医療法人 厚生堂
長崎病院
広報誌
2022.07 vol.123

むつみ

当院の理念　私たちは良質で安心な医療の提供により、患者様や家族の皆様との信頼を築き、常に「思いやりの医療」を念頭に、地域社会に貢献します。

目次

吸入薬は自分に合った吸入デバイスで繰り返し練習しましょう…1
日常生活で移動時に用いる福祉用具……2·3
夏の食中毒のワンポイントアドバイス……3
お知らせ……4

吸入薬は自分に合った吸入デバイスで繰り返し練習しましょう

内科医師　中村 泉

吸入療法は喘息やCOPDの薬物治療の主軸

喘息や慢性閉塞性肺疾患（COPD）の薬物治療では吸入薬を用います。吸入した薬剤は直接に気道病変部へ到達し、内服薬と比較して非常に少ない量で効率よく気道に作用します。全身性の副作用を抑えつつ、気道に対する薬効を最大限もたらすというメリットがあります。

吸入療法の主役は吸入デバイス

吸入薬では、薬剤を病変部へ送達するために「吸入器＝吸入のための専用器具（吸入デバイス）」を使います。たとえば、喘息の吸入薬については、かつてはフルタイド®ディスカス®、アドエア®ディスカス®の独壇場でしたが、その後、タービュヘイラー®、エリプタ®、ジェヌエア®など、たくさんの新たな吸入デバイスが登場しました。

吸入デバイスは正しく使えていないことがほとんど

ある研究によれば、使用されている吸入デバイスのうち半数から4分の3に手技エラーがあり、吸入薬剤が肺内に到達しないエラーも1～2割はあったそうです。またほかの研究では、吸入薬を使用する患者さんのうち約8割もが、少なくとも吸入手技に1回のエラーがみられ、使用する吸入デバイス毎では78～94%でエラーがみられたそうです。

初回は薬局でしっかりと吸入指導されて初めのうちは問題なく吸入が行えていても、2回3回目となると患者さんも「もうわかってるよ」となって複数回の吸入指導を受けることがなくなります。そして次第に吸入手技が自己流になってしまい、いつの間にか全く間違った方法で吸入している、というエラーの蓄積が起こり、時間の経過とともに急速に適切な吸入ができなくなることがわかっています。

喘息では症状悪化の主な原因

喘息の患者さんが症状悪化によって救急入院する原因の半数以上は、吸入が適切に行えていなかったことによるものです。

COPD増悪に影響を及ぼしている可能性も

COPDにおいても、半数以上が吸入手技不良や指示どおりに吸入をしていないことがわかっており、それがCOPD増悪に影響を及ぼしている可能性もあります。

各々に合った吸入デバイスを選ぶ

COPDでは高齢の患者さんが多くを占めていますが、高齢者では吸入デバイスの誤操作が特に多いようです。年齢、操作手順の理解、口からの吸気流速、吸入のタイミングを合わせる反射神経、スムーズに操作できる手指の力、吸入薬残量表示の分かりやすさ、など患者さんの背景と各吸入デバイスの特長を考慮したうえで、患者さんごとに合った吸入デバイスを処方してもらうことがとても重要です。

繰り返し吸入指導を受ける

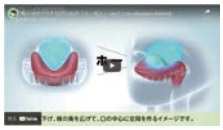
パンフレットのみでの説明では不十分であるため、吸入指導動画や実薬・練習器具を使って説明してもらい、吸入指導は初回導入時のみではなく、正しい吸入操作を確認できるまでは毎回チェックしてもらうことが望ましいです。喘息増悪時にも、吸入操作の再確認が必要です。

吸入操作ビデオが簡単に観られます

ここ数年は新型コロナ感染対策のため、以前のようには診察室で吸入手技をチェックしたり伝えたりしづらくなりました。吸入デバイスごとの操作動画が、日本喘息学会ホームページなどに掲載されており、自分が使っている吸入デバイスの使い方を、身近な通信機器で気軽に視聴することができます。お手持ちのスマホを下記QRコードにかざして動画をご覧ください。

吸入時のベストな舌の位置

○「ホー吸入」Ver.2 / Ho Inhalation Method
https://jasweb.or.jp/movie_ho_JP.html



○吸入操作ビデオ 日本喘息学会HP
https://jasweb.or.jp/movie.html

特集 日常生活で移動時に用いる福祉用具

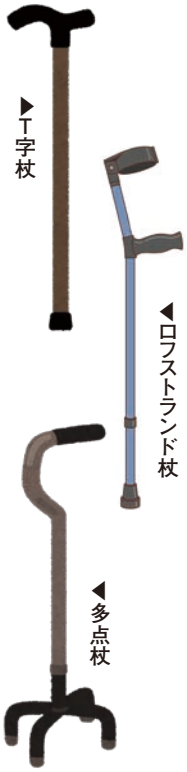
デイサービスセンターほほえみながさき 介護福祉士　山根 悠

福祉用具とは、心身機能が低下し日常生活に支障のある要介護・要支援の方などの生活の便宜を図るための用具です。

その中で今回は家庭内や外出時の一助になる福祉用具の紹介をします。

①歩行補助杖

腕の筋力があり自立歩行ができる方が対象になります。利点は足腰にかかる荷重を減らし、歩きやすくなります。体を支える面積を広げ、ふらつきにくくなり、歩行にリズムが生まれ、安定感が増します。



●T字杖

T字型のグリップと 1 本のフレームからなります。歩行に少し不安のある方をサポートする杖です。折り畳み式など多くの種類があります。

●ロフストランド杖

握り手（体重を支えるグリップ）と、腕を固定して支える役目の輪がある杖です。T字杖よりも歩行の安定性が増し、握力の弱い方でも使いやすい杖です。

●多点杖

3～4本に分かれた脚をもつ杖で安定性に優れています。筋力が低下した方、立つ姿勢が不安定な方に使いやすい杖です。ただし平らな場所でしか使うことができませんので使う場所に注意しなければいけません。

②歩行器

歩行器は脚の筋力が弱く、自立歩行が難しい時に、屋内、屋外の安全な歩行を手助けする用具です。

●固定型歩行器

特徴は安定性に優れています。身体の前面と側面をカタカナのコの字で囲むようなフレームになっています。両手でハンドグリップをつかんで身体を支えます。

使用方法は、歩行器を持ち上げて前方につき、フレームに両手で身体を支えてから歩み進めるという動作を繰り返します。軽くて持ち上げやすいので、段差の昇り降りも可能です。

移動速度が遅いため、屋内での使用にむいています。杖では歩行が不安定な方に使用して頂きます。折り畳みのものがありますが、折りたためないものよりも重たくなります。

●交互型歩行器

固定型と同じような構造ですが、左右のフレームをそれぞれ動かすことができます。

使い方は歩くときに手を振るように左右のフレームを前方へ動かし進みます。固定型よりもバランス機能が必要になりますが、左右どちらかの足が地面に接しているため安全性が高くなります。

片足に痛みのある方、姿勢バランスが取りにくく歩行が困難な方に使用していただきます。

●キャスター付き歩行器（歩行車）

左右のフレームの下にキャスターや車輪がついていて、押しながら歩きます。

体を支えながら動かすことができ、姿勢が安定して、足への負担を軽減できます。

両手で支えながら歩くタイプと、肘など両腕で支えながら歩くタイプがあります。

折りたためるタイプは、バス、電車などの乗り物を利用するときに適しています。ブレーキ機能がついているタイプは坂道などで使うことができます。

ただし、その分重量も出てきますので、どのタイプが良いかを日常生活の生活環境に合わせる必要があります。

③車椅子

椅子に座り車輪を動かして移動するための道具です。自分の力で動かす自走式車椅子や、介助用の車椅子、長時間の座位が難しい方のリクライニングがついた車椅子、電動車椅子などがあります。

●自走式

●介助式

●リクライニング

●電動車椅子

左記の福祉用具は、レンタルや購入する事ができます。介護保険適用の用具もありますので、詳しくは、お近くの地域包括支援センターか担当のケアマネージャーにお問い合わせください。

デイサービスセンターほほえみながさきでは外出が困難な方でも、このような福祉用具を使用し、外へでかけることをお手伝いいたします。

デイサービスに来られ、他者交流をはかることで孤立感、閉じこもりの解消、体操、レクリエーションで心身機能の維持、スタッフの介助により入浴をすることもできます。

お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先

ディサービスセンターほほえみながさき
☎082-532-6630
営業日　月～土曜日（祝日も営業）

夏の食中毒のワンポイントアドバイス

管理栄養士　坂田 未来

食中毒は春から増え始め夏期にピークを迎えます。原因には細菌やウイルスがあり、梅雨から９月頃までは高温多湿な状態が続き、細菌性の食中毒が多く発生します。

食中毒を予防する上で、

この3つを守ることはとても大切です。夏は特に気温が高いので食材をすぐに低温で保存することや、保存性を高めた調理を行うことが重要です。

保存性を高め、細菌の繁殖を避けるには?

①細菌は水分が多いと繁殖しやすくなるので、脱水作用がある食塩や砂糖などの調味料を使用し繁殖しにくい状態をつくります。

②汁気のあるおかずはキッチンペーパーの上に置くなど水分を取ってから保存する。炒め物などは片栗粉を入れることで、汁気がなくなり保存性が高まります。お肉などのたんぱく源は細菌が増殖しやすいため、片栗粉をまぶして炒めることで柔らかくなり、おいしく食べられておすすめです。

その他の方法

調味料以外に食品の組み合わせによって菌の増殖を抑えることができます。

●梅干し
ごはんに混ぜ込むことで殺菌効果の範囲が広がります。
※減塩のものはあまり効果がありません。

●生姜
生姜に含まれる成分に抗菌作用があります。炒め物や汁物など上手に取り入れましょう。

●しその葉
しその香り成分には殺菌作用や防腐作用があります。お肉に巻くなどして活用しましょう。

夏の食中毒を引き起こさないためにも、ぜひ取り入れてみてください。

お知らせ

新型コロナウィルス感染拡大防止のために

皆様へのお願い

- せきや熱などのかぜ症状のある方は、必ずご来院前に電話でご連絡をお願いします。
- 受付時、発熱・風邪症状がある場合、または4日以内に37・5度以上の発熱が1回でもあった場合には診療時間を限らせていただく場合がございます。
- 来院される患者さん・他すべての皆さま、マスクの着用をお願いします。
- 入院患者さんとの面会は当面の間禁止とします。（ビデオ面会を予約制で行っております。ご希望の方はご連絡ください）

皮膚科診療時間についてお知らせ

令和4年5月23日より皮膚科（熱傷）の午後の外来診療の時間を15:00～17:30とさせていただいております。また土曜日の午後は休診です。受診希望の患者さんには大変ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

現在の皮膚科診療時間

◯午前8:30～12:00（月～土）
◯午後3:00～5:30（月～金・土曜日休診）

外来担当医表

診療時間　午前 8:30～12:00／内科 午後 2:00～5:30・皮膚科・熱傷 午後 3:00～5:30

		月	火	水	木	金	土
午前	内科【第1診察室】	住田	長崎院長	稲垣	住田	長崎院長	原
午前	内科【第2診察室】	原	古森	中村	香川	香川	住田（第1・3週）／熊谷（第2・4週）／香川（第5週）
午前	皮膚科・熱傷【第3診察室】	蓮沼	稲東	稲東	稲東	稲東	稲東（第1・3週）／柳田（第2・4・5週）
午後	内科【第1診察室】	熊谷	中村	古森	熊谷	森川	山本
午後	内科【第2診察室】	野中〈神経内科〉			阿部〈神経内科〉	*箱田〈リウマチ・痛風〉	
午後	皮膚科・熱傷【第3診察室】	浪花	稲東	稲東	稲東	稲東	休診

・都合により担当医が変更する場合がございます。　・〈　〉は専門外来です。　・*診察週が変動しますので事前にお問い合わせください。

2022年7月1日現在

長崎病院のめざす〔地域医療〕〔包括医療〕

長崎病院
- 内科（循環器・呼吸器・糖尿病・リウマチなど）
- 皮膚科・熱傷センター
- リハビリテーション（理学療法・作業療法・言語療法）

☎082-208-5801（代）

長崎病院ヘルスケアセンター
（人間ドック・健診施設機能評価認定優良施設）
☎082-208-5791（代）
- 訪問看護ステーション ながさき

☎082-503-3236（担当:久保田）

みささ文化ビル
- 居宅介護支援センター

☎082-230-8181
（担当:滋野）

ほほえみの郷
- グループホームあいあいホームながさき

☎082-532-6636（担当:荻原）
- デイサービスセンターほほえみながさき

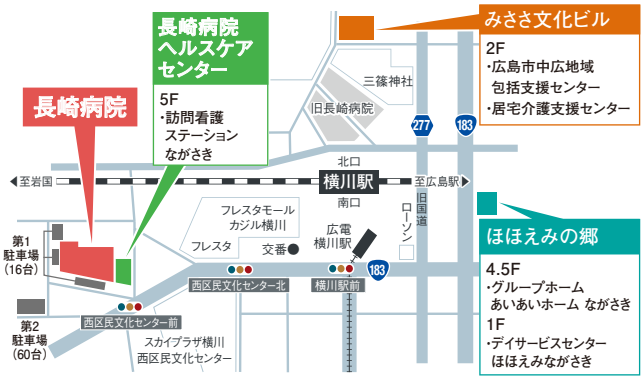
☎082-532-6630（担当:安永・梶谷）

基本方針

1. 患者さんの生命の尊厳と人権を尊重します
2. 常に新しい医学・医術の研鑽に励み、良質な医療サービスに努めます
3. 明るく清潔で快適な医療施設を整えます
4. 思いやりの医療・看護・介護を目指します
5. 健全な経営を基盤とし、患者さんや家族の皆様及び職員に満足される医療機関となるよう努めます
6. 可能な限り患者さんのライフスタイルにあった自立した生活ができるよう努めます

患者さんの権利

医療法人厚生堂は患者の権利に関する「リスボン宣言」にのっとり、信頼される医療の提供を目指します。

1. 個人の尊厳を守るための支援を受ける権利
2. 良質で安全な医療を平等に受ける権利
3. 病状や治療について十分な説明を受ける権利
4. 検査・治療の選択について自らが決定する権利
5. 診療に関わる個人情報の保護を受ける権利
6. 診断や治療について、他の医師の意見を求める権利（セカンドオピニオン）
7. 健康増進・疾病予防を行うための健康教育を受ける権利

医療法人 厚生堂
長崎病院
〒733-0013 広島市西区横川新町3番11号
［ JR横川駅 南口より西へ300m、西区民文化センター向い ］
駐車場完備
TEL 082-208-5801（代）
FAX 082-208-5821
診療時間 午前8時30分～12時/午後2時～5時30分　休診日 日曜日・祝祭日
http://www.nagasaki-hp.jp　長崎病院 広島　検索