



希望

第154号
2020.1月号

医療法人 済衆館 済衆館病院
〒481-0004 北名古屋市鹿田西村前111番地
TEL.0568-21-0811(代表)
FAX.0568-22-7494
e-mail: saishukan@rio.odn.ne.jp
https://saishukan.com

マンスリー 済衆館だより

裏面：食べて飲み込む(摂食嚥下障害について)

謹賀新年

院長 川崎 晋吾

新年明けましておめでとうございます。旧年中にご厚情を賜りました地域の皆様、そして職員の皆様に深く御礼申し上げます。

昨年は令和元年の幕開けの年でした。私事ですが、昨年4月より院長職を拝命致しまして、文字通り心機一転の年となりました。私が済衆館病院に赴任致しましてから約12年になりますが、当院は日々年々と進化・発展している感があります。現在では、スーパーケアミックス(すべての病期に対応する)病院として、急性期病棟・地域包括ケア病棟・回復期リハビリ病棟・療養病棟・緩和ケア病棟・透

析センター・訪問看護ステーション・デイケアセンター・デイサービスとそれぞれの役割を担った病棟・部署を整備して参りました。地域住民の皆様が離れた医療機関に赴く必要がなく、地域内で安心して医療を受けていただけるような病院をめざし、全職員が一丸となって頑張っております。各病棟・各部署の機能をより充実させていくことが、今後の課題と考えております。どうか地域の皆様方ならびに近隣の開業医の先生方や在宅医療に関わる皆様方におかれましては、今後とも変わらぬご支援、ご鞭撻を宜しくお願い致します。

外来診療担当医表(1月)

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	横崎 消化器	渡辺 消化器	森 糖尿病・膠原病	柴田 循環器	吉田(勝) 循環器	柳澤 呼吸器
		今村(亜) 循環器	橋本 呼吸器	今村(亜) 循環器	渡辺 第2・3・5 消化器	戸部 循環器	多田 第1・2・3 腎臓・リウマチ・膠原病
		森 糖尿病・膠原病	榎原 循環器	吉田(勝) 循環器	伊藤(隆) 脳神経	伊藤(隆) 脳神経	担当医
		岡城 循環器	鈴木(重雄) 消化器	横崎 消化器	鈴木(貴) 糖尿病	鈴木(貴) 糖尿病	担当医
		平山 脳神経	伊藤(隆) 脳神経	栗木 消化器	岡城 循環器	橋本 呼吸器	
			吉田(由) 糖尿病内分沁	多田 腎臓・リウマチ・膠原病		吉田(由) 糖尿病内分沁	
外科	午前	川崎	今村(康) 外科・総合診療科	勝野	今村(達)	今村(康) 第3・4・5 外科・総合診療科	川崎
			神谷	河合(純)	川崎	井上	河合(純)
眼科	午前	半田	半田	半田	半田	半田	半田
	午後 受付時間	半田 13:30~15:30		担当医 13:30~15:30		半田 13:30~15:30	
小児科	午前	植	植	植	臼井	植	植
	午後	植 15:00~16:00	植 15:00~16:00			植 15:00~16:00	
皮膚科	午前				休診		
整形外科	午前	中里	鷹羽	相羽	松尾(英)	中里	松本
		松尾(英)	河原 第1・3・4	矢崎 第3・5 10:00~ 岩野 第2・4 10:00~	宇佐美 第2・3・5	栗本 9:30~	中川 第1・3 早川 第2・4
歯科・口腔外科	午前	梅村/担当医	梅村	梅村	梅村	梅村/担当医	

専門外来

◆内科

月	火	水	木	金	土
糖尿病内分沁 和田 9:00~12:00	循環器 水谷(浩) 13:00~15:00	糖尿病内分沁 上田 13:00~	消化器・肝臓 栗木 14:30~15:30		
消化器・肝臓 栗木 13:30~15:30					
IBD/便秘外来 渡辺 予約制 14:00~16:00	糖尿病 鈴木(貴) 13:30~15:30	呼吸器 柳澤 予約制 14:30~15:30	腎臓・リウマチ・膠原病 多田 13:30~		

★外来は、原則として予約とさせていただきます。
★受付時間 午前8:30~11:30
★診察時間 午前9:00~12:00
★都合により担当医師が変更となる場合があります。
★急患の場合はお電話ください。
TEL.0568-21-0811(代表) 時間外・休日も診察致します。

◆外科

月	火	水	木	金	土
乳腺外科 稲石 予約制 9:00~10:30	脳神経外科 飯塚 予約制	乳腺外科 佐藤 予約制 14:00~16:00	泌尿器 遠山 14:00~14:30		形成外科 担当医 9:00~10:00
泌尿器 河合(昭) 13:00~16:00			脳神経外科 担当医 (第2・3) 14:00~16:00		脳神経・脊髄外科 西村 (第1・3) 9:00~11:30
内分沁外科 日比(八) (第1) 予約制 15:00~16:00	小児外科 勝野 13:00~16:00		脳神経外科 飯塚 (第4・5) 14:30~16:30	脳神経外科 飯塚 14:00~16:00	泌尿器 鈴木(晶) (第2・4) 9:00~12:00
内分沁外科 酒井(第3) 予約制 15:00~16:00	緩和ケア 秋山 13:30~16:00	泌尿器 担当医 一部予約制 14:00~	血管外科 今枝 14:00~16:00		
脳神経外科 吉田(純) 予約制 15:00~16:00					

“食べて飲み込む”

すべての動物が毎日行っています。



それが出来なくなると生きては行けません この状態が**摂食嚥下障害**です

摂食嚥下障害とは？

日頃私たちは何気なく食べ物を手に取り、食べたり飲んだりしています。そこには意外に細かい頭や体の動きが隠されています。まず、手に取った物が食べられる物が食べられない物を判断する(食品の認知)手や箸で食品をつまむ、スプーンで掬う等して口に運ぶ(捕食・取込み)口に入れた物を飲み込みに適した形まで噛み潰す(咀嚼)噛み潰した物を喉まで送り込む(移送)ゴクンと飲み込む(嚥下)この一連の過程においてどこかで躓いてしまうことです。

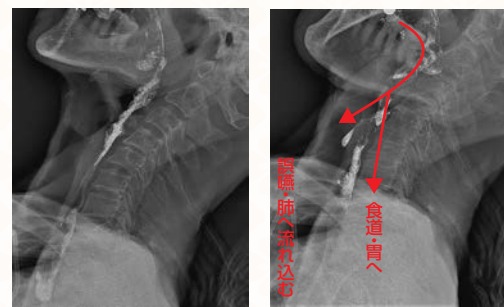


加齢とともにムセ易くなります

年齢を重ねることで飲み込みの力は徐々に衰えてきます。お水を飲むときにムセ易くなる、ぱさぱさした食品が飲み込みにくくなる場合があります。これそのものは病気ではなく加齢による生理的な現象ですが、**嚥下障害が発生する原因として脳卒中や認知症などが代表的に挙げられます。**また、何らかの病的なイベント(例えば肺炎や骨折などでの入院、長期の安静臥床、絶食など)をきっかけに嚥下障害に発展する可能性がとて高い状態となります。そのため、摂食嚥下障害の前段階といってもよいでしょう。

飲み込む事と声帯との関係とは？

人は嚥下を行う際、気管や肺に間違って食物が入っていかないように**3段階**もの扉を閉めて厳重に気管の入り口を守っています。**1段階目**は喉頭蓋、**2段階目**は声帯の少し上にある披裂軟骨という場所、そして**3段階目**は声を出すときに使う**声帯**です。声帯を強く閉じればそれだけ気管や肺を守る事に繋がるのです。また、声帯をしっかり閉じる事で、強い咳を出すことができます。声帯が上手く閉じなければカスカスの弱い咳しかできません。それではもし間違えて気管に食品がはいってしまっても異物を追い出すことができません。日頃から喉をしっかり使うことは、誤嚥から体を守ることに繋がっているのです。



嚥下造影検査の画像
バリウムを含んだ食品を食べて飲み込んでいるレントゲン画像。白く流れているようなものがバリウムです。
左の画像は正常な嚥下。右の画像は誤嚥しています。

トラブルを防ぐ為にはどうする？

①お口のケアをしっかりしましょう。

歯磨き嗽で口の中を清潔に保つことはもちろん、義歯を使用している方でずれて噛みにくい様であればすぐにかかりつけの歯医者さんで診て頂くことをお勧めします。ぴたりと合った歯でよく噛み潰す事で口腔の力を十分に発揮することができ、口の動きを良好に保つ事ができます。

②ご家族、友人との会話やカラオケを歌う事など、声を出す機会を沢山作りましょう。

お喋りや歌う事は、舌の筋肉や嚥下時に喉頭を押し上げる筋肉、呼吸に関わる筋肉を使うため、口腔機能の生きたリハビリになります。そして活動性が上がることで脳機能や呼吸機能の向上など体の様々な機能にも良い影響を与えるでしょう。

③一口は適量で、決して急いで食べないようにしましょう。

堅い・パサつく・べたつく等の食べにくい食品は必ず一口の量を控えめにすることをお勧めします。この季節お餅等がよく食卓に並びます。美味しい、皆さん大好きな食品ですが、飲み込む事が非常に難しい食品です。大きい塊が喉に張り付けば窒息の危険があります。お口に入れる量は控えめに、さらにしっかり噛み、**「しっかり飲み込むぞ」**と心構えをしてから飲み込む様にしましょう。**「嚥下の意識化」**といわれている手法の1つです。飲み込みを意識することでタイミングのズレを防ぎ口や喉の動きを良くします。いかがでしたでしょうか。いつまでも元気で、未永く、「口から食べる」事ができますよう、心がけて頂ければ幸いです。

リハビリテーション科 言語聴覚士 西脇 克浩

➡次号は「便秘について」です

新任医師紹介

消化器内科 末澤 誠朗 先生



この度、縁あって済衆館病院に勤務させていただく事となりました。医療を通じて皆さまの健康管理のお手伝いできればと思っております。よろしくお願いたします。

小児科 白井 美季子 先生



木曜日午前の小児科外来を担当させていただきます。より良い医療を提供できるように努めていきたいと思っておりますので、宜しくお願いいたします。

ご貫去とく年々とき棒今年もの

高浜虚子 作

去年と言いつ今年と言いつ人は時間に区切りをつける。しかしそれは棒で貫かれたように断とうと思つても断つことのできないものであると、時間の本質を棒というどこにでもある具体的なものを使って端的に喝破した濃味のある句である。(ブログ: HAIKUより抜粋)

●1月1日(水) 元日

●1月1日(水)～2月29日(土)「はたちの献血キャンペーン」

●1月7日(火) 七草 ●1月11日(土) 鏡開き

●1月13日(月) 成人の日 ●1月19日(日) 食育の日

●1月20日(月) 大寒