

## 時間の使い方

光陰矢の如し…時間の経つのは速いものです。未来をみると、無限のように見えるが、その人にとって時間は有限です。そして、時間の使い方は人それぞれです。悔いの無い使い方をしたいものです。

院長 小川 洋史

写真：冬の武家屋敷（金沢）（撮影：小川 洋史）

## 🍌🍌🍌🍌🍌🍌 誤嚥を予防しよう 🍌🍌🍌🍌🍌🍌

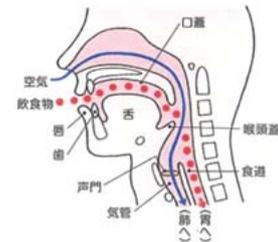
新生会第一病院 リハビリテーション科 言語聴覚士 小川尚子

私たちは食事をする時、食べ物を見て口に入れ嚥んで飲み込みやすくしてから胃へ送り込みます。

この中の飲み込んで胃に送り込む動作を『嚥下(えんげ)』といいます。

嚥下がうまく行えず、飲み込む動作に障害があり、食べた物が誤って気管に入ってしまうことを『誤嚥(ごえん)』といいます。

右図の青線は呼吸の流れ、赤点は食べ物の正しい流れを表しています。



## 誤嚥の種類

誤嚥には、以下の3つの種類があります。

- ① 食べ物を飲み込もうとする前に先に食べ物が気管に入ってしまう場合
- ② 飲み込んだ時に気管に入ってしまう場合
- ③ 飲み込んでしばらくしてから喉に残っていた食べ物が気管に入ってしまう場合

また、誤嚥は食事中だけとは限らず、夜寝ている時に唾液が無意識のうちに気管に入ってしまった状態に起きる時があります。

## 誤嚥の予防方法

- ◆ 食事内容を考える  
誤嚥しにくい食べ物、注意が必要な食べ物を考慮する
- ◆ 食事をするときの環境  
食事時の姿勢や一口量、食べるスピードに注意し、食事に集中できる環境にする
- ◆ 嚥下機能を上げるリハビリを行う  
舌や口唇、頬を動かす運動をしたり、口の中のマッサージをする
- ◆ 口の中を清潔にする  
口の中は細菌が繁殖しやすく、唾液に菌が付いたまま誤嚥すると、肺炎になる恐れがあります  
歯だけでなく舌も磨き、うがいもできるなら行いましょう。また、入れ歯があれば外して洗浄します



けんこう百花83号

新生会  
情報誌

#IOSPY

#IOSPY #IOSPY #IOSPY #IOSPY #IOSPY #IOSPY #IOSPY

# 誤嚥を予防して安全に栄養補給を

新生会第一病院 管理栄養士 平賀恵子

嚥下障害があると、食べ物を口の中でまとめることができず、ばらばらと喉の奥に送りこまれたり、食べ物を送り込むタイミングと飲み込むタイミングが合わなかったりします。すると、食べ物が食道ではなく気管や肺に入ってしまう、誤嚥(ごえん)を起こしやすくなります。

このような状態を放っておくと、誤嚥性肺炎になったり、食べたり飲んだりすることが不安になり栄養や水分が十分にとれず、体力低下に繋がることもあります。嚥む力、飲み込む力が低下しても、食べ物の形態を工夫すれば、食事を楽しむことができます。食べる能力に応じて、安全に食べやすい食品や料理を選びましょう。



## 誤嚥しやすい食品は？



1. **硬いもの**…りんご、柿など固い果物、固い肉
2. **水分の多いもの**…水、ジュース、味噌汁
3. **食品内の水分が少ないもの**…パン
4. **繊維の多いもの**…筍、アスパラ、れんこん、もやし、にら
5. **弾力があるもの**…練り製品、いか、固茹で卵の白身、こんにやく、寒天ゼリー
6. **口腔内に付着しやすい食品**…若布、青菜、のり佃煮・焼きのり
7. **酸味が強く、むせやすいもの**…柑橘類、オレンジジュース、梅干し、ねり梅
8. **喉につまりやすいもの**…ごま、ピーナッツ、豆、団子、もち、練りごまなどペースト状のもの

## 飲み込みやすくするには…？

固い食べ物や繊維の多いものは、やわらかく加熱調理をしたり、繊維を切るように細かく切ります。水分の少ないものは、だし汁やマヨネーズを足してしっとりさせたり、反対に水分の多いものはとろみをつけてゆっくりと食道に流れ込むようにします。ただし、みじん切りにしただけのものは、ばらばらと食道へ流れ込み誤嚥しやすいのでゼリー状にしたり、あんかけにしてまとめます。

とろみをつける場合は、片栗粉やゼラチンを利用します。市販のとろみ調整剤は、加熱の手間もなく、安定したとろみをつけられるため便利です。とろみ調整剤は当院の売店でも購入することができます。



肺炎を起こしてしまうこともある誤嚥ですが、むせたりしない場合もあり、重症になるまで気付かないとなると危険です。

食事の様子を充分注意し、おかしいと気付いたら早めに病院へ受診してみてください。

## 第24回 新生会オープンセミナーのご案内

### 『誤嚥を予防して楽しく食べよう』

- 第一部「誤嚥について」  
講師：新生会第一病院 言語聴覚士 小川尚子
- 第二部「誤嚥を予防して安全に栄養補給しましょう」  
講師：新生会第一病院 管理栄養士 平賀恵子

会場でレシピを  
紹介します！

日時：2016年2月6日(土) 13:30~15:30(受付13:00~)

場所：新生会第一病院 集会室

お問い合わせ：☎ 052-832-8411 (オープンセミナー担当：樋口・市川)

参加者募集締め切り：2016年1月30日(土)



## 在宅血液透析(在宅HD)の最近の動向

新生会第一病院 院長 小川洋史

わが国の慢性維持透析患者の統計調査は、1968年より日本透析医学会によって行われています。2014年12月末の調査結果によると、わが国で腹膜透析(CAPD)、血液透析(HD)施行している患者数は319,388人です。

HDは施設HDと在宅HDに分かれますが、当院では、1971年より施設HDを1972年より在宅HDを行っています。在宅HD患者数は2010年の保険改定後、全国的に増加していることが認められます。その数は透析患者数全体からみれば0.165%とまだまだ微々たるものではありませんが、2014年12月末には526人に達しています。(表1)

また、在宅HDを行う施設も増加しつつあり、まだまだではありますが、患者、家族にその利点が理解されつつあるのではないかと考えています。

全国的な在宅HDの調査によると、在宅HDはHD時間の長時間化、HD回数の頻回化へ向かっていることが解ります。それは「よく食べて栄養状態を良くし、蓄積される尿毒素はしっかり排除することをめざす」ことにつながっています。

在宅血液透析(在宅HD)患者数と慢性透析患者数に占める割合(表1)

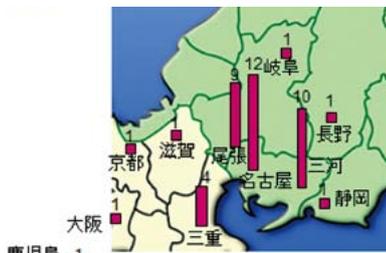
	在宅HD患者(人)	在宅HD患者割合(%)	慢性透析患者(人)
2003	110	0.046	237,710
2004	114	0.046	248,166
2005	127	0.049	257,765
2006	147	0.056	264,473
2007	187	0.068	275,119
2008	194	0.069	282,622
2009	229	0.079	290,675
2010	279	0.094	297,126
2011	327	0.107	304,592
2012	394	0.129	309,946
2013	461	0.147	314,180
2014	526	0.165	319,335

## 新生会第一病院の現状

在宅透析教育センター 看護師 村瀬智恵美

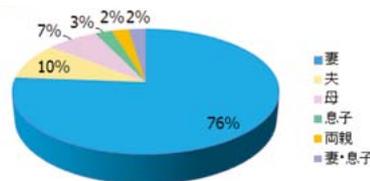
2015年4月に在籍していた患者様42名(男性36名・女性6名)をご紹介します。

### 在宅HD患者 居住地区分布



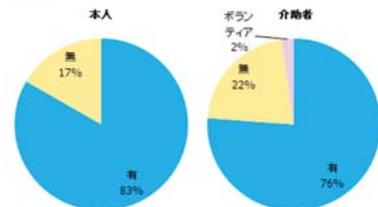
月1回の定期診察や透析機器の点検・修理が可能な東海地区の患者さんが中心です。

### 在宅HDの介助者



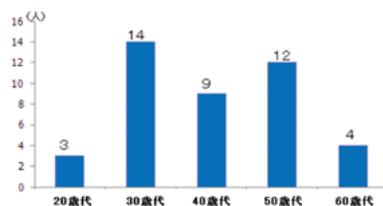
主な介助者は「妻」ですが、「夫、母親、両親など」患者さん個々に合わせて様々なパターンがあります。

### 在宅HD本人・介助者の就業の有無



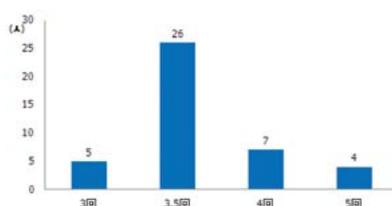
患者さんの80%以上の方が、介助者の方の70%以上の方が仕事を持って、社会で活躍されています。

### 在宅HD導入時年齢



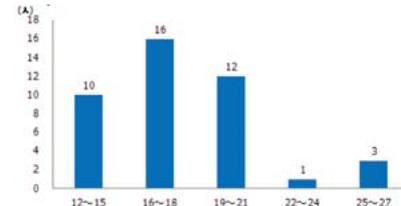
導入時年齢は30~50歳代の働きざかりの患者さんが目立ちますが、60歳代の方でも仕事をしながら導入をされた方がいます。

### HD回数/週(3.67±0.51)



それぞれ生活に合わせて透析計画を設計しています。中でも半数以上の患者さんは隔日透析を行っています。

### HD時間/週(18.02±3.19)



1週間のHD時間は16時間以上を7割の患者さんが実施し、より多くの尿毒素の除去の促進を計っています。

## 医師のご紹介

当院に新しく外来を担当されている医師を紹介します。  
宜しくお願い致します。



腎臓内科を担当させて頂きます。

腎・一般内科  
**古賀 俊充**  
月曜 午前

木曜日のシャント外来を担当します。

シャント外科  
**中井 洋佑**  
木曜 午前



## 新生会第一病院の理念と基本方針

- (理念) 新生会第一病院は、地域が必要としている医療と、腎臓病・透析療法の専門的医療を提供し、人々から信頼される「アットホームな病院」をめざします。
- (基本方針) 1. 私たちは、患者さまの権利を尊重し、生命と人生を大切にし、患者さまに満足していただける医療の実践をめざします。  
2. 私たちは、自らの成長をとおして、医療の質の向上をめざします。  
3. 私たちは、保健、医療、介護、福祉機関相互の連携をはかり、地域に開かれた病院づくりをめざします。

## 患者さまの権利

1. 個人の尊厳が守られる権利  
一人の人間として、その人格、価値観などを尊重します。
2. 医療を受ける権利  
良質で適切な医療を公平に受けることができる権利を尊重します。
3. 知る権利・学習する権利  
病名や病状などの医療情報について十分な説明を受ける権利、また、病気や疾病予防、健康について学習する権利を尊重します。
4. 自己決定の権利  
緊急の場合を除き、治療方法などについて、自分自身の意思で選択、又は、拒否することができる権利を尊重します。
5. プライバシー保護の権利  
医療上の個人情報には十分に配慮される権利を尊重します。

## 患者さまの責務

1. 情報を提供する責務  
自分の健康や病気について、医療者にできるだけ正確に情報を提供する責務があります。
2. 質問する責務  
提示された医療行為の説明を、自分が理解できるまで質問する責務があります。
3. 行動の責務  
すべての患者さまが適切な医療を受けられるために、病院の定めた規則を守る責務があります。

## 新生会第一病院 一般外来診療体制表

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
一般内科	午前	○	○	/	○	○	○
腎臓内科		○	○		○	○	○
リウマチ科/整形外科		○	○		○	○	○
糖尿病内科/内分泌科	午後	○	○	○	○	○	○
リハビリテーション科	※	○	○	○	○	○	○

診療時間：

午前 9:00 ~ 12:00 (受付時間 8:30 ~ 11:30) / 午後 13:30 ~ 16:30 (受付時間 13:00 ~ 16:00)  
(曜日、科により診療時間に変動あり)

◎糖尿病内科の日に、糖尿病栄養外来、糖尿病看護外来実施  
◎リウマチ相談窓口あり

※リハビリ実施時間：

午前 9:00 ~ 12:00 / 午後 13:00 ~ 16:00

人工透析内科、透析ベッド 46 床、午前の部、午後の部あり

## 新生会第一病院

住所 〒467-8633 名古屋市瑞穂区玉水町1-3-2

電話 (052) 832-8411 FAX (052) 832-9063

ホームページ <http://www.hospo-shinseikai.org>

※当院外来では、予約制を実施しております。(初診の患者様、急変した再診の患者様、又、再診の方でも急に受診日を変更したい場合等は、予約がなくても受付けますので来院ください)

