2019 JANUARY vol. 19
住み慣れた土地で 生き生きとした暮らし

リハ日和

DAI2 NARITA MEMORIAL HOSPITAL

2019年を迎えて

新年あけましておめでとうございます。

早いもので平成17年9月の開院から、14回目の新年を迎えることとなりました。一重に近隣地域の皆様と東三河地区の病院、施設のご協力によるものと日々感謝しております。

当初はこの地域での先駆となる「回復期リハビリテーション病棟」の開設であったと記憶していますが、現在では豊橋市内はもとより東三河地区でも多くの同病棟が開設され、「リハビリ」という言葉が認知されてきているのではないかと嬉しく思います。

現在では急性期病院、回復期リハ病棟さらには退院後のかかりつけ医とを繋ぐ「地域連携パス」（※疾患別単位による治療計画）の導入と充実化により、地域のどの病院でも同等の医療サービスを提供できる体制が整ってきました。

そのような時代であるからこそ、他院にはない特徴を活かすチャンスと考え、当院ならでは！？のチーム制医療や最先端のリハビリ（歩行支援）ロボット導入など、この地域でのリハビリ病院のパイオニアとして突き進むべく、本年も研鑽の日々を送っていく所存です。

私事で恐縮ですが当院へ異動して1年、ようやく事務職たるものが少しずつ分かってきた次第です。今後とも院長、看護介護部長さらには職員一同で足並みそろえ第二成田記念病院に係わる全ての方々に「いいね！」をいただけるよう精進してまいります。

本年も皆様のご多幸をお祈りして新年のご挨拶とさせていただきます。

事務長　早崎光宏

Welwalk

当院では2018年8月よりリハビリテーション支援ロボット「ウェルウォーク　WW-1000」（以下、ウェルウォーク）を導入し運用開始しました。ウェルウォークはトヨタ自動車（株）が藤田医科大学と共同開発し、脳卒中などによる下肢麻痺患者様の練習を支援するロボットです。患者様に合わせた難易度の調整や歩行状態のフィードバック機能など、運動学習理論に基づいた様々なリハビリテーション支援機能を備えています。

ウェルウォークの特徴としては　1）自力では歩けない重度の患者様から使用できる、2）より自然な歩き方で多数歩の練習が可能、3）通常練習群よりも歩行の自立が早い、4）癖がつきにくいなどが挙げられます。当院では導入後８名の患者様に使用させて頂いております（11月現在）。

但し、ロボットを使っただけでは歩けるようにはなりません。そこには患者様の頑張りが必要です。ウェルウォークでは早期よりなるべく最小限の補助でたくさん歩行の練習ができるメリットがあります。常に患者様の最大限の努力を引き出しながら、歩行練習を支援させて頂きます。

理学療法士　内山恵介・鈴木章仁

リハビリテーション・ケア合同研究大会　in 米子

「入院時運動FIMで層別化した回復期脳卒中患者の帰結予測因子の検討 ～穂の国脳卒中地域連携パスアウトカムデータの分析～」

理学療法士　後藤健一

東三河地域では脳卒中患者様が急性期病院から在宅医療まで切れ目ない医療・介護サービスを受けることができるよう、穂の国脳卒中地域連携パス作成し、脳卒中医療の連携を強化するツールの一つとして活用しています。今回は、そのアウトカム（成果）データを収集・分析し、帰結予測（退院時の状態を予測すること）について得られた知見について発表させていただきました。

「HANDS療法とボツリヌス治療を併用したリハビリテーションを通し、上肢機能が改善した慢性期脳卒中患者の一例」

作業療法士　清水健児

介護・医療費等の急増が懸念される昨今、脳卒中リハビリテーションは質が問われています。このような時代変化に伴い、エビデンス（根拠）が確立された治療薬やリハビリ機具等が臨床現場に導入されています。演題内のボツリヌスも「脳卒中ガイドライン」で推奨されている治療です。リハビリテーションはエビデンスを礎としたチャレンジの連続です。より良い医療技術の提供を第一に、今後も臨床技術を研鑽していきます。

「脳卒中とその予防」

敵を知り、己を知れば、百戦危うからず

第二成田記念病院 院長　西村 康明

前回、①脳卒中とは、“脳に、卒に（にわかに）、何かが中（あたる）”こと、即ち、急激に意識を失って、半身不随に陥るのが典型的な症状である疾患の総称で、脳血管障害の同義語として使われていること、②日本では治療が奏功し、死因の第4位と減少したものの、実は、発症数は年々増加し、多くの患者さんは後遺症を有し、高齢者介護の最大要因となっていること、③成因により、くも膜下出血と脳出血からなる出血性脳血管障害と、ラクナ梗塞、アテローム血栓性梗塞、心臓から血栓が飛んで生じる脳塞栓症の閉塞性脳血管障害の二つに大別され、これらに対する治療法が大いに進歩したことをお話し、**“脳卒中を疑えば、直ちに医療機関へ相談すること”**の大切さを知って頂きました。そこで今回は、その脳卒中の予防についてお話します。

1．脳卒中は、何故生ずるのでしょうか。

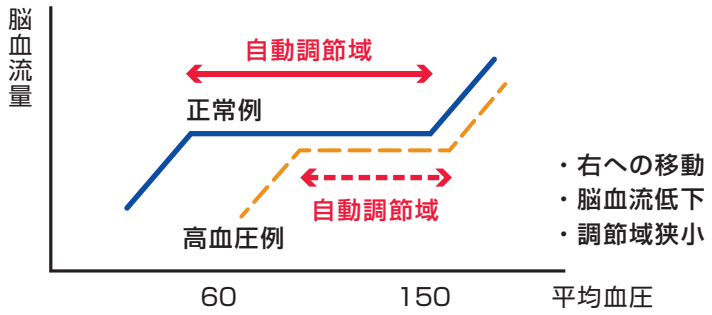
脳卒中予防の前に、**“敵を知り、己を知れば、百戦危うからず”**孫子の兵法です。先ず、原因を知り、自身を省みて、予防しようということです。

脳卒中の脳血管が詰まったり、切れたりすることの最も大きな要因に、脳動脈硬化が挙げられています。

一般に、動脈硬化は、血管の内側にコレステロール等が沈着し、血管が狭く硬くなり、血液が流れにくい状態を言います。この動脈硬化が生ずると血液をよく流すために血圧が上昇します。血圧が上昇すれば、それに負けないように反応して動脈壁は硬くなり、血圧は更に上昇するという悪循環が生じます。

では、この動脈硬化が、脳では何故脳卒中を生ずるのでしょうか。脳血管には、**自動調節能**と言って、**全身の血圧が変化しても、脳血管の収縮や拡張により脳血流を一定に保とうとする機能**があります。高血圧が続いて脳動脈硬化が生じると、この自動調節域は、図のように、高い血圧でも脳血流を一定に保とうと右へ移動しますが、同時に、調節域の幅は狭くなり、脳血流量はやや低下します。つまり、脳血流量の低下で脳の働きは低下すると共に、調節域の狭小化で血圧の変動に耐え難く、血圧が高くなれば血管は切れやすく、低くなれば詰まり易い状態となり、脳動脈硬化が生じると脳卒中が生じ易くなるということです。

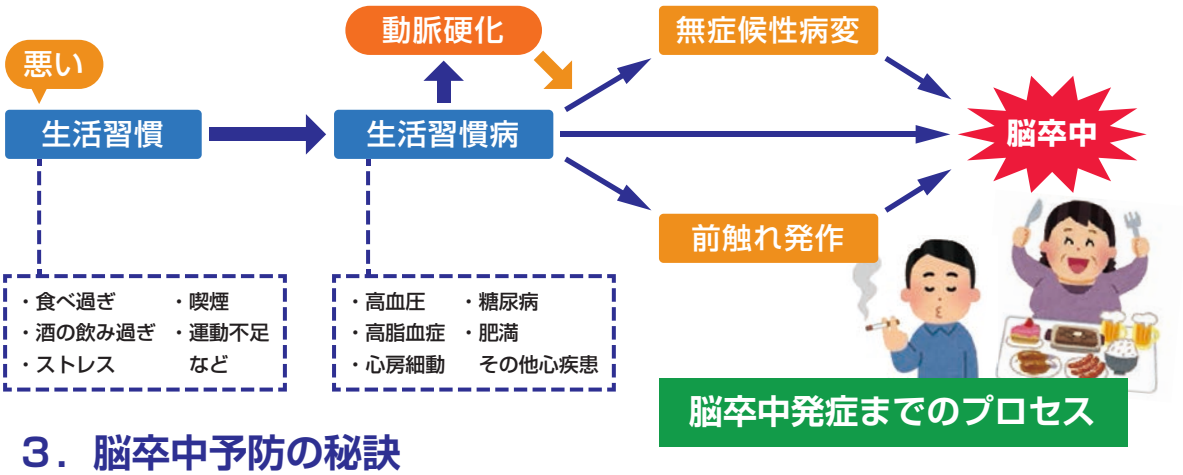
脳血管の自動調節能



2．脳卒中の危険因子

脳動脈硬化が脳卒中の主因ですが、脳動脈硬化を引き起こす原因は、高血圧症の他に、糖尿病・高脂血症・肥満（メタボリック症候群）等の生活習慣病が挙げられ、更にこの生活習慣病は、過食・喫煙・過度の飲酒・運動不足・ストレスなど悪い生活習慣から始まります。この生活習慣病や悪い生活習慣が**脳卒中の危険因子**と呼ばれ、動脈硬化を通じて脳卒中が生じます。

あなたも脳卒中予備軍？脳卒中の危険因子；悪い生活習慣と生活習慣病



脳卒中発症までのプロセス

3．脳卒中予防の秘訣

従って、皆様方が脳卒中を防ぐには、前記に挙げた危険因子をよく理解し、常日頃、ご自身がどの程度危険因子を持っているかを知り、多少とも減らしていくことが重要です。“あー良かった、自分は、風邪一つ罹らない、生活習慣病なんて無関係、脳卒中には罹らないぞ！”と安心している人はいませんか？　脳卒中患者さんの何人かは、“いつの間にか血圧が高い”、“糖尿病予備軍”、“あなたはメタボ”、であることがしばしばです。秘かにせまっている生活習慣病を早期にみつけ、悪い生活習慣を正して行くことが最も大切です。

脳卒中予防の秘訣に３つのポイントが挙げられています。先ず、**ご自分の危険因子の程度を知ること**、次に、**危険因子を減らすこと**、第３は、**脳卒中を疑えば直ちに医療機関へ相談すること**の３つです。この３つを行うことで脳卒中に罹らない、例え罹っても軽症で治まると言われています。是非、実践して頂ければ幸いです。

冬の感染症に注意を！

気温が下がり、空気が乾燥する冬の季節は、インフルエンザやノロウイルスによる感染症への注意が必要です。そこで、簡単にウイルスについて知りましょう。

1．なぜ冬にウイルス感染症が増えるの？

感染症を引き起こす原因には、細菌やウイルスなどがありますが、冬に蔓延しやすいのはウイルスです。ウイルスは低温・低湿度を好むため、秋から冬にかけて増殖力を増します。喉や気管支の粘膜が乾燥し特に人は寒さの為、体温が下がりウイルスや細菌へ対抗する免疫力が落ち、ウイルスに感染しやすい状態になります。つまり、冬はウイルスそのものの感染力が高まると同時に、感染が拡大しやすい条件が揃っているということです。

2．予防

①ワクチン接種

インフルエンザにはワクチン接種が有効です。接種してもかかることはありますが、重症化を防ぐといわれています。（ノロウイルスにはワクチンがありません。）

②手洗い・うがいの励行

ウイルスは感染した人の咳やくしゃみなどのしぶきを吸い込むこととウイルスの付着したものを触ることで感染を起こします。常に手洗い・うがいを励行しましょう。なるべく人混みをさけることと、マスクの着用も効果的です。

③免疫力を高める。

免疫力が弱っていると感染しやすく、また感染したときに症状が重くなる恐れがあります。日頃から、十分な睡眠とバランスの良い食事に心がけ、免疫力を高めておきましょう。

3．かかってしまったら・・・？

インフルエンザの場合

発症から48時間以内に抗インフルエンザウイルス薬の服用を開始すれば、発熱期間の短縮などの効果が期待できます。早めに医療機関を受診しましょう。

ノロウイルスの場合

感染力が非常に強いウイルスです。感染すると、1～2日で吐き気、おう吐、下痢、腹痛とともに発症。通常、これらの症状が1～2日続いた後自然に回復しますが、脱水などにより入院が必要となることがありますので注意しましょう。二次感染を防ぐため、吐物・糞便の処理には、手袋の着用が必要です。また、吐物・糞便が乾燥すると、ウイルスが空中を飛散し吸い込むことで感染するため、直ちに処理することが必要です。

皆様、これらを参考にしていただき、どうかこの寒い冬を元気に乗り切ってください。

感染対策委員　看護師　廣田綾子

中途入職者紹介

事務員
内藤　実穂子

今年８月に、20年の時を経て明陽会に舞い戻って参りました。この病院の受付として、思いやりの心で患者様やご家族の方に寄り添えるよう、笑顔で明るい事務を目指しますので宜しくお願い致します。

フロアアシスタント
中村　希和子

フロアのみなさんに助けていただきながら入職して１カ月がたちました。感謝の毎日です。早くお役にたてる様にがんばります。宜しくお願い致します。

フロアアシスタント
下釜　信子

今年の11月から入職しましたフロアアシスタントの下釜信子と申します。まだ慣れない事やご迷惑をおかけする事ばかりですが、精一杯努力していきたいと思います。ご指導のほど宜しくお願い致します。

看護師
大羽　美沙

10月からこちらに入職しました。前職では、デイサービスに勤務しておりました。回復期病棟は初めてなので、新しく関わることのできる多くの分野を勉強したいと考えてます。ご指導よろしくお願い致します。

編集後記

昨年の夏はとても暑かったですが、さすがに暖かいものが恋しい季節になりました。暖かいものと言いますと、こんなことがありました。
看護協会の催しでハンドマッサージを、来場された方に施したことがあります。施された方はどなたも気持ちよかったと言ってくださいました。何人かの人に施して気づいたのですが、施している自分が暖かい気持ちになっていました。
「人の手」は人を幸せにする不思議な力があるんだなと感じたところです。
新年を迎え、新たな気持ちで職員一同暖かい手を提供できたらと思います。

看護介護部長　内田　ひとみ

病院基本理念

「人としての尊厳」と「自分らしさ」を根源に、
住み慣れた土地での生き生きとした暮らしへの復帰を支援します。

社会医療法人 明陽会
第二成田記念病院
〒440-0855 豊橋市東小池町62-1　TEL.(0532)51-5666
http://www.meiyokai.or.jp/narita2/　FAX.(0532)55-0660