

再びその人らしい生活に

ふれあいひろば

2022年 秋号 Vol.102



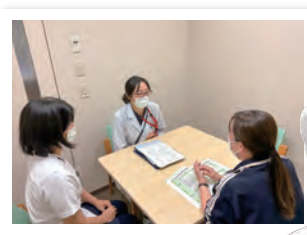
愛仁会リハビリテーション病院

三島圏域地域リハビリテーション
地域支援センター

- 住所：高槻市白梅町5番7号
- 電話：072-683-1212
- URL：http://ajinkai.or.jp



- 1面 地域医療部のご紹介
- 2面 【連載】セラピストだより⑫ / 病院ホームページ リニューアル!
- 3面 地域クリニックとの連携の中で⑩
- 4面 患者さまだより⑩ / 連載 訪問リハビリテーションだより



地域医療部のご紹介

地域医療部は地域医療連携科・病床管理科・医療福祉相談科で構成されており、入院のご相談や退院準備のお手伝い等様々な業務に対応しております。

地域医療連携科は事務スタッフが急性期病院からの入院のご相談に対応しており、お電話で病状の経過等を聞かせいただき、必要な情報を整理して、安心安全にリハビリテーションを受けていただけるかご検討させていただくための諸手続きに対応しております。また、三島圏域地域リハビリテーション地域支援センターの事務局も担っており、地域のリハビリテーション関連機関の質の向上や連携強化のため、研修等様々な企画を立案し、実施しております。

病床管理科では医師、看護師等多職種で患者様の入院日程調整のため、ベッドコントロールを行っています。入院日程の調整だけでなく、患者様が安心して入院生活が送れるよう、急性期病院と密な連携を図り情報を整理して、入院される病棟スタッフとの情報共有に務めております。

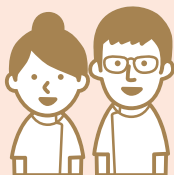
医療福祉相談科では入院された患者様の退院までの支援を担っています。医療ソーシャルワーカー、入退院支援看護師、公認心理師が所属しており、病気に伴って生じる精神的、社会的な様々な不安や困りごと、退院に向けた準備等のご相談に対応しております。医療ソーシャルワーカーは退院後の生活や介護のこと、仕事への復帰、経済的な課題等、様々なご相談に対応しております。中には解決が難しい課題

もありますが、患者様、ご家族様と共に悩み、一緒に考えさせていただいております。入退院支援看護師はインスリンや胃ろうといった医療的ケアが必要な患者様に関わらせていただいております。医療処置のやり方や介護方法等を病棟看護師と協力して検討し、ご自宅に帰られても対応できるよう指導を行っております。公認心理師は突然の病気や怪我を負い、戸惑い、喪失感などを抱えておられる患者様への心理的ケアに対応しています。面接を通じてこれからの生活に向けて、その方なりに考えていけるような心の支援を行っています。

このように多様な業務を行っている地域医療部ですが、患者様、ご家族様が安心して入院され、退院が迎えられるようお手伝いさせていただいております。地域医療部は3階にございますので、誰に相談していいかわからないような悩み、ご不安等ございましたらいつでもご相談下さい。

地域医療部 西尾 怜





自宅でできる 嚥下おでこ体操

言語療法科 西島 浩二

食べ物や水分などが飲み込みにくくなる要因はいろいろありますが、その一つとして飲み込みに必要な筋力の低下があげられます。加齢とともに、全身の筋力と同じく飲み込みに必要な筋力も弱ってきます。その予防のために大切なことが、適切な栄養と運動です。今では、食べるために必要な口や喉を鍛えるための様々な運動があります。

今回はその中でも自宅で簡単にできる「嚥下おでこ体操」を紹介します。嚥下おでこ体操は、飲み込み=嚥下に必要な筋肉を鍛える運動です。



1 軽く下を向き、手の付け根を額に当てます



2 手とおでこを押し合います

3 3回繰り返す(1日3回程度)

頰椎症・高血圧の方は、かかりつけ医に相談の上、行いましょう。
喉を鍛えて、いつまでも安全に美味しく食事を楽しみたいですね。

まずは軽めの力で5秒ほど押ししてみましよう。問題なければそれを3回繰り返します。顎の下あたりを触ってみて、力が入っていれば効いています。力の入れ具合や時間・回数は、無理のない範囲で調整ください。頻度としては1日3回程度、食事前に行うと忘れにくくて良いですね。



愛仁会リハビリテーション病院
<http://www.aijinkai.or.jp/reha/>



2022年
10月1日より

病院ホームページ リニューアル!

このたび当院ホームページを全面リニューアルいたしました！
パソコンの他、スマートフォン・タブレットにも対応し、
快適にご利用いただけるようになっております！

今後とも、皆様に当院の情報を分かりやすくお伝えするために、
より見やすく、使いやすいホームページとなるように
内容の充実を図ってまいりますので、
何卒宜しく願い申し上げます。



SNSでも情報発信中!!
facebook

愛仁会リハビリテーション病院 - Facebook

<https://www.facebook.com/aijinkai.rehabilitation.hospital/>



愛仁会リハビリテーション病院 広報室



中山クリニック

内科・循環器内科

〒569-1121 高槻市真上町2丁目6-11
まかみクリニックモール1F

TEL.072-648-3211



今回は高槻市真上町のまかみクリニックモール内にある、中山クリニックの中山 明子先生にインタビューをさせていただきました。

開業された経緯

大阪医科大学付属病院(現 大阪医科薬科大学病院)、大阪府三島救命救急センターなどの勤務を経て、2000年には介護支援専門員(ケアマネジャー)の資格も取得され、クリニックこまつでは内科に加え在宅医療科でも勤務されました。その後25年以上在宅医療に携わってこられました。

開業を決めたきっかけとして、先生のご家族の介護の経験から高齢者医療に力を入れ、同じく介護のことで困っておられる方や悩みのある方のために、少しでも負担を軽くできるお手伝いできればという想いと、臨床医として患者さまを支えていくことが好きで生きがいであり、今まで培ってきた経験や知識を活かしてこれからも一線で力を尽くしたいと思われて、2018年9月に中山クリニックを開業されました。

クリニックの特徴

高齢者医療や訪問診療にも力を入れておられ、勤務医時代からの経験も活かし、循環器内科を得意分野とされておられます。訪問診療は1か月に一回から二回、時には臨時往診と様々な患者様がいらっしゃる中で、状態や状況に合わせて臨機応変に対応されておられます。

また、レントゲンや安静時心電図、心臓エコー検査等が可能で患者様の状態を把握し、症状に合わせて専門病院へ紹介するのか、クリニックで経過を診るのかなどの判断を行っておられるとのこと。

そのほか、禁煙外来、一般市民健診・特定健診・がん検診(大腸がん、肺がん、前立腺がん)に新型コロナ(COVID-19)ワクチンをはじめ、子宮頸がんワクチンやインフルエンザワクチン接種など幅広く対応されておられます。

クリニックの診療時間は平日21時までで、土曜日16時までと患者様が診療時間に囚われて受診することを諦めないように、どんな方でも受診しやすいようにしたいという想いから、他病院と比較しても長い時間で診療されているのも特徴でありクリニックの強みとなっています。

院内は完全バリアフリーになっており、車いすや足腰の悪い方でも安心して受診できる環境になっています。

◀中山クリニック 中山 明子先生

*診療時間

< 午前 > 11:30まで
診療受付 < 午後 > 20:30まで
< 土曜午後 > 15:30まで

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前診 9:00~12:00	●	●	●	-	●	●
午後診 13:00~16:00	-	-	-	-	-	●
夜 診 17:00~21:00	●	●	●	●	-	-

*休診日:日曜・祝日

*アクセス JR高槻駅より徒歩約14分



駐車場10台あり

中山先生はおだやかな人柄ながらもとても明るく、熱い想いで患者様と医療に向き合っておられ、不安などがあれば自然と相談したくなるような素敵な先生でした。

早めに治療というのが一番大事。お体のことで少しでもおかしいと感じたことや心配事があれば、治療は必要でないと思うことがあっても相談だけでも来てほしい。早めに検査をして、早い段階で治療を始められることが大事。相談だけでも良いし、どこに行けばいいかわからない場合も来ていただき、お話を聞いた上で、アドバイスや症状に合わせて連携している病院や専門の病院を紹介できるので気軽に相談に来てほしいとお言葉を頂きました。

中山先生 お忙しい中お時間頂戴いたしまして、誠にありがとうございました。
広報室 原田 涼平

INTERVIEW

Kさん(50代、女性)

Kさんは一昨年頸髄損傷を受傷され、急性期病院で治療を受けたのち当院へリハビリ目的に入院されました。入院中は、娘様の結婚式に出席するという目標と、中学3年生の息子様が待っておられることもあり、意欲的にリハビリに取り組み、数か月のリハビリで、電動車いすを顎で操作できるようになり、ご自宅に退院されました。

< 退院後約1年半経過され、現在のどのような生活をされてるか伺いました。 >



朝・夕のヘルパー、週2回訪問リハビリ、週3回訪問看護、週3回デイサービス、訪問診療と様々なサービスを利用しながら、お母様と息子様と生活されています。当院の短期入院も定期的に利用していただいています。

近くに娘様もおられ、車いすごと乗車可能な車を購入されたとのことで、お休みの日には車で買い物に行くこともあるそうです。先日はご家族と電車で城崎へ旅行に行かれたとのことでした。

ご家族のサポートも受けながら、変わりなく前向きにできることを見つけて生活されておられる様子を伺うことができ、私も嬉しくなりました。Kさんお忙しい中、貴重なお話を聞かせていただきありがとうございました。



地域医療部 木村 泰美



愛仁会高槻 訪問リハビリテーションだより

心不全の治療を受けられ自宅へ退院された後に、病院からセラピストがご自宅へお伺いする訪問リハビリテーションを利用され、退院後に買い物に行くことが可能となられた女性Tさんをご紹介します。

Tさんは心不全の悪化により心臓の血管に対して手術を受け、手術後、リハビリテーションに取り組みましたが筋力や体力が十分改善せず、退院後に訪問リハビリテーションを開始させて頂くことになりました。

訪問リハビリテーションでは、ご自身でも心不全の悪化が確認出来るように血圧や体重管理の方法を考えさせて頂きました。また、息を堪えるため心臓への負担が増えるためベッドや歩行補助具、入浴方法の調整を実施しました。そして、Tさんはしんどくても無理をして動作を行う性格のため、屋外歩行を行う際はセラピストから休憩するタイミングをお伝えし、心臓の負担が大きくなりたくないようを実施しました。退院後、少

心臓の状態に合わせた活動範囲の拡大と心不全の悪化の予防に対する支援について

愛仁会リハビリテーション病院 在宅支援科 重盛 大輔

しづつ体力や筋力が改善し、ご自宅近くのサンドイッチ屋さんまで買い物を楽しむことが出来るようになりました。

心不全は退院後の再入院率が高いことが報告されています。訪問リハビリテーションでは、運動の提供だけでなく、血圧や体重管理の方法、日常生活動作を行う際の負担を減らす方法などを一緒に考えながら心臓の状態が悪くなるのを防ぐための支援をさせて頂きます。

【Tさんのコメント】
訪問リハビリテーションで心臓の状態を確認してもらいながら一緒に外歩きをしてもらえるので安心して外に行くことが出来ました。久しぶりに買い物に行けるようになったので、凄く嬉しく思っています。

