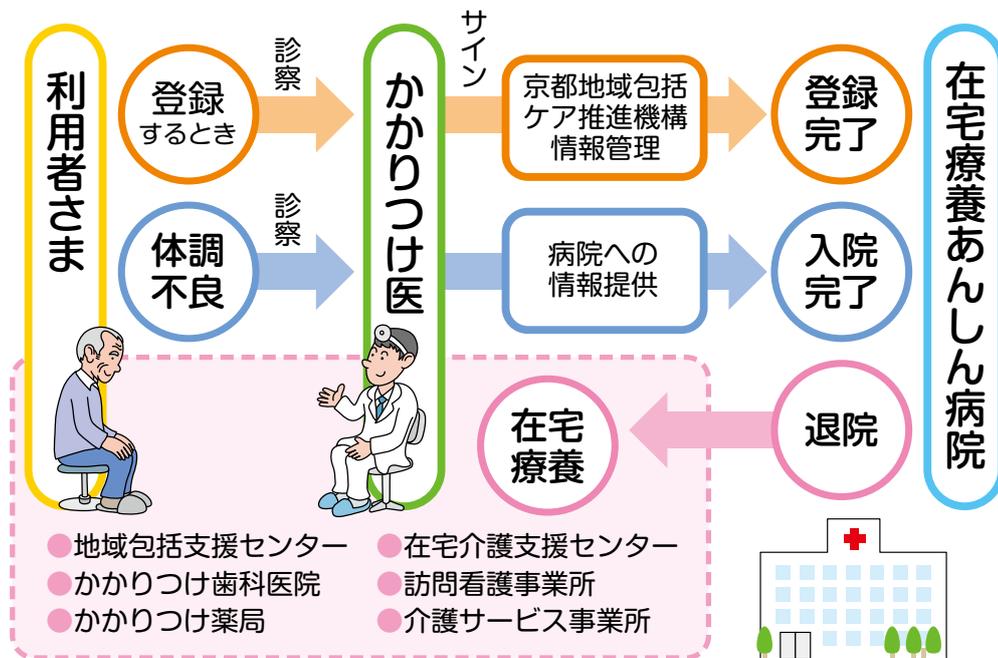
TEL 075-315-3477(直通)

在宅療養あんしん病院の登録をおすすめします

在宅療養あんしん病院登録システムってなに?

在宅療養中の高齢者が体調を崩し、在宅での対応が困難になった時にかかりつけ医の診療を受け、必要に応じてスムーズに入院加療ができる京都独自のシステムです。

軽度の病状が対象となり、早期の加療により身体の働きの低下をできるだけ防ぐことを目的とします。登録することにより、短期間の入院にて在宅での生活を続けることを支援するシステムです。

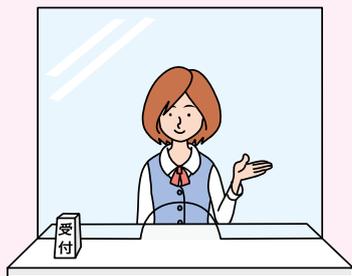


対象者

- 65歳以上の高齢者の方
- 在宅で療養中の方
- かかりつけ医に定期的に通院されている方
- 訪問診療を受けている方
- 施設入所中の方

在宅療養あんしん病院の案内・登録用紙は訪問診療またはかかりつけ医療機関(病院・診療所)にて入手できます。

もちろん京都回生病院・クリニック回生にもございますので受付にてお声掛けください。その他(訪問看護・訪問リハビリ等)ご利用の方は担当スタッフまでお問い合わせ下さい。



受付にて記載方法・ご説明等いたしておりますので、お気軽にお声かけ下さい。

