

浜リハだより

2016
5
No.096



私達は、地域に根ざし、利用して下さる方々の
尊厳と生活の質を尊重した医療を提供します



「高次脳機能障害とリハビリテーション」

・脳卒中シリーズ

～知っておきたい嚥下(飲み込み)の障害とその対応～

・栄養だより 新じゃが芋★豚肉と新じゃがのミルフィーユ風ホイル焼き★

院内認定資格 浜リハえんげサポーター3級 38名合格!



2012年から始めた浜リハえんげサポーター養成講座において、今年
は38名の方が3級に合格し、認定者数は100名を超えました。
私たちはえんげ「飲み込み」の問題に対する専門的な知識と技術を修
得し、飲み込みの障害がある患者さんに対し、様々な職種が専門性を
活かして患者さんを中心としたチーム医療を展開していきます。



社会福祉法人 聖隷福祉事業団
浜松市リハビリテーション病院

〒433-8511 浜松市 中区 和合北1丁目6-1
Tel.053-471-8331 Fax.053-474-8819
ホームページアドレス <http://www.hriha.jp/>
発行責任者 病院長 藤島 一郎



高次脳機能障害とリハビリテーション

リハビリテーション科 昆 博之

■高次脳機能障害とは・・・

風邪を引いたらお薬で、がんになったら切り取ってしまえば病気は治る、すなわち治癒します。しかし、脳はひとたび傷つけば容易には治りません。人間のここは脳に存在し、脳のはたらきで考え、行動しているため、脳の障害はそのまま、その人の人間性の障害に結びついてしまいます。したがって、患者さんは社会生活を送ることがとてもつらくなります。麻痺もなく、走ることや会話が普通に出来ても、買い物をしようとバスに乗ると、途中で行き先がわからない。果ては買い物をしようとしたことまで忘れ、家に帰ることも出来なくなる、といった問題が生じます。これは高次脳機能障害といわれ、周囲に理解されづらく社会保障制度の網からすり抜けてしまいやすいため、昨今は大きな社会問題になっています。お薬や手術で治ればいいのですが、現状そのような治療はなく、根気強くリハビリテーションを行う必要があります。



■どうやってリハビリするのか？

一つの例として「誤りなし学習」という訓練法があります。みなさんのほとんどは受験勉強の経験があるでしょうが、それは教科書を読み、記憶し、次いで問題集を解き、間違えた時は修正し記憶する、という流れが多いと思います。



確かに健常人に対してはこの方法でよいのですが、高次脳機能障害の患者さんは、間違えたことの印象が強くなり、さらに間違えたことすら忘れてしまい、自分の犯した間違いを正答として記憶してしまう傾向があります。このような患者さんには最初から正解のみを示した学習を行うことがあり、しばしば高次脳機能障害のリハビリテーションで使われる手法です。

高次脳機能障害は脳卒中や頭部外傷の後遺症として現れ、リハビリテーションが困難な障害であります。当院では医師、作業療法士、言語聴覚士、看護師、医療ソーシャルワーカーらによるチームを組織し、患者さんの社会参加に向けての診断、治療に当たっております。

脳卒中シリーズ ～知っておきたい 嚥下（飲み込み）の障害とその対応～

こ えんせいはいえん

誤嚥性肺炎とは？

誤嚥とは食物や唾液などが肺の方に入ることです。その誤嚥や胃からの逆流物が原因で発症する肺炎を誤嚥性肺炎といいます。肺炎の発症には誤嚥物の質や量、口腔内の汚染状態、栄養状態、体力、抵抗力、誤嚥物の喀出力などが関係します。一度肺炎を発症すると、嚥下機能、栄養状態ともに悪化し、その後肺炎を繰り返しやすくなります。

こ えんせいはいえん

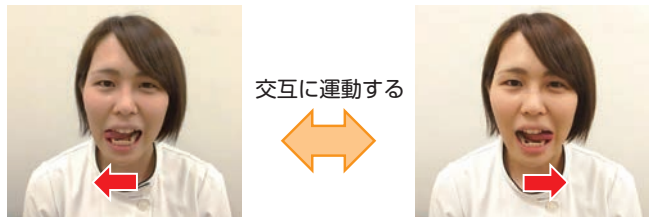
誤嚥性肺炎を防ぐために！

誤嚥性肺炎の予防のためには、舌や喉の動き、嚥下・呼吸・発声の機能を維持することが大切です。当院では、院長藤島一郎が考案した【藤島式嚥下体操セット】を行っています。今回は、その一部をご紹介します。

【頬の運動】頬を膨らませたり、引っ込めたりする（15回程度）。

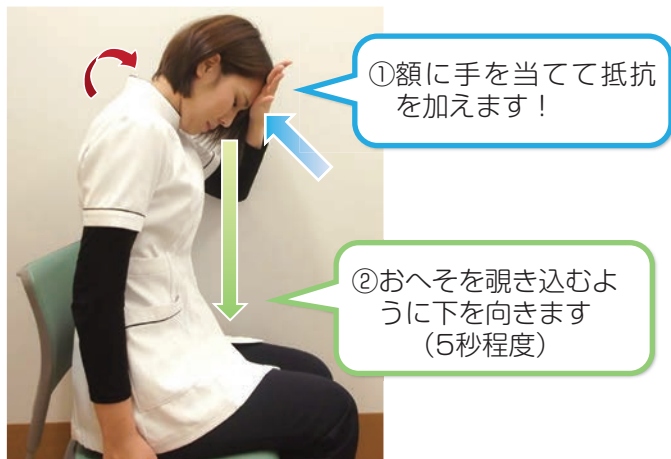


【舌の運動】舌の先で左右の口角に触る（15回程度）。



そまやま ゆき とがし はるか
言語聴覚士： 杉山 祐希， 富樫 遥

【嚥下おでこ体操】



この体操は、食事前に準備体操として行う事で、嚥下に関わる筋肉の筋力強化になり飲み込みの改善に繋がる体操です！

今回は、主に誤嚥性肺炎と防ぐための嚥下体操について記載させていただきました。体操の詳しいやり方は、当院リハビリ担当者にお尋ね下さい。

参考：嚥下障害ポケットマニュアル第3版 聖隷嚥下チーム
厚生労働省HP、誤嚥性肺炎（老人性肺炎）の死亡率と嚥下が起こる原因

☆新じゃが芋☆

新じゃが芋は冬に植えたじゃが芋を通常の収穫期である秋よりも早く収穫したもので、皮が薄くみずみずしい食感が特徴です。じゃが芋はビタミンCを多く含む野菜で、収穫直後の新じゃがは特に豊富です。りんごの7倍にあたり、1個（100g）食べれば1日の必要量の約半分（34mg）を摂ることができます。



簡単レシピ 豚肉と新じゃがの ミルフィーユ風ホイル焼き

材料（2人分）



豚もも（生姜焼用）薄切り肉 塩 …………… 小さじ1/2
 …………… 6枚（一人3枚） 焼き肉のたれ …… 大さじ1弱×3
 新じゃが芋 …………… 250g コショウ …………… 適量
 牛乳 …………… 大さじ3



【作り方】

- ① 新じゃが芋は皮ごと固めに茹で、熱いうちに皮を取り、ビニール袋に牛乳と塩コショウも一緒に入れ、袋の上からつぶしまッシュポテト状にする。
- ② 30cm四方のアルミホイルを用意し、その上に豚もも薄切り肉をのせ、肉に焼き肉のたれを大さじ1弱ぬる。
- ③ 肉の上に、マッシュポテトを5ミリ位の厚さでのせ、繰り返し、肉とポテトの層をつくり、最上部の豚肉に焼き肉のたれをぬる。
- ④ アルミホイルで全体をすっぽり包み、フライパンにのせ、包みの半分位の高さの水をはり火にかけ、沸騰したら中火にして約10分加熱する。
- ⑤ ホイルから肉を取り出し、食べやすい大きさに切って器に盛り付ける。

※軟菜食…しゃぶしゃぶ用の豚肉を使う。

移行食…豚挽肉を使う。仕上げに、鍋にだし汁50cc、焼き肉のたれ30ccを入れ沸騰したら、水溶き片栗粉でとろみをつけ盛り付けた肉にあんをかける。

嚥下食Ⅲ…豚挽肉を上記の量のだし汁と焼き肉のタレで煮て、ミキサーでペーストにし、とろみ剤でとろみをつけたものをマッシュポテトにかける。

【1人分あたりの栄養価】エネルギー 340kcal たんぱく質 21.1g 脂質 15.8g 炭水化物 26.6g ビタミンC 43mg 塩分 1.6g

管理栄養士 石野 智子

外来診療担当医一覧表

受付時間 月～金曜日 8:30～11:00（土・日曜日・祝日は休診）

◆午後の診察をご希望の方は、予約制のため電話でお問い合わせください。

◆予約の問い合わせ・変更は14:00～16:30の間をお願いします。

☎053-471-8337（外来窓口）

◆各診療科の担当は、医師等の都合により変更させていただく場合がございます。

詳しくは、病院玄関の担当医表をご覧ください。

内科・リハビリテーション科（嚥下音声・神経内科・高次脳）

●内科

	月	火	水	木	金
午前	市川	水嶋	市川	水嶋	中村
午後	市川	水嶋 大久保※※	市川	水嶋	中村

●リハビリテーション科

	月	火	水	木	金
午前	重松 後藤※	藤島 金沢	藤島・昆 杉山※(第2週) 佐藤※(第4週)	重松 伊藤	藤島・國枝 昆※(1・3・5週) 大野※(2・4週)
午後	—	金沢・藤島 (嚥下音声) 谷口※(第2週のみ) (神経内科)	片桐※(第1・3週) (高次脳)	—	—

整形外科・専門外来（スポーツ整形外科）

●整形外科

注）整形外科の午後診療は、15:00～となります。

	月	火	水	木	金
午前	尾藤	町田	桐村 (肩・肘)	長野※	町田 桐村(肩・肘)
午後	—	—	—	—	滝※(第1・3・5週) (足の外科)

●スポーツ整形外科(専門外来) 注）スポーツ整形の診療は、15:00～となります。

	月	火	水	木	金
午後	尾藤 桐村 船越※	小林※	尾藤 桐村	—	尾藤

※非常勤医師

※入院中外来

お知らせ



新任医師紹介



リハビリテーション科

てい い
鄭 偉 先生

1998年 中国医科大学部卒業
2008年 日本医師免許取得
リハビリテーション科専門医



リハビリテーション科

いわなが けん
岩永 健 先生

2009年 筑波大学医学部卒業
耳鼻咽喉科専門医

浜リハコンサートのご案内

日 時 : 5月25日(水)、16:00~

場 所 : 第1理学療法室

内 容 : 当院職員の演奏による手作りのコンサートです。懐かしい曲の演奏やリハビリ体操もありますのでお楽しみに。一般の方の来場も大歓迎です。



院内売店GW中の休業のお知らせ

GW中の**5月3日(火)~5月5日(木)**まで聖隷コミュニティケアセンター浜リハ店(売店)をお休みいたします。

5月6日(金)からは平常営業いたします。

ご迷惑をお掛け致しますが、ご了承頂きます様どうぞお願い申し上げます。



アクセス

◆バスご利用の場合

浜松駅前バスターミナルから

14番のりば

□せいれい泉高丘線

「浜松リハビリ病院」下車

16番のりば

□和合西山線

「浜松リハビリ病院」下車

◆お車で越越しの場合

東名浜松西インターから

お車で約10分

東名浜松インターから

お車で約30分

