

けいびょうニュース

vol.17
2010

けいびょう写真館

今年もサマーコンサートを開催しました。

7月10日に開催しましたサマーコンサートの風景です。今年は、東京藝術大学音楽学部声楽科の松原みなみさん、大阪音楽大学ピアノ科の浜地夏未さん、大阪大学医学部の申玲佳さん、伊藤朝子さんにお越しいただき、美声とすばらしい演奏を披露して頂きました。

ご入院中の方やご家族の皆さまは、海や荒城の月など、馴染みのある曲からクラシック・オペラの調べに聴き入り、ひとときの安らぎを感じることができたと思います。



contents

- クローズアップ 『大阪警察病院附属人間ドッククリニック ～草西所長就任のご挨拶～』
- 医療トピックス 『顔面神経麻痺・急性感音難聴ってどんな病気？』
- 診療科紹介 『心臓血管外科』
『歯科口腔外科』
- 市民公開講座より 『乳房と命を守ろう ～乳がん、早期発見への取り組みと最新の治療計画』
- 知っ得？情報！ 『くすりのはなし&病気と栄養』
- KEIBYO INFORMATION 『平成22年度も“早期予約割引制度”を継続します』
『ホームページをリニューアルしました』

大阪警察病院付属人間ドッククリニック ～草西所長就任のご挨拶～

ごあいさつ

今年4月に大阪警察病院付属人間ドッククリニック所長に就任いたしました草西と申します。専門は産婦人科、なかでも**ウロギネ領域の手術**です。本院産婦人科顧問を兼務し本院でのウロギネ診療も担当しております。前任地の亀田総合病院（千葉県）では骨盤臓器脱、腹圧性尿失禁に対する合成メッシュをもちいた最新の手術療法（**TVM手術**）を多数症例に実施してまいりましたが、その経験をもとに当大阪警察病院におきましても一人でも多くの患者さんの治療のお役にたきたいと考えております。

付属人間ドッククリニックは人間ドック専用施設として平成16年に上六の地に新設されました。充実した検査機器と優秀なスタッフをそろえ各種検診業務をおこなっています。検診結果に異常が発見されたときも本院内科、外科などの各診療科とも緊密に連携できます。このことはご利用される皆様にとり大きな安心となるでしょう。当ドックの詳細は本院ホームページでもご覧いただけます。またインターネットでの受診予約が24時間可能です。



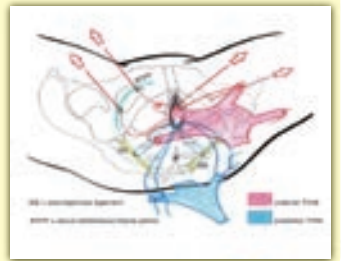
人間ドッククリニック
所長 草西 洋

【用語解説】

ウロギネという語は泌尿・婦人科を意味する語：**ウロギネコロジー**を簡略化したことばです。その診療対象となるものは、おもに女性骨盤底疾患（骨盤臓器脱、尿失禁、便失禁など）です。**骨盤臓器脱**とは膣口から子宮、膀胱、直腸などの臓器が下垂・脱出してくる疾患です。脱出の状況により脱出の違和感、排尿困難、頻尿など多様な症状を呈します。また**尿失禁**にはトイレが間に合わずに漏れる切迫性尿失禁と咳・くしゃみで漏れる腹圧性尿失禁があります。出産経験のある女性でかなりの方が適切な治療をうけることなく、これらの病気にひそかに悩んでおられます。加齢にともない骨盤底疾患の頻度は増加しますので、超高齢時代のわが国では重要な疾病のひとつといえます。



メッシュ手術（TVM手術）：骨盤臓器脱は骨盤底をささえる骨盤底筋や筋膜とよばれる支持組織が弛緩し機能不全をおこして発症します。従来の手術では子宮を摘出し、膣壁を一部切除し縫縮していましたが、TVM手術では合成メッシュを用いて補強することで子宮、膣を切除することなく、元通りに修復できます。従来の手術よりもより自然な状態に修復できて、なおかつ再発が少ないという有用性の高い手術です。入院期間は10日間程度で、保険診療の対象です。



当ドッククリニックホームページのご案内

予約カレンダー↓



【<http://www.oph-dock.jp>】

ご希望のコース・オプションで空き日を自動検索。
“2名同時検索機能”もあります。
24時間対応ですのでゆっくりご検討ください。



顔面神経麻痺・急性感音難聴ってどんな病気？



耳鼻咽喉科 部長
顔面神経・難聴センター長
松代 直樹

顔面神経麻痺と突発性難聴などの急性感音難聴は、健康な人にも起こりうる、突然発症する病気です。ストレス社会の現代では、患者数は徐々に増えてきています。

1. 顔面神経・難聴センターの特徴

関西唯一の専門施設であり、時期に即した診断・治療を行っております。耳鼻咽喉科専属の言語聴覚士が常駐しており、各種聴覚検査・補聴効果判定・顔面神経麻痺リハビリテーション治療を実施しています。

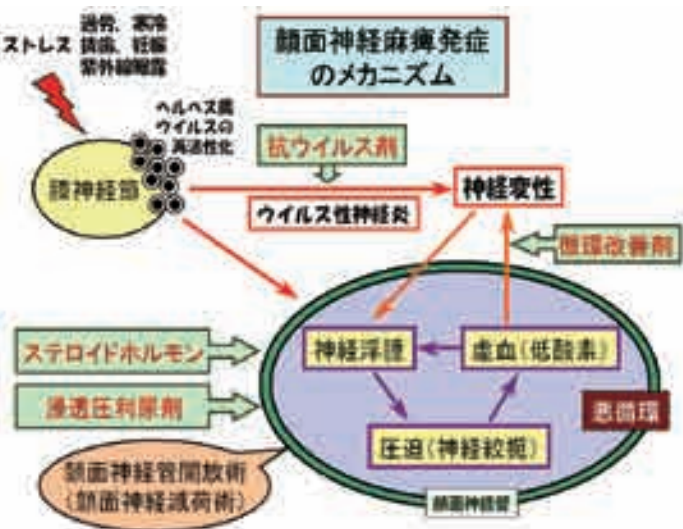
ステロイド治療が第一選択ですが、その使い方や診断・追加治療に関して明確な信念のある施設が少ないのが現状です。当センターでは、発症から受診日までの日数に応じて、独自のアルゴリズムに基づいて治療にあたっています。詳しくはホームページ (<http://www.oph.gr.jp>) もご覧下さい。

2. 顔面神経麻痺の診断・治療内容・治療成績

①単純ヘルペスが主たる原因とされるベル麻痺、②水痘帯状疱疹ウイルスが原因で顔面神経麻痺・難聴・めまい・耳痛・耳介帯状疱疹を伴うハント症候群、が大部分を占めます。しかし、③水痘帯状疱疹が原因にもかかわらず、顔面神経麻痺以外の症状を伴わない無疱疹性帯状疱疹 (ZSH) が 15%程度あることが判ってきました。正確な診断には、採血によるウイルス検査が必須です (ウイルス学的診断)。



膝神経節といわれる場所に潜伏感染しているウイルス (単純ヘルペスウイルス・帯状疱疹ウイルス) が再活性化することで神経炎が起こり、神経浮腫を起こします。狭い顔面神経管では浮腫→圧迫→虚血→浮腫という悪循環に陥るため、神経麻痺が起こるといのが発症のメカニズムです。



膝神経節といわれる場所に潜伏感染しているウイルス (単純ヘルペスウイルス・帯状疱疹ウイルス) が再活性化することで神経炎が起こり、神経浮腫を起こします。狭い顔面神経管では浮腫→圧迫→虚血→浮腫という悪循環に陥るため、神経麻痺が起こるといのが発症のメカニズムです。

当院耳鼻咽喉科では、特徴ある専門外来を開設しています。

◆突然発症する顔面神経麻痺 (顔表情の麻痺) や急性感音難聴 (突発性難聴・特発性難聴など) は、発症早期に適切な治療が受けられないと、取り返しのつかない事態を招くことがあります。

治りが悪いと判断された場合には、①顔面神経管開放術 (発症 3 ヶ月まで)、②ステロイド治療 2 コース (発症 3 週まで) などの追加治療を行い、治癒率を向上しています。発症 7 日目までに治療を開始した場合の治療成績は、ベル麻痺:95.1%、ハント症候群:86.8%、無疱疹性帯状疱疹 (ZSH): 83.3%、と極めて良好です。

3. 顔面神経麻痺のリハビリと後遺症対策

発症早期をすぎると、①リハビリテーションを行っています。発症 3 ヶ月までなら②顔面神経減圧手術を、晩期には③神経吻合術などが適応となります。陳旧期には④ボトックス注射のあとリハビリを適応して後遺症を軽減しています。

4. 急性感音難聴 (突発性難聴・特発性難聴など)

発症 7 日目までの発症早期には、外来でステロイド漸減点滴療法を行っていますが、糖尿病などの合併症がある場合には入院治療になります。ステロイド治療で改善しない場合や発症 10 日前後経過している場合には、入院の上デフィブラーゼ点滴を行っています。日本最多の症例数 (677 例) での学術論文なども報告しております (共著)。1 ヶ月以上経過したものでは、治療が見込めなくなります。

難聴だけでなく、めまいを伴う急性感音難聴では難治性のものが多いです。また難聴が悪化するもの、再発するもの、反対側に起こるものもあります (特発性難聴)。低音障害型の急性感音難聴にはメニエル病に移行するものもあります。このような難聴では、聴神経腫瘍などが見つかることもありますので、MRI 検査も積極的に行っております。

5. 中耳炎の手術

当院は麻酔科医師数が豊富ですので、皆様に全身麻酔手術が可能です。短期入院手術 (術後 3 日以内での退院) にも対応しています。安全かつ低侵襲の治療を心がけています。真珠腫性中耳炎に対しては段階的手術を基本としています。慢性中耳炎では穿孔と難聴の状況に応じて、局所麻酔での手術が行えることもあり、日帰り手術にも対応しています。癒着性中耳炎・耳硬化症・中耳奇形・外リンパ瘻・中耳腫瘍 (グロムス腫瘍) の手術も積極的に行っています。

6. 人工内耳リハビリ・補聴器外来

補聴器適合判定医師 (厚生労働省認定) が 2 人います。今秋から人工内耳治療と補聴器外来の開設を予定しております。高度難聴者の方への対応も充実させているところです。

心臓センター … 心臓血管外科 …



心臓血管外科
部長 榎 雅之



平成22年3月1日付けで大阪警察病院心臓血管外科部長に就任いたしました榎 雅之でございます。成人心臓外科(冠動脈、弁膜症外科)および大動脈外科を専門としております。当科では、近年増加しております高齢者や合併症を有するハイリスクの症例において、安全かつ各個人にあった治療戦略(満足できる術後QOLを目指して)を考えて術式を決めております。さらに外来診療ではホームドクターとの連携を強化しつつ専門診療にあたり、患者さんの病気・手術に対する疑問や不安に対して十分な時間をとり丁寧な説明を心掛けたいと考えております。今後共、皆様のご理解、ご協力の程を宜しくお願い申し上げます。

学会活動、専門医

日本心臓血管外科学会(評議員、専門医)、日本外科学会(指導医、専門医、認定医)、日本胸部外科学会(認定医)、日本血管外科学会、日本循環器学会、日本人工臓器学会、近畿外科学会(評議員)、The Asian Society for Cardiovascular Surgery

《診療科のご紹介》

大阪警察病院心臓血管外科では、虚血性心疾患、大動脈疾患、弁膜症、成人期先天性心疾患および末梢血管外科など外科治療の対象となるほとんどすべての心血管疾患の外科治療を行っています。(図1)

最近の心臓血管外科手術の特徴として、高齢者に対する手術および緊急手術の増加があげられますが、どちらの場合も手術リスク(死亡率、合併症発生率)の増加が危惧されます。高齢者の対する手術の場合、術前の患者さんの体力や臓器機能を正確に評価および分析することにより、できる限り安全でかつ術後のQOLを保てるような術式を個別に考慮しております。すなわち、僧帽弁閉鎖不全症に対する僧帽弁形成術(人工弁を使用せず自分の弁を修復する手術)や、合併する心房細動に対する高周波アブレーション装置使用によるメイズ手術(心房筋内電導路を焼灼し不整脈を治療する手術)、および虚血性心疾患に対する人工心肺装置を用いない心拍動下手術(OPCAB)など最先端の技術・手術手技を導入することにより体に優しい(低侵襲)手術を目指し、術後早期からの離床とリハビリを行っています。また、腹部や胸部の大動脈瘤に対しては、患者さんとよく相談し開腹開胸手術のリスクが高いと判断されれば、必要に応じて大阪大学心臓血管外科の協力下にステントグラフト治療(この治療法は脚の付け根に5cm程度の切開を加え、足の血管からカテーテルを挿入して大動脈病変部に人工血管を留置する手技です。)を選択しております。(図2)

また、緊急症例に対しては循環器内科との連携の下、手術が必要と判断(不安定狭心症、急性心筋梗塞、急性大動脈解離、動脈瘤破裂など)されれば、迅速な対応で1人でも多くの患者さんを救命できるよう日々努力しております。

図1. 2009年疾患別手術数データ

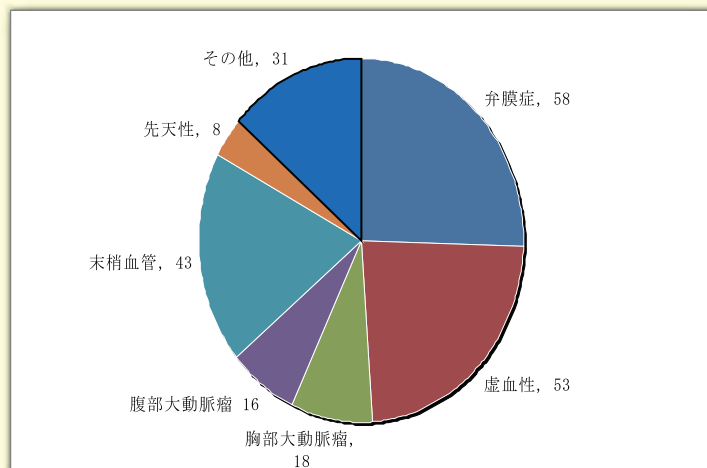


図2. 腹部大動脈瘤に対するステントグラフト治療



歯科口腔外科



歯科口腔外科
部長 田中 晋



歯科口腔外科常勤医ならびに口腔ケアスタッフ

平成 22 年 4 月 1 日付けで歯科口腔外科部長に就任いたしました田中 晋と申します。

口腔外科全般を専門としており、特に口腔腫瘍や顎変形症、外傷性疾患の手術治療にあたっています。また、予防的治療の観点から口腔内の不定愁訴や悪性疾患の原因となりうる口腔粘膜病変の治療にも精力的に取り組んでおります。さらに大阪大学と連携して、種々の生活習慣病に結びつきうる異常摂食運動のメカニズムについての研究も行っており、口腔の治療から皆様の健康に寄与できる質の高い医療の提供に努めてまいりますので、宜しくお申し上げます。

【学会活動】

(社)日本口腔外科学会(指導医)、口腔顔面神経機能学会(認定医)、日本がん治療認定医機構(暫定教育医:歯科口腔外科)、日本頭頸部癌学会、日本口蓋裂学会、日本口腔科学会、American Cleft Palate-Craniofacial Association (ACPA)、 Society for Neuroscience (SFN)

◀ 診療科のご紹介 ▶

口腔の総合診療科として

口腔は「食べる(咀嚼・嚥下)」「味わう(味覚)」「話す(構音)」「息を整える(呼吸)」など日常生活において幾つもの大切な役割を果たしており、「食育」への関心が高まっている昨今、「口」の健康管理は益々重要になっています。大阪警察病院歯科口腔外科は、近隣の開業医の先生方と連携をとりながら、口腔外科の専門医療機関((社)日本口腔外科学会指定研修機関)として顎口腔領域に発症する様々な疾病の治療にあたっています。

口の中は硬い「歯牙」と軟らかい「歯ぐき、舌、頬などの粘膜」さらには金属や義歯などの「人工物」が共存する極めて特殊な環境で、外界からの侵入口として食物などの刺激を常に受けていることから多種多様な病気が発生します。私たちは口腔外科の専門医として「口腔の腫瘍(できもの)や嚢胞(袋状の病気)」、「外傷(骨折)」の手術、「受け口」などの外科矯正手術について専門学会のガイドラインに沿った治療方法を用いて取り組んでいます(詳細は本院ホームページを参照してください)。さらに、顎関節症や舌痛症、口腔乾燥症(ドライマウス)、口の粘膜に起こる種々の慢性的な疾患についても様々な角度から治療を行い、「**口腔を預かる総合診療科**」として皆様の健康に寄与したいと考えています。

口腔検診のススメ — 口腔がん予備群の根絶を目指して —

東洋医学において舌は「心の苗」、「脾の外候」とも言われ、五臓の様子を反映する器官とされています。事実、ビタミンや鉄分などの栄養不足、貧血、免疫機能の低下や神経失調、喫煙、薬剤の投与などに伴って舌のみならず口の粘膜には実に様々な病気がみられます(図1)。これらの症候は、体の変調を示すサインとしてその発見が重要なばかりでなく、放置することで痛みや他の感覚(知覚・味覚)異常を引き起こしたり、



図1. 舌にみられる症候: 1,2. ビタミン欠乏症、自律神経失調などにより観察される裂溝あるいは地図状病変 3. 抗生薬の長期服用による黒色病変 4. 栄養障害、進行がん等免疫低下に伴う白色被苔病変 5. 貧血、唾液分泌障害、加齢などによる舌乳頭萎縮(平滑舌)

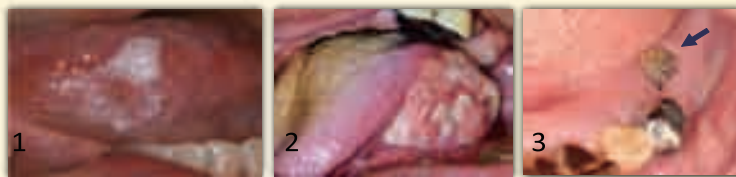


図2. 歯肉にみられる症候: 1. 舌の白板症(前がん病変の一つ) 2. 進行舌がん 3. ビスフォスフォネート製剤長期服用後、歯科治療を契機に発症した顎骨の露出ならびに壊死(矢印)を示す。

白板症や紅板症、扁平苔癬などの粘膜疾患ではがん化したりすることもあるために注意が必要です(図2-1,2)。薬剤性のもものでは、骨粗しょう症などで用いられるビスフォスフォネート製剤を投与されている患者さんにおいて歯科治療がきっかけで「**顎骨壊死**」など重篤な骨髄炎を引き起こすケースが近年報告されています(図2-3)。もともと免疫機能の低下や、口腔内に未治療の炎症巣を有する場合に発症のリスクは高いことから、服用開始前の口腔ケアや治療が推奨されています。

さて、口腔がんの発症率はがん全体の約 1-2%とされていますが、他の臓器と比べて直接目で確認できる場所であるにもかかわらず、早期発見・治療がなかなか困難であるのが現状です。そして、社会構造の変化の中で、近年口腔がんで亡くなる方の割合はむしろ増加傾向にあると報告されています(国立がんセンターがん対策情報センター資料による)。こうした問題を解決するにはどうしたらよいのでしょうか。

最近「唾液」の成分を調べることで口腔がんや乳がん、膵臓がんでは健康な人に比較して特異的に上昇する複数の代謝物が存在するとの研究成果が公表されています。口腔がんのバイオマーカーとして将来有用な検査法になりうると考えられますが、何より口の中は直接目で確認できるわけですから、「**専門医によって定期的に口の中の検診を受ける**」ことが「**がんの早期発見、早期治療**」には最も重要と考えられます。当科では「**がんを治す**」以上に「**がんを予防する**」ために生活習慣指導を始めとして「**口腔のトータルケア**」に積極的に取り組んでいます。患者さんが安心して治療を受けられる診療体制を作っておりますので近隣の先生方には今後ともご理解とご協力のほどお願い申し上げます。

乳房と命を守ろう

—乳がん、早期発見への取り組みと最新の治療計画—

さる6月12日土曜日に開催いたしました
市民公開講座をダイジェストにてお伝えします。

1. 乳がん検診の現状

【外科 平岩 味恵】

女性が一生のうち乳癌になる確率は20人に一人まで上昇してきました。これは、小学校の時の一クラスの女の子のうち、一人はなってしまう確率です。どうやったら治るんでしょうか？原則は、「早期発見、早期治療」です。自覚症状のないうちに発見すると治る可能性も高くなります。当院では、症状の無い方に対して大阪市乳がん検診を実施しています。昨年は475人が受診され、そのうち4人の方が早期乳癌でした。

2. 住民検診の主役：マンモグラフィーとは？

【放射線技術科 北 真季子】

乳房専用のX線撮影のことをマンモグラフィと言います。乳房をできるだけ広げ、乳腺の重なりを少なくした状態で圧迫し、乳房厚を薄くした状態で撮影します。生理前は、ホルモンの関係で乳房が張って痛むことがあります。制汗剤やパウダーは使用してこないで下さい。生理が始まって3～10日の受診をお勧めします。当院はマンモグラフィ検診精度中央管理委員会によりマンモグラフィ検診施設として認定を受けています。2年に1回、触診とマンモグラフィで乳がん検診を受けましょう！（40歳以上の方）

3. 閉経前の方の検診：検診超音波検査の威力

【臨床検査科 有田 勝】

当院では30代の方の大阪市超音波乳癌検診は行っておりませんことを最初にお断りしておきます。

超音波検査とは“人の耳に聞こえないほど周波数の高い音”を生体にあてて、反射してきた音を解析することにより病変の有無・病変の性状を調べる検査です。若い方では乳癌が発達しており、マンモグラフィでは病変の発見が難しい場合があります。超音波での検索は、被曝が無く妊娠中の方でも検査可能であり、若い方の検診には特に有用です。

4. 最新の確定診断の技術 —マンモトーム—

【外科 大谷 陽子】

マンモトームとは、乳房生検専用の装置で、米国で開発された“吸引式針生検装置”のことです。小さな傷痕で病理組織診断が行えるのが特徴です。また、マンモグラフィで病変の位置を確認しながら十分な量の組織を採取できるために正診率（がんをがんと判定できた率）は、ほぼ100%の信頼度が高い検査です。当院ではこれまで111例に施行し、41例を乳がんと診断しました。このうち34例の方は非浸潤癌と呼ばれる最も早期であるStage 0でした。

5. 運命の分かれ道 —細胞診と組織診

【病理技術科 浦岡 孝子】

マンモグラフィや超音波検査で石灰化や腫瘤などが見つかったら、良悪の判定のため病理検査が必要です。残念ながら乳がんと診断された場合、手術になります。まずわきのリンパ節に転移が無いかを検査するために手術中にセンチネルリンパ節生検を行います。摘出後ただちに捺印細胞診とOSNA法と呼ばれる遺伝子レベルの検査を行い転移の有無を確認します。また、乳房温存手術では、手術中に病変の部位

外科（乳腺外科担当）
部長 吉留 克英



が完全に切除されているかどうかを確認するために、切除した標本の周囲360度を、癌細胞の転移の有無を調べます。以上の仕事は、病理部門（病理医・臨床検査技師で構成）で行われています。われわれは患者さんの目に直接触れる機会は少ないですが、実は全ての診療科と関わっています。病理科で正しい病理診断ができれば、診療科でも正しい診療や治療を行うことができます。

6. 自分で自分を守る —自己検診の指導

【看護部プレストチーム 大前 敬子】

乳がんの診断を受けた人の中で、自分でしこりなどの異常に気づいた「自己発見」は73.8%です。乳がんは乳房の中にしこりができますが、多くは硬くて痛みのない小さなしこりです。このしこりがあるかどうか、自分で調べるのが『自己検診法』です。ポイントは、普段の自分の乳房を知ることです。「今までに無かった・・・」「反対とは違う・・・」など違いに気づくことが大切です。閉経前の方は、生理終了後4～5日以内に、閉経後の方は毎月1日のように日を決めて、入浴の際に鏡の前や浴室、就寝時に布団にあおむけになって行いましょう。

7. 乳がんになってしまったら・・・最新の治療計画

【外科 吉留 克英】

まず第一に、可能な限り低侵襲の治療です。病理検査部門の強力なサポートのもと、治療のために必要十分な切除を、ただし最小限にすることを目標としています。乳房温存率は概ね70%となりました。腋窩郭清を最小限に抑えるために導入したセンチネルリンパ節生検は、500例に達しました。また、術中に遺伝子レベルまでくまなく検索するOSNA法をいち早く臨床応用しております。

次に個別化治療です。一旦再発・転移を認めると根治は残念ながら困難です。再発を可能な限り予防するために、抗癌剤治療が重要な位置を占めています。抗癌剤の効果をより確実にするため、女性ホルモンの受容体（エストロゲン受容体、プロゲステロン受容体）の検索、乳癌に特異的に発現する細胞増殖因子（Her2）を検索し、より感受性の高い薬剤を選択しています。同時に抗癌剤治療をしなくても良い患者さんを選択するため、新しい試みを始めています。細胞周期をつかさどる蛋白質を測定し、予後の予測因子として有用である基礎データが出てきました。今後さらに個別化治療が広がると考えられます。また、術前に点滴治療することにより、患者さん自身で効果確認ができ、予後のより一層の改善に寄与しています。3cm以上の腫瘍や明らかに腋窩リンパ節に転移を認めている患者さんは適応となります。乳癌診断＝即、手術ではなくってきています。

このような治療方針は、現在では十分エビデンスに基づいた治療を行うため、日本乳癌学会が定めたガイドラインにそって行われています。そして、今回講演したプレストケアチームの各専門部門が力を合わせて治療にあたっております。30歳以上の女性の皆さん、まず毎月1回の自己触診を欠かさず、また少なくとも2年に1回の住民検診・人間ドックでの乳がん検診をお願いします。

〇くすりのはなし〇

お薬の保管方法をご存じですか？



お薬はどのように保管すればいいの？

薬剤部 係長
寺本 有里



病院で処方された薬や街の薬局で買った薬…その中には飲み薬だけではなく、塗り薬や目薬、貼り薬などいろいろな形のお薬があります。みなさんはこれらの薬を数日間や数週間、時には数ヶ月間使用することがあると思いますが、ご家庭ではどのように保管していますか？「冷蔵庫で」「光の当たらない所」「湿気に注意」などお聞きになったことはありませんか？

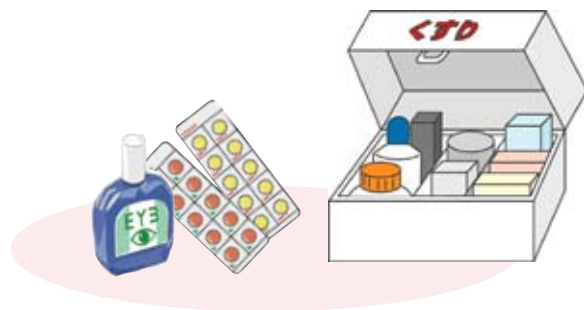
薬は化学物質であるため、一定の期間が過ぎたものや保存状態の悪いものは「分解」という現象が起こります。これは元の薬が変質し他の物質に変わっていますから、効果がないだけでなく、良くない作用を持っている可能性もあります。使用期限が記載された薬もありますが、これは未使用の状態での期限です。開封した時・目薬などの瓶を開けた時などは、その日付を書き入れておき、古くなったものは使用せずに棄てるようにしましょう。

次に保管場所です。原則として高温・日光・湿気を避け、引き出しや戸棚の中、缶などに保管するのが良いでしょう。温度・湿度による固化や湿潤、光による分解や変色をおこす薬もあるからです。特に温度について注意が必要な薬は水薬（シロップ剤など）や注射薬（インスリン注射など）で、これらは凍結を避けて 2℃～ 8℃で保存します。坐薬も体温で溶けやすく作られていますから、使用前は体温より低い温度での保管が必要で

す。目薬や水薬は、細菌による汚染を防ぐために使い始めたら冷蔵庫に保管するほうが良いでしょう。また、部屋の中でもテレビの上や暖房器具の近くは高温になります。アルコールが含まれている外用薬などでは発火する危険もありますので気をつけましょう。

これ以外にも、小児が誤って薬を飲む事故は多数報告されています。小児の手の届かないところに置くことが必要です。また薬を冷蔵庫に入れる時は、食べ物や飲み物と間違わないように区別して置きましょう。

最後に、医師の処方による薬はその人だけの薬です。他人に譲ってはいけません。使用する必要がなくなった場合は棄てるようにしましょう。



〇病氣と栄養〇

低栄養と食べる力の低下に注意しましょう！



栄養管理科 課長
西尾 勢津子



高齢者は、食欲の減退、食べる量の減少などで低栄養になりがちです。また、加齢とともに食べ物を噛んだり、飲み込む機能が低下します。噛んだり、飲み込む機能が落ちてきた方には、その状態に合わせた食べ物や食べ方が必要になります。

●見逃していませんか？噛む力、飲み込む力の低下を示すサイン

- 食事中にむせる
- 食べ物の嗜好が変わった
- 食べ物が噛みにくい
- 食事の時間が長くなった
- 痰が出やすい
- 痩せてきた、体重が減ってきた
- 食事中や食後に咳が出る
- 食事をすると疲れやすい
- 口の中や喉に食べ物や飲み物が残りやすい
- 微熱が出やすい、肺炎になったことがある

●噛みにくい、喉につかえやすい、むせやすい食材に注意！

- ・加熱してもやわらかくならないもの
⇒かまぼこ、こんにゃく、貝類、いか、ハムなど
- ・パラパラしてまとまらないもの⇒きざみ食、ふりかけなど
- ・硬いもの
⇒ナッツ類、さくらえび、焼肉、煎り大豆、生野菜など
- ・厚みがないもの（喉に張り付く）⇒のり、わかめ、レタスなど
- ・さらさらした液体⇒水、お茶、みそ汁など

●繊維の多い野菜や果物

- ⇒ごぼう、たけのこ、れんこん、パイナップルなど
- ・酸っぱいもの⇒酢の物など
- ・パサパサしたもの⇒ふかし芋、ゆで卵、焼き魚など

●調理の工夫

- ・加熱する⇒料理がやわらかくなります。煮物など。
- ・切り方を工夫する⇒野菜は繊維を断つように切る。
- ・適度に油脂を加える⇒食べ物が滑らかになります。ポテトサラダ、スイートポテトなど。
- ・つなぎを入れる⇒卵や小麦粉を使用し、食べやすくまとめる。ハンバーグ、肉団子など。
- ・とろみをつける⇒食べ物が口や喉をゆっくり通過でき、むせにくくなります。カレー、ポタージュ、あんかけ料理など
- ・細かく刻みすぎない⇒きざみ食は口の中でバラバラになり、かえって飲み込みにくくなります。

※噛む力や飲み込む力には個人差があります。気になる方は主治医に相談してください。管理栄養士による個別の栄養相談を受けていただくことも可能です。

平成 22 年度も “ 早期予約割引制度 ” を継続します。

平成 20 年 2 月から開始しました大阪警察病院独自の分娩早期予約割引制度は、平成 22 年度も継続いたします。当院産婦人科で下記期間中に分娩のご予約をいただきますと、分娩費用を優遇させていただきます。

- ★ 妊娠 5 ヶ月 (20 週) までにご予約の方 : ¥ 20,000 の割引
- ★ 妊娠 8 ヶ月 (32 週) までにご予約の方 : ¥ 10,000 の割引

さらに…

祝膳でご出産のお祝い
ホテルニューオータニ大阪
の祝膳をご用意させていただきます。



大阪警察病院はお母さんを応援します！

当院は、充実した診療体制のもと、分娩制限なしでご予約をお受けいたします。どうぞ 安心してお産にお越し下さい。
お申し込みは、産婦人科外来でうけたまわります。
質問なども、ご遠慮なくお問い合わせ下さい。

連絡先 : 大阪警察病院 産婦人科外来
06-6771-6051

ホームページをリニューアルしました。



当院ホームページをご利用の皆様、より見やすく、より分かりやすいホームページにするため、今後も取り組んでまいります！

●当院ホームページへ **click!**

大阪警察病院

検索