



鹿教湯三才山リハビリテーションセンター

ほっとすまいる ニュース

第16号 ◆ 平成21年7月1日



おいしく食事が出来るために

介護施設での訪問歯科診療始まる

鹿教湯病院

歯科医師 小林 健吾

入れ歯が最近合わなくて擦れて痛い、ガタガタしてきた。また歯が取れてしまったり、入れ歯が割れてしまったりなど歯のトラブルは多々あることです。しかし、高齢の方になると寝たきり状態であったり、認知症などがありご自分で歯科医院にかかることができない方も多いことと思います。

そこで当院の歯科では限られた範囲ではありますが、今年度より歯科医師・歯科衛生士・歯科技工士がチームを組んで訪問歯科診療を行っていますので紹介します。

訪問診療を行うにあたり診療ユニットが無い場所でも治療が行えるように、コンパクトに設計された携帯（ポータブル）ユニットを導入しました。



これにより電源と水道があれば場所を選ばずに診察が行えます。現実的には複雑な虫歯の治療などは困難ですが、抜歯、義歯の修理・調整、歯石除去などは通常



の外来診療と変わらずに受けることができます。

とつながります。

また近年、介護の現場でクローズアップされてきている口腔ケアに関しても、実際の現場でご本人を見ながら介護者の方々に実際のケアの方法を説明できるので、より効果的であると思います。これにより口腔環境の改善がされ、誤嚥性肺炎のリスクが軽減するこ

現在週一回「ローマンうえだ」、不定期に松本の「うつくしの里」の訪問診療を行っており、来年完成予定の「いずみの」でも実施予定です。残念ながら一般家庭への訪問診療を行える体制は整っておりませんが、将来的には歯科医師会と協力のもと行うことが出来ればと思っています。

私たちは、保健、医療、リハビリテーションおよび福祉活動を通じて、高齢者・障害者が自分らしく生き生きと輝いてくらせるように、地域のみなさまとともに支援いたします。

私たちは、患者さんを中心とした「納得の医療」を行います。

病院 理念

鹿教湯病院 三才山病院

シリーズ
薬に関する
豆知識

その①

後発医薬品(ジェネリック医薬品)について



テレビCM・新聞紙上で後発医薬品(以下後発品)の広告を見かけることが多くなりました。『新薬と同じ成分・同じ効き目で、お薬代が約半分になる』とお聞きになった方も多いと思います。

①後発品とはどんな薬?そしてお薬代が約半分になるって本当?

新薬(先発医薬品)の特許期間(20~25年)終了後、製造・販売が認められた薬を後発品と言います。新薬と同じ有効成分を同じ量含み、同じ用法・用量の医薬品と定義されています。

コマーシャルで言っている

お薬代(患者さんが実際に窓口で支払う医療費)については正しい解釈が必要です。例えば院外処方せんの場合、病

院の窓口で診察・検査代等を支払い、保険薬局の窓口で薬代や調剤代を支払います。新薬から後発品に替えることにより安くなるのは『薬代』だけで、窓口で支払う全ての医療費が安くなるわけではありません。

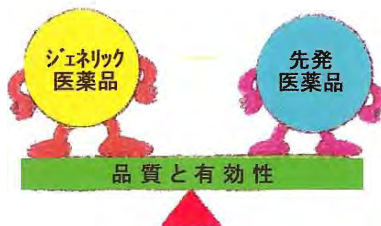
②後発品に替えるとうとうして安くなる?

新薬は発売されるまでに、通常10年~15年の長い研究期間と、300~400億円程度の莫大な開発費用が必要と

言われています。これだけの時間と費用を投入するため

うしても新薬の価格は高くなってしまう。しかし後発品は新薬と同じ成分を使って製造されるので、開発期間と研究開発費を大幅に削減でき、価格は安く出来るのです。

③効き目と安全性、品質は大丈夫?



後発品は、厚生労働省により効果と品質及び安全性が、先発医薬品と同等であることが十分確認された上で承認され販売されています。

④後発品の問題点・改善点は?

問題点としては、今まで採算の取れない製品が販売途中で中止してしまうケース、安定供給に課題があるケース、規格・品揃えが新薬と異なるケースがありました。厚生労働省の指導で改善しつつあります。

鹿教湯病院・三才山病院においても医局・薬剤部を中心として後発品の処方推進を行っています。皆様のご理

解とご協力をお願いします。

医師・薬剤師の皆様へ

お願いカード

私はジェネリック医薬品を希望します

右のカードは後発品の処方希望される場合、診察時に提示するカードです。カードの入手については保険薬局または病院薬剤部へお問い合わせください。

鹿教湯病院

薬剤部 田中 勝雄

内臓脂肪を測りませんか

平成21年6月より鹿教湯・三才山両病院において腹部CTによる内臓脂肪測定検査が導入され、ドックのオプションとして開始しました。

5月号で紹介されましたがメタボリックシンドロームとは、肥満に加えて、高血糖、脂質異常、高血圧の危険因子が重なった状態で

す。危険因子がひとつでは軽症でも、2つ、3つ重なってくると動脈硬化が進みやすくなり心筋梗塞や脳卒中の危険度が30倍以上に跳ね上がります。メタボリックシンドロームでいう肥満とは、腹囲測定により男性85cm以上、女性90cm以上を対象としますが、皮下脂肪と内臓脂肪では、同じ腹囲でも問

題となるのは内臓脂肪の方です。また、見た目は太っていないくても内臓のまわりに脂肪がたまっていくこともあります。内臓脂肪面積が、100平方cmを超えると動脈硬化の危険が増すといわれ、正確に内臓脂肪を測るにはCTによる測定が勧められています。

メタボリックシンドロームのもとにあるのは内臓脂肪の蓄積です。内臓脂肪が増えてくると血液中に糖や脂質が多くなったり血圧が高くなったりして、知らない間に動脈硬化が進んでしまいます。

一方、内臓脂肪はエネルギーになりやすい脂肪です、飢餓に備えて蓄えられる皮下脂肪と違い、絶えず分解・合成を繰り返しエネルギー源になりやすい状態にあります。内臓脂肪の状態を正しく評価し、活発な生活や運動を増やすことで内臓脂肪を燃焼させ、動脈硬化予防に役立てることができま

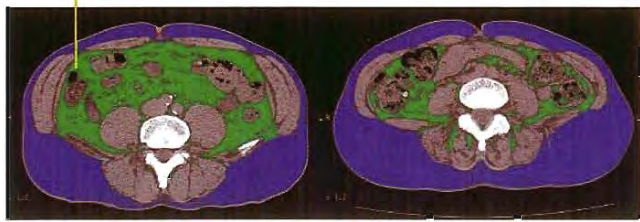
す。一度、自分の内臓脂肪を測定し健康管理にご活用ください。

健康管理部

保健師 久保田 美智子

こんなに違う 内臓脂肪

この画像では緑色の部分が内臓脂肪です。



ウエスト長がほぼ同じで、内臓脂肪面積が異なる例

メタボリックシンドロームの原因となる内臓脂肪の面積をCT画像から測定します。

(内臓脂肪面積が100平方cm以上で危険性が高いです)

呼吸器外来 同窓会開催 三才山病院



平成12年から三才山病院に通って呼吸器リハビリを受けていた方達の集まりである、呼吸器外来同窓会が5月24日三才山病院にて行なわれました。

三才山病院長時代に呼吸器外来を担当していた、小林俊夫名誉センター長を囲み、今回同窓会を開催して、皆懐かしく思い出話に花を咲かせました。当時の参加者の中には亡くなられた方もいましたが、奥様が参加されて、当時の様子をお話いただき、同じ病気の苦しみを分け合った者同士励ましあうことが出来、とてもよい機会になったのではないかと思います。

新任医師
の紹介



鹿教湯病院
内科 池内陽子
いけうち ようこ

6月から鹿教湯病院でお世話になることとなりました。主に人間ドックの上部消化管内視鏡検査とヘルススクリーニングをやらせていただいています。東御市田中の出身で、現在は車で約20分の塩田平(上田市)の一角に住んでおります。どうぞよろしくお願致します。

シリーズ
鹿教湯三才山リハセンター職場紹介

しよくば
職場ハイ見
はいけん

訪問看護ステーション
信州うえだ やまびこ
筑北サテライト
東筑摩郡麻績村麻 3890-1

筑北地区は、聖高原・四十八峠・修那羅峠・風越峠・滝上峠を超えた場所にある緑深い山々に囲まれた農山村地帯です。当事務所は、平成11年12月に東筑摩郡麻績村のJA敷地内に開設され、訪問看護・訪問リハビリのサービスを提供しています。私たちは「地域の皆さんの手となり足となるような支援」をモットーに日々働いています。

スタッフは、看護師1名、理学療法士(P.T.)2名、作業療法士(O.T.)2名の計5名で、筑北地区を中心に、安曇野市の一部、旧四賀村をエリアに訪問しています。

以下スタッフの自己紹介です。
写真右より
山田(P.T.)…現在新居建築中のため年中無休でやってお



佐藤(看護師)…気持ちには20代、明るく元気に訪問看護しています。ウインドウショッピングがストレス解消法、軽井沢アウトレットが大好きです。

益永(O.T.)…息子のバスケットボールとしての道を歩み始めました。週末はメガホン片手に「いぞいぞー。ナイツシュ!!」

数田(O.T.)…ジムに夢中で筋トレマシーンにハマっています。目指せナイスマツチョ!!

丸山(P.T.)…健康おたくです。定額給付金でMTB買っちゃいました。

お
し
ら
せ

● 鹿教湯病院 呼吸教室を開催します(全8回)

呼吸器疾患をお持ちの患者さんとその家族の方、また、関心のある方はどなたでもどうぞ。当院受診以外の方も歓迎いたします。一緒に呼吸器疾患について学びましょう。

第3回 呼吸教室

- 日 時 平成21年7月7日(火) 午後1時30分～午後2時30分
- 場 所 鹿教湯病院1階「南会議室」
- テーマ1 息切れの少ない生活動作の工夫
- 講 師 作業療法士
- テーマ2 制度が使える福祉用具
- 講 師 医療相談員

第4回 呼吸教室(8・1 肺の日記念拡大イベント)

- 日 時 平成21年8月1日(土) 午前10時00分～午前12時30分
(午前9時30分受け付け開始)
- 場 所 鹿教湯病院1階「かけゆ講堂」
- テーマ1 肺の病気
- 講 師 小林 俊夫 医師
- テーマ2 肺とたばこ
- 講 師 富岡 あき子 保健師
- テーマ3 呼吸器リハビリテーションの必要性
- 講 師 全低肺協議会会長 酒井 巖 氏

●呼吸体操、呼吸器クイズ、フライングディスク、在宅酸素療法関連機器展示など

参加は無料、予約等は不要です。直接会場にお越し下さい。
お問合せ：☎0268-44-2111(代) 呼吸教室担当 勝山、山本

鹿教湯病院 ◆ 〒386-0396 長野県上田市鹿教湯温泉 1308 ☎ 0268-44-2111 FAX 0268-44-2117
 三才山病院 ◆ 〒386-0393 長野県上田市鹿教湯温泉 1777 ☎ 0268-44-2321 FAX 0268-45-3709
 豊殿診療所 ◆ 〒386-0004 長野県上田市殿城 250-4 ☎ 0268-29-1220 FAX 0268-29-1229