

言語聴覚士の業務の紹介

言語聴覚士 鳥居 良浩

言語聴覚士は理学療法士、作業療法士とともにリハビリテーション室に所属しており、患者さまのリハビリを行なっています。歩くリハビリや手のリハビリを行う理学療法や作業療法はご存知の方が多いと思いますが、言語聴覚士はどこにいるの？何をしているの？と思われる方が多いのではないかと思います。

言語聴覚士は、3階リハビリ室の一角にある言語聴覚室という部屋にすることが多く、言語訓練は主にこの場所で患者さまと一対一で行なっています。

当院の言語聴覚士の携わる業務は大きく分けて2つあります。「ことば」のリハビリと「のみこみ」のリハビリです。

1. 「ことば」のリハビリ

「ことば」と一言で言ってもさまざまな障害があります。障害の種類によって対応が異なります。代表的なものをいくつかご紹介します。

①失語症

脳卒中中で「読む」「書く」「話す」「聞く」機能に障害を負ってしまい、頭に思い浮かんだ言葉が口に出てこなかったり、相手が話した言葉の意味が理解できなくなったりする症状です。

②構音障害

脳卒中で呂律が回らない状態になったり、大きな声が出なくなったりする症状です。

③高次脳機能障害

脳卒中や頭部外傷で集中力がなくなったり、覚えたことをすぐに忘れてしまったり、順序立てた考え方が出来なくなったりする症状があります。

2. 「のみこみ」のリハビリ

食べ物や飲み物を飲み込むときにむせてしまう、うまく噛み

砕けない、口からこぼれやすいなどの症状に対応します。食べ物があやまって気管に入ってしまうと肺炎になる可能性があるため「のみこみ」のリハビリは大変重要になります。

検査と訓練

「ことば」の問題に対しては、言語聴覚室で言語聴覚士と患者さまが1対1で行います。

多くの場合、まず検査用具を用いて言葉がどの程度出るか、どのくらい理解できるかなどを細かい項目に分けて検査していくことから始めていきます。

「のみこみ」の問題に対しては病室に伺い、検査や訓練をすることが多くなります。

まずは医師とともに専用の機器を用いた検査を行ないます。代表的なものに嚥下造影検査と嚥下内視鏡検査があります。

1. 嚥下造影検査

X線透視装置を用いてバリウム入りのゼリーや飲み物を飲んでいただき、うまく噛み砕けているか、舌で喉の奥に運んでいるか、飲み込んだものが気管に入らないか、食道をうまく通るかを検査します。レントゲン室にて検査を行ないます。

2. 嚥下内視鏡検査

ファイバースコープを鼻から挿入し、声帯の動きなど喉の動きを中心にみる検査です。実際の食べ物を用いて行い、喉に食べ物が残っていないか(量はどのくらいか、喉のどの場所に残るか)が直接確認できます。スタッフが病棟に伺い、ベッド上で検査を行ないます。

以上のような検査を行ってから、患者さまの症状に合わせた訓練を行なっています。

「ことば」や「のみこみ」に関して何かお困りのこと、気になることがございましたら、お気軽にご相談ください。



栄養科通信

オクラのぬめり成分

オクラには、独自の「ぬめり」がありますが、このぬめり成分は水溶性食物繊維のペクチン、ガラクトン、アラバンや多糖性のムチンなどで、整腸作用やコレステロール吸収を抑える効果があるとされています。

特に、水溶性食物繊維のペクチンには、消化吸収速度を抑えて血糖値の急激な上昇を抑える効果があることから糖尿病の予防に効果的であるとされています。また、このぬめりは胃壁を守ってくれるのでアルコールを飲む前に摂るのもお勧めです。

他にもオクラにはβカロテン、ビタミンB、ビタミンC、ビタミンE、カルシウム、鉄分などの栄養素をバランスよく豊富に含有しています。緑色が濃く鮮やかなもの、切り口が新しく表面が産毛でびっしり覆われているものが新鮮です。オクラは育ちすぎると味が落ちるので、あまり大きすぎないものを選びましょう。

オクラの天ぷら

レシピ(2人前)

- 材料**
- オクラ………6本
 - 揚げ油………適宜
 - 付け合わせ…ブチトマト4個
 - 天つゆ………適量
 - 衣：卵………1/2個
 - 炭酸水………75cc
 - 薄力粉………1/2カップ
 - 塩こし………1/4

<作り方>

- ① オクラは、洗ってヘタを除く。
- ② 天ぷらの衣をつくる。(炭酸水を使用すると衣が軽く仕上がります)
- ③ オクラに衣をつけて、170度くらいの油温で揚げる。
- ④ そのまま食べてもよいし、天つゆにつけていただくのもよい。



(栄養成分)1人分
 ●エネルギー:170kcal ●炭水化物:22g ●たんぱく質:4.7g
 ●脂質:7.5g ●塩分:0.8g

管理栄養士 中野 もも

聖隷

さくら通信

9月号

Seirei Sakura Tsushin
 Sep.10.2009
 発行者/南 昌平

vol. 62



7月31日(金)、小児科夏祭りが行われました。病児病室中のお子さまが少しも元気になってもらえるよう、そして楽しい夏の思い出ができるよう、院内合唱部(クーデルムーデル)による合唱や、射的、紙芝居、そして栄養科からは手づくりピザやかき氷などが振舞われ、夏のひとときを楽しみました。

- * 呼吸器内科診療体制変更のお知らせ/診療費自動支払機を導入いたします/聖隷コミュニティケアセンターからお役に立つ商品情報
- * インフルエンザと漢方 * 言語聴覚士の業務の紹介
- * 各科外来担当および診療内容 * 甘いものと心身の健康
- * 栄養科通信「オクラのぬめり成分」

聖隷佐倉市民病院

〒285-8765 佐倉市江原台2-36-2
 Tel.043-486-1151 Fax.043-486-8696 http://www.seirei.or.jp/sakura/

呼吸器内科診療体制変更のお知らせ

9月より、呼吸器内科外来は完全予約制となります。ご予約が必要となりますのでお気をつけ下さい。

診療費自動支払機を導入いたします

当院では9月24日より、自動支払機を導入いたします。待ち時間が短縮され、簡単にお支払いができる自動支払機をどうぞご利用ください。領収書・予約券・お薬引換券も自動支払機より発行されます。

<<ご利用について>>

- ◇ 入院費・外来費ともに精算可能です(一部除く)。
- ◇ 現金とクレジットカード決済(暗証番号必要・一括のみ)。
- ◇ 会計番号の画面表示がお手持ちの番号を越えましたら、診察券を支払機に挿入し、ご精算いただけます。

以下の場合支払機がご利用になれませんので窓口にて精算となります。

- ◆ 診察券をお忘れの場合
- ◆ 時間外等の内金や、その他の預り金がある場合
- ◆ 書類がある場合
- ◆ 会計の修正がある場合 など



聖隷コミュニティケアセンターからお役に立つ商品情報

【すたごらさんソフト05のご紹介】

足は人間の全体重を支える為の重要な器官です。高齢になると若い頃に比べ足の筋力が低下して、ちょっとした段差でもつまずきやすくなります。そこで今号では、軽くて歩きやすい靴のご紹介をいたします。

■製品の特長

- ☆履いていないような軽さの超軽量設計とに軽く、片足約145g
- ☆足を圧迫しない素材を使用 ウェットスーツなどにも使われるゴムスポンジを積み込んだ生地なので、防水性、伸縮性に富んでいます。
- ☆指リング、マジックテープで着脱簡単



聖隷コミュニティケアセンター佐倉店にて5,040円(税込)で販売中です。他にも多数取り揃えておりますので、是非お立ち寄りください。

各科外来担当および診療内容

- 各科の担当は医師などの都合により変更させて頂くことがあります。詳しくは外来の掲示案内、またはホームページをご覧ください。
- 月に1度、保険証の提示をお願いいたします。
- 受付時間 8:00~11:00 (但し、午後診療の診療科につきましては15:30まで受付いたします)
- 診療に関するお問い合わせ <直通> 043-486-8111
- 予約受付・変更…………… <直通> 043-486-1155
- 夜間受付…………… <代表> 043-486-1151
- ホームページ <http://www.seirei.or.jp/sakura/>

総合内科	月	火	水	木	金	土
初診	恩田 若林	上田 小川(患)	住吉 櫻庭	若林 田中(患)	鈴木 田中(患)	交替制
腎臓内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	鈴木	鈴木 藤井 田中(患)	藤井	田中(患) 紹介患者様のみ対応	鈴木	—
消化器内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	齋藤	—	佐藤	佐藤 齋藤	住吉	—
内分泌代謝科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	佐々木	—	佐々木 岡部	佐々木	藤原	—
循環器科	月	火	水	木	金	土
初診	横山	上田	横山	—	長谷川 野村	—
初診・再診	午前 横山	午後 横山	市本 長谷川	—	—	—
ベースカー外来【午後】	—	—	—	—	横山	—
不整脈外来【午後】	—	—	—	—	堀	—
健診後外来	月	火	水	木	金	土
初診・再診	—	—	—	—	久保田	—
神経内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【予約制】	午前 磯瀬	午後 小川(患)	—	—	小川(患)	—

呼吸器内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【午後】完全予約制	—	—	—	小林(健)	—	—
メンタルヘルス科	月	火	水	木	金	土
完全予約制	—	—	中里	谷淵	—	—
和漢診療科	月	火	水	木	金	土
完全予約制	—	笠原【午後】	—	—	—	小川
緩和医療科	月	火	水	木	金	土
完全予約制【午後】	関谷雄	—	—	川島 関谷雄	—	—
小児科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	午前 森 鈴木(患)	午後 森 鈴木(患)	川村 鈴木(患)	川村 鈴木(患)	川村 森	交替制
腎臓外来【午後】	月	火	水	木	金	土
その他	—	川村	—	森	—	—
婦人科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	柴田	柴田	柴田	柴田	柴田	—
外科	月	火	水	木	金	土
初診	武内	有田	小池	川島 大島	大島	交替制
再診	有田 小池 柏原	川島 廣橋	大島 武内	田中 有田 柏原	—	—
ストーマ外来 完全予約制【午後】	月	火	水	木	金	土
化学療法外来	—	—	—	—	篠崎	—
乳腺外科	月	火	水	木	金	土
—	—	—	川島	木下	—	—
血管外科	月	火	水	木	金	土
—	—	田代	—	—	田代	—
硬化療法外来 完全予約制【午後】	月	火	水	木	金	土
—	—	田代	—	—	—	—
呼吸器外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	恩田	眞崎	櫻庭	眞崎	眞崎 受付【10:00まで】	—

整形外科	月	火	水	木	金	土
初診・予約外来	小谷	古志	茂手木	根本	赤澤	交替制
初診・再診	月	火	水	木	金	土
再診	茂手木	根本 小谷	赤澤	茂手木 古志	根本 小谷 古志	—
股関節外来	月	火	水	木	金	土
—	—	—	岸田	—	—	—
側弯症【午後】	月	火	水	木	金	土
—	—	南/小谷/藤	—	—	—	—
脊椎腫瘍(せぼねセンター)【午後】	月	火	水	木	金	土
—	茂手木	—	—	—	古志	—
透新脊椎 完全予約制【午後】	月	火	水	木	金	土
—	根本	—	—	—	—	—
膝・スポーツ外来【午後】	月	火	水	木	金	土
—	—	—	—	—	永原	—
骨粗鬆症 第2・第4水曜【午後】	月	火	水	木	金	土
—	—	吉村	—	—	—	—
形成外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【午後】	—	宇井	宇井	—	宇井	—
リハビリテーション科	月	火	水	木	金	土
嚥下・リハビリ外来	—	—	—	—	高橋	—
脳神経外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	—	—	—	角南	—	—
泌尿器科	月	火	水	木	金	土
初診	今本 大西	神谷	紹介患者様のみ 大西	五十嵐	紹介患者様のみ 大西	—
再診	—	—	—	—	—	—
受付10:30まで	—	—	—	—	—	—
眼科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	渡辺 完全予約制	渡辺	渡辺 高橋	高橋	渡辺 高橋	—
受付10:30まで	—	—	—	—	—	—
皮膚科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【午後】	野老 受付【15:00まで】	—	—	木村	—	—
耳鼻咽喉科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【午後】	—	黒崎/山崎 交替制	—	—	久満	—

甘いものと心身の健康

健診センター 看護師 井澤 洋子

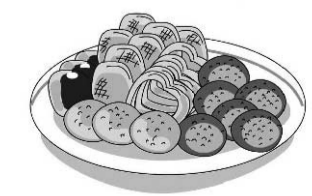
疲れたときに甘いものを欲しくありませんか？この夏、暑い日に清涼飲料を飲みすぎませんでしたか？糖分は身体の中で燃焼されてエネルギーとなり、私たちの活動の原動力となる大切な栄養素です。

さて、甘い物を大量に食べたり、清涼飲料水をたくさん飲んだりすると血糖値が急激に上昇します。これを下げるためにインシュリンというホルモンが分泌されます。このインシュリンが過剰に分泌されてしまうと血糖値が低くなってしまいます。すると今度は血糖値を上げるためにアドレナリンというホルモンが分泌されます。このホルモンは興奮・攻撃・不安を呼び起こしてしまう性質もあります。

また、食事をしてから2~3時間後にイライラしてしまう人は食事の中の糖分が多すぎる可能性があります。糖分の多い食事はビタミンB群を必要以上に消費させ、ビタミンB群の不足を引き起こします。ビタミンB群は精神を安定させるビタミンですので、これが不足すると精神状態が不安定になってしまいます。(ビタミンBは玄米・大豆・牛乳・肉や魚・卵などに多く含まれています。)

「甘いもの」をとりすぎると生活習慣病になりやすいことはよく聞きますが、「甘いもの」のとり方が精神状態にも影響を与えるようです。

心身共に健康な毎日をご過ごされるように日々の食生活を少し見直してみたいかがでしょうか。



Seirei Sakura Tsushin Sep.10.2009 vol.62

インフルエンザと漢方



和漢診療科 小川 眞生

このコラムが皆様の目に届く頃には、新型インフルエンザの情勢はどうなっているのでしょうか。

新型ウイルスに対する「タミフル」や「リレンザ」といった、抗ウイルス薬の効果については、限界が指摘されています。それには、耐性を持ったウイルスが出現した可能性が加え、こういった薬剤は、ウイルスの増殖を抑えるのが役目であり、すでに体内で増殖してしまったウイルスに対しては、生体の本来持つ闘病システムに頼るしかない、という理由があります。

漢方薬の役割は、こうした生体の闘病システムをサポートすることだと考えられています。生体の闘病反応には、病気の時期、元来の体質などの要因によって、個人間のばらつきがあります。漢方医学においては、病気に対する個々人の反応の仕方に合わせた適切な方剤を服用するということが重要です。

漢方古典の「傷寒論(しょうかんろん)」には悪寒、関節痛、頭痛、発熱といったインフルエンザを思わせる表現がすでに見られます。そうした初期症状では、発汗させたり、利尿を図ることによって、病邪(ウイルス)を抑制し、解熱する(解表するといいます)ことが主体となります。つまり、生体の闘病反応を効率的に鼓舞するわけです。

初期の風邪症状(インフルエンザを含む)は、大まかに、表裏、表裏、直中の少陰に分けられます。それぞれの代表方剤は、麻黄湯・葛根湯・桂枝湯、麻黄附子細辛湯です。寒気が来て、頭が重いと思ったらすぐに飲むとよいのですが、実際には、かかってすぐ(漢方的には「病邪が裏にとどまる」と考えます)にこういった方剤で対応できるケースは限られており、少しこじれて(漢方的には、体の「裏に入る」と考えます)から治療を開始することが圧倒的に多いと考えます。だるい、咳がひどい、食欲が落ちるといった自覚症状が目安になります。

そういったときには、エキス剤でなら、葛根湯などに小柴胡湯(或いは小柴胡湯加桔梗石膏)を合わせて飲むことをお勧めします。