



秋元病院だより

0009

2005年 9月号

発行 医療法人梨香会秋元病院
〒273-0121 千葉県鎌ヶ谷市初富 808-54
TEL 047-446-8100
FAX 047-446-8101
<http://www.akimoto-hospital.com>

基本理念

患者様のために家族や仲間たちのために己のために
地球のために未来のために子供たちのために
私たち梨香会の職員は日々学び、'We are a family'の精神で医療を提供し夢のある健康社会の実現に向けて貢献して参ります。

基本方針

- 1.精神疾患及び その身体的管理の治療に日々精進する
- 2.早期社会復帰への支援活動に日々精進する
- 3.疾病予防対策を重んじた活動に日々精進する



部署紹介 新棟3階

今迄の西洋医学では、心と身体は別々に治療されてきました。「人間は心だけが病むことはない。そして身体だけが病むことはない。心と身体は一つである。」という考えのもと、この一般科病棟は開設されました。身体的治療と精神的治療の統合、それが当院一般科病棟の特徴です。

急激に進む高齢化、混沌とする社会。医療サービスに対するニーズも多様化、複雑化しています。当院では医師、看護師以外の他部門のスタッフともチームを組み、一人の患者様の問題を多方面からアプローチし、そして解決していきたいと考えています。

また特別室を2室用意してありますので、静かな環境で治療を希望される方はどうぞ。みどり多き環境も治療の助けとなるでしょう。是非当院へお気軽にご相談下さい。

新棟3階主任 近藤 幸子

～睡眠のちょっとしたお話～

医局

広辞苑で「すいみん」と引くと、酔眠と睡眠が出てきます。まずは睡眠についてのお話ですが、その意味は「脳波の変化を伴い、生命に不可欠な生命現象」と説明されています。つまり、睡眠ができなくなると生命の維持が難しくなるということです。脳波の変化とは、覚醒時に比べて睡眠時はゆっくりした脳波が多いということです。不可欠な生命現象というが、どんなことが体の中で起きているのか 2 つ例を挙げます。1 つは、睡眠中にホルモンを介して体内のリセット作業が行われています。成長ホルモンを例にとると、徐派睡眠(深い睡眠)に同期して分泌が高まるといわれていて、特に小児期の成長に重要な役割を果たしています。「寝る子は育つ」といいますが、理にかなったことなのです。またこのホルモンは、体の修復と疲労回復に重要な役割を果たしています。もう1つは、大脳を休めるということです。これは、覚醒時の大脳の活動を支えるために必要不可欠なのです。不眠になると、いらいらしたり、仕事の能力が下がってきますが高次の情報処理能力を果たすために不可欠なのです。このように、大事な作用を果たす睡眠ですが社会の中では大事にされていない現実があります。残業や長距離通勤による睡眠時間の短時間化や質の低下(長さだけでなく質が重要)。交代勤務による睡眠リズムの乱れと、経済的利益を優先するあまりおざなりにされています。また、多くのものや情報が溢れ、それを追い求め睡眠が犠牲になっています。人間は何億年という年月をかけて、一定の睡眠のリズムを獲得しました。生きるためのストラテジーとも言えます。短期間で変えようということは無理なのです。睡眠は大事にしたいものです。

最後に冒頭で、「酔眠」が出てきましたが、アルコールは量が多くなると睡眠が浅くなり質が低下しますので飲みすぎに充分気をつけましょう。どうしても眠れない方は、睡眠導入剤や安定剤をお使い下さい。そのほうが良質な睡眠が得られます。お困りの方は相談くださいませ。

精神科医 阿部 雅章

看護

～25周年～

盛夏 8 月、恒例の夏祭りが今年も賑やかに催されました。当院は 1980 年 8 月 15 日“開かれた精神医療”をめざし開院し、今年で 25 周年を迎えることが出来ました。この間、医療情勢も大きく変化し、又、病院も 286 床の精神科単科から 70 床の内科病棟を併設し、身体・精神の合併症をもつ患者さんの受入れも可能となりました。25 年間もの長きに亘り、大過なく医療活動を続けることが出来ましたこと、皆様方のご支援のおかげと深く感謝いたします。

26 年目に向けて、今私達は病院機能評価の受審をうけるため職員一同チームを組み頑張っております。今後共ご指導ご鞭撻の程、宜しくお願い申し上げます。



今からおよそ 20 年前の上空写真
看護総師長 穂庭 たえ子

家族で認知症危険度をチェック！

20 点以下の場合、認知症やせん盲などの疑いがあるといわれています。

<p>Q1 今年は何年ですか？ 今の季節はなんですか？ 今日は何曜日ですか？ 今日は何月何日ですか？</p>	<input type="text"/> 年 <input type="text"/> 曜日 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日	<p>正解 1 点 不正解 0 点</p>
<p>Q2 ここは何県ですか？ ここは何市ですか？ ここは何病院ですか？ ここは何階ですか？ ここは何地方ですか？</p>	<input type="text"/> 県 <input type="text"/> 市 <input type="text"/> 病院 <input type="text"/> <input type="text"/>	<p>正解 1 点 不正解 0 点</p>
<p>Q3 物の名前を 1 秒間に 1 個ずつ言って聞かせ、その直後に被験者に反復してもらう。</p>		<p>正解 1 個 1 点 正解 2 個 2 点 正解 3 個 3 点 不正解 0 点</p>
<p>Q4 100 から順に 7 を引いてください。(5 回まで)</p>		<p>正解 1 個 1 点 正解 2 個 2 点 正解 3 個 3 点 不正解 0 点</p>
<p>Q5 Q3 で言って聞かせた物の名前を再度復唱してもらう。</p>		<p>正解 1 個 1 点 正解 2 個 2 点 正解 3 個 3 点 不正解 0 点</p>
<p>Q6 (時計を見せながら)これはなんですか？ (鉛筆を見せながら)これはなんですか？</p>		<p>正解 1 点 不正解 0 点</p>
<p>Q7 (次の文章を繰り返して言ってもらう) 「みんなで力を合わせて綱を引きます」</p>		<p>正解 1 点 不正解 0 点</p>
<p>Q8 (3 段階の命令をして、指示に従ってもらう) 「右手にこの紙を持ってください」 「それを半分に折りたたんでください」 「机の上に置いてください」</p>		<p>正解 1 点 不正解 0 点</p>
<p>Q9 (次の文章を読んで、指示に従ってもらう) 「目を閉じてください」</p>		<p>正解 1 点 不正解 0 点</p>
<p>Q10 (今していることについてなど、何か文章を書いてもらう)</p>		<p>正解 1 点 不正解 0 点</p>
<p>Q11 (図形を模写してもらう)</p>		<p>正解 1 点 不正解 0 点</p>

MMS E (ミニ・メンタル・スタート・イグザミネーション)
アメリカで広く用いられている認知症診断テストです。



フリーマーケット 今年も大盛況でした

夏祭り

8月20日夏祭りが開催されました
多数のご参加ありがとうございました



ブチライブ



鎌ヶ谷市長も来院されました 中央 秋元理事長



恒例の“ナイアガラ花火”



出店おつかれさまでした

家族会 からの お知らせ

次回の家族会は 9月17日(土) 14:00~

毎月第3土曜日 14時より、新棟4階に於いて、精神科に入院・通院されている方のご家族を対象とした精神科の家族会を行っております。それぞれの経験や病状を出し合い、お互いの気持ちの分かち合いや参考になる情報等を得ることを一番の目的としております。相談員や看護師、病棟スタッフも同席し少しでもお役に立てればと努力しております。他の人の話を聞いたり振り返って考え語りにより新たな発見やこれからの行動を考える良い機会となります。似たような境遇を持つ人と共に時間を過ごすことにより連帯感と安心感を持つことも出来ます。次回の予定は参加者同士の体験談を中心に医師との質疑応答の時間を予定しております。ぜひ一度ご参加下さい。

永年勤続表彰

8月22日に永年勤続表彰が行なわれ、秋元理事長より表彰状の授与並びに記念品の贈呈が行なわれました。

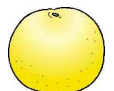
20年表彰

看護部 沖山 洋子 小林 正子
医事部 神柱 優子

長きにわたりお疲れ様でした。
そして、これからも頑張ってください。



梨の香りが広がる季節になりましたね。鎌ヶ谷は梨が名産の一つということで、今回は梨のお話です。



梨は、洋梨、中国梨、和梨と三種類に分類され、一般的にはこの順に甘くなると言われています。ここでは、日本の風土に良く合い、幅広く栽培の広がっている和梨について取り上げたいと思います。

和梨は、果皮の青い20世紀梨、果皮が褐色の豊水、幸水、新高、長十郎があります。ここ鎌ヶ谷では豊水、幸水、新高の栽培が盛んのようにです。梨は昔から主に暑い時期に出回り、水分を豊富に含むことから大変重宝されてきました。和梨は追熟をしませんので、収穫後、出来るだけ早く食べるのが最も美味しい食べ方の一つと言えるかもしれません。保存をする場合は、冷暗所で三日程度、冷蔵庫では一週間位が目安になります。冷蔵庫による保存は、梨の呼吸による品質劣化は少なくなりますが、乾燥に注意しなければなりません。野菜庫で保存、又は果物保存に適したビニールに入れて保存すると、より良く状態を保つ事が出来ます。ヘタを下に向けるのもポイントです。

梨を選ぶ際は、無傷でみずみずしい物、表面に光沢のある物を選んで下さい。赤みの強いものは熟しすぎです。豊水、幸水、新高共に肉質は柔らかく多汁で甘味のあるのが特徴です。梨を切って放置しておくとも褐色に変色してしまいます。切ったら一度食塩水に浸すと良いでしょう。

最後に雑学を一つ。梨が「ありの実」といわれているのをご存知でしょうか。梨を「無し」とするのを嫌ってそう呼ぶようになったようです。こんなに美味しい果物、確かに「有り」ですね。

管理栄養士 丸山 めぐみ

外来診療体制表

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
精神科	阿部 楠野	北林	安野 楠野 (第1.3.5) 増田 (第2.4.5)	増田	阿部 楠野	北林	林 田中 小牧 (第2.4)	安野 田中 小牧 (第2.4)	林 森(秀) 小林 (10:00~)	小林 森(秀)	安野 山本 明石	北林
心療内科												小林(10:00~15:30)
内科	篠崎 藤澤 葛谷	篠崎 藤澤	篠崎 金子	葛谷 金子	藤澤 財津(16:00迄)		藤澤 財津(16:00迄)		藤澤 財津	藤澤 河本	藤澤 河本 金子(第1.3.5)	
内視鏡			葛谷 (内科兼任)		葛谷 (内科兼任)		関根					
整形外科												吉田
皮膚科					内藤							
歯科	庄司(要予約)		庄司(要予約)		庄司(要予約)		加藤(要予約)		庄司(要予約)		富田(要予約)	

診療体制が都合により変更する場合がありますので、来院される際にご確認をお願いします。

病院概要

診療科目 精神科/神経科/ 心療内科/内科/外科/ 整形外科/リハビリテーション科/放射線科/ 皮膚科/ 歯科

許可病床数 精神科 286床/内科 70床

曜日指定有

診療日時 月曜日～土曜日 午前 9:00～12:00 午後 13:30～17:00 (日曜日・祝祭日は休診、但し急患は随時受付)

承認施設基準

紹介患者加算 4/薬剤管理指導/看護補助配置加算/精神科デイケア(大規模)/特別の療養環境の提供/入院時食事療養()
特別管理加算/理学療法()/一般病棟入院基本料 3(群)/精神科病棟入院基本料 5/紹介外来加算/重症者等療養環境
特別加算/精神科作業療法

看護に関する事項

内科病棟 入院患者 3 人に 1 人以上の看護師と 6 人に 1 人以上の看護補助で構成

精神科病棟 入院患者 4 人に 1 人以上の看護師と 6 人に 1 人以上の看護補助で構成



新鎌ヶ谷・鎌ヶ谷・初富駅より送迎バス有



医療法人梨香会 秋元病院

〒273-0121

千葉県鎌ヶ谷市初富 808-54

TEL047-446-8100

FAX047-446-8101

<http://www.akimoto-hospital.com>

Email:info@akimoto-hospital.com

千葉県鎌ヶ谷市上本郷 2202-3 千葉県船橋市東船橋 3-33-5 2F
047-365-7731 047-422-0221

第9号 平成17年9月発行 / 次号 10月中旬
毎月15日発行予定
編集担当 医療連携局(秋元病院)