

平 成 とう や 病 院



医療法人 清和会

目指します

信頼される病院作りを

技術と知識の習得に努め

日々の研鑽に励み

過ごしていただけるよう

地域の皆さまが安心して

私たちは

とうや医療福祉グループは、新型コロナウイルス感染防止に全力をつくしております。ご協力ありがとうございます。

平成 とう や 病 院 地域交流誌

な か ま

2024 年 新春号 vol.40

年頭の辞

謹賀新年

年明け早々の能登半島地震の惨状に、新年を寿ぐ気持ちにはたちまち消え失せ、ただただ悲哀を嘆く正月になりました。

今は犠牲者のご冥福を祈り、被災者の安全を願うばかりです。熊本の本も、一瞬にせよ死を覚悟した熊本地震の記憶は、いまだ鮮明に残っています。被災地のいち早い復興を願いつつ、法人及び個人として、何が出来るのかを模索しております。

昨年7月に、医療法人清和会は「多年にわたり火災予防活動及び火災予防思想の普及に尽力した」として「内閣総理大臣表彰」を授与されました。全スタッフの永年の努力に感謝し、誇りとして頂きたいと思えます。

さて、平成とうや病院は、昨年10月より、56床の回復期リハビリテーション病棟と、104床の地域包括ケア病棟、計160床で、入院患者様を受け入れております。また健康診断及び在宅診療にもさらに注力してまいります。

地域の皆様の健康に、少しでも多く役立ちますよう、精一杯の努力を続けますので、どうぞ本年も宜しくお願いいたします。



明けましておめでとうございませう

皆様には恙なく新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。平素より当院の運営には多大なご支援ご協力を賜り、心より御礼申し上げます。

2020年から続く新型コロナウイルス感染症に関しては、昨年5月に感染症法上の位置づけが5類に移行したことにより、社会において一つの節目を迎えました。県内も国内外からの観光客などで人出が増え、以前の賑わいを取り戻しつつあるようです。しかしながら一方では、新型コロナウイルス感染症の完全収束は難しいともいわれ、社会の一部の生活様式は変更せざるを得ないかもしれず、それは医療界でも同様でしょう。

さて今年の干支は辰（龍）年です。辰年は天に駆け昇る龍にちなんで、大きなことが起こる年と言われているようです。昨年も明るい話題としては、将棋界における藤井聡太君の全タイトル制覇、WBCでの日本チームの優勝、メジャーリーグでの大谷選手の本塁打獲得など、次々に明るい話題が飛び込んできました。本年も素晴らしい勢いや成長の感じられる一年、勢いよく活気あふれる一年になることを期待したいと思います。

本年も当院は引き続き、急性期病院をはじめとした医療施設との連携を深め、さらに在宅支援部門や介護関連施設との密な連携を強化して参ります。皆様には引き続き宜しくお願い申し上げます。



平成とうや病院
院長 米村 憲輔



医療法人清和会
理事長 東野 裕司



心筋梗塞とは？



平成とうや病院
循環器内科／内科医師
院長代行
齊藤 忠興さいとう ただおき

心臓は主として筋肉（心筋）できている。その収縮により血液を全身に送り出すポンプとしての機能を果たしている。その様な重要な仕事をする元となるエネルギー（酸素や栄養）は心臓を取り巻く3本の血管により供給されている。心臓は中に多くの血液が流れていますが、これを利用する事は出来ず、この3本の血管のみで養われております。この血管は大動脈が心臓を出てすぐに左右

この冠動脈に動脈硬化がおこり、狭くなると冠動脈を介して心筋に運ばれる酸素が不足します。このように心筋への血液が少なくなった状態を総称して「虚血性心疾患」と呼び「狭心症」と「心筋梗塞」が代表的です。「狭心症」と「心筋梗塞」の違いは心筋が回復するかどうかです。

「心筋梗塞」は血管が閉塞し、心筋が壊死に陥ります。壊死がどのように進行するかと言いますと、心臓の内面から外面に向かって徐々に進行、約24時間で貫性の壊死が完成します。できるだけ早い時期に血流が再開出来れば壊死の範囲を最小限に食い止めることができます。発症後早期に血液を再開させるような処置が必要です。症状に気付いたらできるだけ早く急性期病院を受診してください。

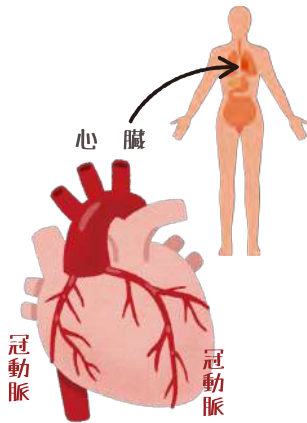


【症状】

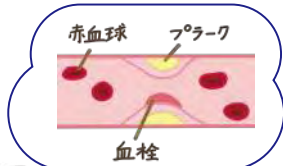
突然起こる胸痛、
15分以上続く絞扼感こっやくかんなど

【検査・診断・治療】

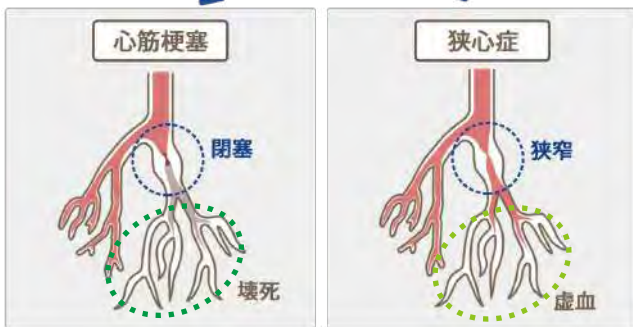
症状や身体所見から心筋梗塞が疑われると、心電図検査、血液検査、心臓超音波（エコー）検査等が行われ、冠動脈造影検査で診断を確定します。心筋梗塞と診断されると主にカテーテル治療が行われます。カテーテルを挿入し、冠動脈の詰まった狭窄・閉塞部まで持ってゆき、カテーテルの先端に装着したバルーン（風船）とステント（筒状になった網目の金属）を使って再開通させます。発症からなるべく早く治療をすることが重要です。



に1本ずつ分岐し、さらに左の血管は前後に分岐します。この動脈は心臓の表面を冠（かんむり）状に取り囲んでいるため、冠動脈（略して冠動脈）と呼ばれるようになりました。



動脈硬化により「狭心症」
動脈硬化により「心筋梗塞」



動脈硬化のため冠動脈が狭くなり、一時的に酸素が不足する。心筋虚血状態になる。

冠動脈硬化で狭くなっているところに、血栓ができて血流の供給が途絶えて、心筋が壊死する。

【急性心筋梗塞の予防】

生活習慣病の
予防・治療

禁煙・
受動喫煙の防止

部屋の温度差
をなくす

運動する時は
軽く汗ばむ
程度に

心臓リハビリ

テーションとは



平成とうや病院
リハビリテーション部/理学療法士
心臓リハビリテーション指導士

安永裕一

弱くなった心臓の機能を高める為、心臓に負荷がかかる要素を取り除きながら心肺機能や全身の筋肉、血管を元気にして身体全体を改善することで快適な家庭生活や社会生活に復帰すると共に、再発や再入院を予防することを目指します。内容としては運動療法だけではなく、心臓病の危険因子を是正するため、薬物療法や食事療法、カウンセリングなどを取り入れるなど包括的心臓リハビリテーションであることが特徴です。今回は運動療法について具体的に説明します。

サインに
気付いたら
すぐ
119番!!

急性心筋
こうそく
のサイン

激しい
胸の痛み

胸が締め付けられるような激しい痛み



効果

- ① 心肺や筋肉の機能が向上し、日常生活で症状（息切れや疲れやすさ）が軽くなる。
- ② 心臓での入院回数が減少、心臓病での死亡率が減少します（虚血性心疾患（心筋梗塞や狭心症）の患者さんが心臓リハビリテーションを行うことにより、行わなかった場合に比べて、死亡率が26%低下、入院リスクが18%低下）
- ③ 狭心症や心不全の症状が軽減します
- ④ 「血圧が下がる」「糖や脂肪の代謝を改善し血糖や血清脂肪を下げる」「肥満を防止する」など心臓病の危険因子が軽減します。
- ⑤ 血管が自分で広がる能力（血管内皮機能）や自律神経の働きが良くなるとともに、血の塊（血栓）が出来にくくなります。



右記のように心臓リハビリテーションを実施することによって、動作が楽に行え、精神的にゆとりができ、長く快適に暮らす事が可能となります。



心臓病に良いとされる運動

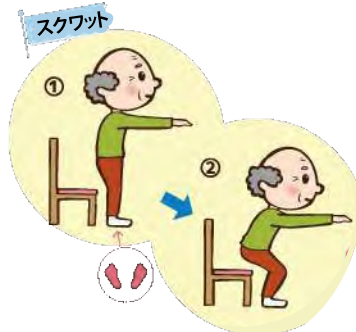
有酸素運動



身体に負担がかかりづらく、長く続けることができる運動。ウォーキングや自転車漕ぎなど。

筋力運動

(レジスタンストレーニング)



筋肉に軽めの負荷をかけ筋肉量を増やす運動。踵上げやスクワットなど。

運動のポイント

① 運動の強さ：会話が出来る、息が軽く弾む程度強度（楽である～ややきつい）で行いましょう。



② 時間：1日30～60分が望ましい。連続して長時間出来ない方は休憩をしながらでも効果があります。



徐々に運動の時間を延長出来るように試みて下さい。



③ 頻度：まずは週3～5日が目安、理想は毎日。徐々に増やしていきましょう。



① 運動前後に準備体操と整理体操を取り入れることが重要です。運動前後に行うことで怪我の予防や心臓や肺への負担を減らし心臓病発症のリスクを抑えたり疲労の蓄積を軽減する効果があります。5〜10分程度かけてゆっくり行ってください。

② 胸痛、動悸、めまい、強い息切れ、冷汗、吐き気、いつもより強い倦怠感など症状を自覚した際は無理せず中止してください。睡眠不足等の時も控えましょう。

③ 運動前後には適度に水分を摂ってください。血液の中の水分が減少すると血液や血流にも悪影響を及ぼします。喉の渇きは水分量が不足している合図です。喉の渇きを感じる前に水分を摂るようになしてください。

※ 水分制限のある方は主治医の先生へご相談ください。

④ 夏場は通気性の良い服装や帽子を着用、冬場は防寒を心掛けましょう。高温、多湿下での運動は避けてください。

ストレッチ



座位



背伸び



側屈



肩回し

立位



内もも伸ばし



ふくらはぎ伸ばし

筋力運動



座位



腿上げ

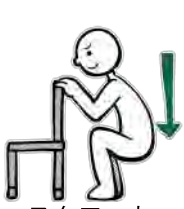


膝伸ばし



つま先・踵上げ

立位



スクワット



踵上げ

「心筋梗塞」を予防!

栄養部主任/管理栄養士 田中亜弥



高血圧、糖尿病、脂質異常症、腎臓病などの生活習慣病は心臓病や血管疾患の始まりだと言われており、心臓病や血液疾患の予防には、毎日の食事がとても大切です。そのため、以下の点に注意をしながら、食習慣を見直しましょう。



基本 予防のための食事療法の基本

◆ 1日3食食事を摂ること

◆ 塩分は1日6g未満を目標にすること

◆ バランスのよい食事内容にすること

特に高齢の方では、活動量の低下で、食欲が減退し、健康な体を保つための栄養が足りない状態になりがちです。全身の栄養状態が悪いと心臓そのものに負担がかかってしまい、病気が進行して、治療に時間がかかってしまいます。



ポイント 進行を防ぐ病気ごとの食事のポイントをご紹介します。

◆ 高血圧がある場合…血圧を下げるためには減塩が基本。塩分の本体であるナトリウムを排泄する作用があるカリウム摂取も効果的です。野菜や果物を豊富に。



◆ 糖尿病がある場合…食事療法の基本を守り、血糖コントロールを良好に保ちます。食物繊維は食後の高血糖を抑える作用があるので、海藻、きのこ、野菜を使った料理

を増やしましょう。また食事始めに食べるとより効果的。



◆ 脂質異常症がある場合…コレステロールを上げる原因となる肉類の脂肪は控え、魚料理を多めに。油脂は植物性油脂を適量摂取します。余分なコレステロールを排泄する働きのある食物繊維は積極的に摂りましょう。



◆ 腎臓の病気がある場合…蛋白質と塩分の管理が重要です。蛋白質の制限の目安は病期によって異なりますが、制限の厳しい時ほど、エネルギーを十分に確保。主食ばかり、油ものばかり、さっぱりばかり、おかずばかりなど「ばっかり献立」に注意しましょう。



何故 なぜ、減塩が大切なのか…

食事の中の塩分の主体であるナトリウムは体に必要な塩分量を超えると腎臓から排泄されます。しかし過剰な塩分を摂取し続けると、ナトリウムが血液の中に残ります。これを適正な濃度に薄めるために、細胞内の水分が血液中に移動して、血液量が増えます。多くの血液を循環させるため、弱った心臓に大きな負担がかかってしまったため、減塩が大切なのです。



参考文献

急性・慢性心不全ガイドライン (2017年改訂版)
弱った心不全を守る安心ごはん (女子栄養大学出版部、佐藤直樹監修)

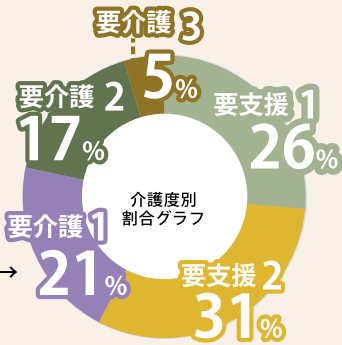
2023年4月～2023年9月

当院の在宅リハビリテーションの実績

通所リハ

- 利用患者延数 2,421人
(一日平均 18.6人)
- 新規利用者数 27人

●介護度別割合のグラフ→



●運動機能評価：

新規利用者のTUG*変化



初回平均	最新平均
15.1秒	14.1秒

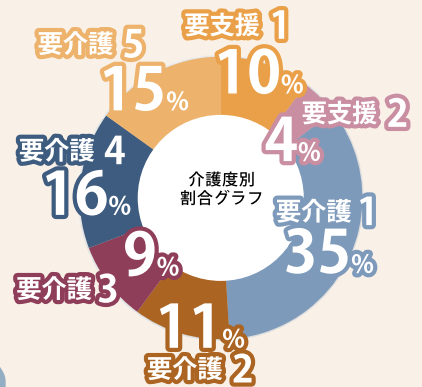
通所リハに通うことで、運動機能の平均値がアップしています。

※TUG (Timed Up & Go) テストとは、椅子からの立ち上がり、歩く速さ、体の向きを変える運動機能を評価するテストです。

訪問リハ

- 利用患者延数 389人
(一日平均 3.0人)
- 新規利用者数 9人

●介護度別割合のグラフ→



通所リハビリ、訪問リハビリ共に空きがあります。介護保険をお持ちでご自宅での生活に不安のある方は担当のケアマネジャーや当事業所にご相談下さい。お待ちしております。

For you



皆さまの声をお聞かせください



病院内に7か所設置しているご意見箱「メッセージカード」や、「退院時アンケート」よりいただいた「ご意見」一つ一つに目を通し、『患者サービス向上委員会』で話し合い、改善に取り組んでおります。その取り組みの一部をご紹介します。また、お気づきの点などがございましたらいつでも声をお聞かせください。

声 シャワー室に、洗面器を置く高さ 50～60cm 程の台があれば、腰を曲げられない利用者には助かると思いますが…



回答 貴重なご意見ありがとうございます。ご意見をいただいたからすぐにシャワー室に、台を設置しました。腰が悪い入院患者さんだけでなく、皆さんご利用ください。

声 シャワー室のボディソープが切れていることがあった。言おうと思って忘れていたら何日か続いて切れていました。



回答 ボディソープが切れていたこと、何日か続けて切れていたこと誠に申し訳ございません。今後、このようなことが無い様にします。そして気持ちよく使っていただくために、清掃をする際に、ボディソープ類の量の確認まで徹底するように指導・改善しました。

声 白米も味噌汁の味も美味しいです。入院中は食事が楽しみなので、食器の蓋は自分で開けて内容を見て食したいなあ。



回答 ありがとうございます。感染予防や保温のために蓋をしておりますが、配膳時には患者さまの食事の邪魔にならぬようにスタッフが蓋を開けて提供しています。このようなご意見を聞くことができ大変勉強になりました。蓋を開ける際のお声がけや、ご希望される方には蓋を自分で開けていただくなどスタッフで共有し、個別に対応させていただきます。



平成とうや病院が連携している医療機関や支援センター、施設事業所等をご紹介します



第 11 回目は

シルバーピア水前寺をご紹介します

〒862-0950 熊本市中央区水前寺 5 丁目 8-15



【施設名】
シルバーピア水前寺 デイサービスセンター
 通所介護〈定員 50 名〉1 階
 096-234-6654 ・ FAX : 096-385-9782

老人保健施設 シルバーピア水前寺
 入所・短期入所〈定員 72 名〉2・3 階
 096-384-3399 ・ FAX : 096-234-6654

坂口事務部長に
 質問!



坂口事務部長

01 老人保健施設 シルバーピア水前寺のご紹介をお願いします



2023年10月1日
 新築移転オープン
 いたしました

シルバーピア水前寺は1997年11月に開設して25年経過しました。施設の老朽化と水前寺とうや病院の建て替え計画を機に、元の場所から東に100mの位置に新たに建設し、2023年10月1日に移転いたしました。

Q. 施設の全体的なイメージは?

A. 療養施設というより、熊本市水前寺の土地柄もあり、都会的な外観、綺麗で明るい内装の施設設定です。

Q. ご利用者様の安全管理について教えてください

A. 玄関、各階の階段出入口、エレベーターにはカードキー及びピンキーを設けています。

02 建て替えの際に工夫されたポイントがありましたら教えてください



シルバーピア水前寺デイサービスセンター
 (1階通所介護)では、白を基調とした壁と床、明るい照明が綺麗で温かみのある空間となっています。また、多目的室や機能訓練スペース、デッキテラス等、ご利用者の目的やアクティビティに応じた環境作りを行いました。



又大浴場と個室を男女それぞれに設け、木目調の浴室が温泉施設のような雰囲気を出し、癒しの空間を演出しています。トイレの数は全部で8箇所あり、うち、男性専用トイレを1箇所設け、ご利用者の混雑がないようにしました。



★理学療法士、作業療法士を1名ずつ配置しており、専門的な評価からその方に合った運動プログラムを作成し、個別機能訓練を実施しています。又ご利用者のご意見をお聞きしながら、麻雀、将棋、花札、パズル、脳トレーニングなど、グループ毎の活動を支援しています。



浴室



老人保健施設シルバーピア水前寺では、全室に低床ベッドを新たに導入し、トイレ、洗面台を設置、床頭台は収納や機能性等を工夫し、オリジナルで作製していただきました。



ご利用者が安心して生活できる療養環境を最優先とし、速やかに看護・介護ケアが提供できるように、フロア全体の中心にスタッフステーションを設置し、療養室への動線を考えた構造です。又2階、3階の食堂・談話・レクリエーションスペースを一体的に使用出来るようにし、ご利用者の見守りやアクティビティ等が安全に実施できるようにしました。



その他、感染症の感染拡大防止を踏まえて、3密になりやすい浴室は各階に設け、特殊浴槽等の入浴機器もそれぞれに設置しています。

★眠りSCAN※を活用してご利用者のリスク評価や排せつ支援などの取り組みを行っています。特に新規でご利用される方において、動作確認、排せつ評価、睡眠状況等の情報からアセスメントを行い、個々のニーズに応じた自立支援計画を多職種で連携しながら立案し、実行しています。今後はさらに眠りSCANの活用の幅を広げ、エビデンスに基づいた自立支援・重度化防止等を進めていきたいです。

※マットレスや敷布団の下に敷いて体動を検出し、睡眠状態を判定するセンサー

03 地域の皆様へメッセージをお願いします

シルバーピア水前寺では介護老人保健施設と通所介護を運営しております。少子高齢化が進み、老々介護や独居世帯が増加する中、できる限り住み慣れた地域で安心して「自分らしく」生活していただくためには、医療・福祉・地域の連携が重要であり、その環境の変化に対応できる支援体制を構築していきたいと考えております。

当法人の基本理念である「IDENTITY」(個人の尊重～ForYouあなたのために～)を基盤とし、わたくしどもは、ご利用者やご家族と真摯に向き合い、最善の方法と一緒に考えお手伝いさせていただきます。また地域の皆様とも手を携えて、地域社会に貢献できる施設を目指していきます。





2024年元日の入院患者さまのお食事をご紹介します

栄養部

- 2024年1月1日昼食
- 【通常食】
- 一、赤飯
- 一、伊達巻
- 一、数の子
- 一、黒豆
- 一、寿かまぼこ
- 一、たたきごぼう
- 一、ふきの煮物
- 一、紅白かまぼこ
- 一、煮しめ盛り
- 一、若鶏二色巻と海老
- 一、梅うぐいす
- 一、渋川栗
- 一、椀物
- 一、食前酒



平成とうや病院 病院実績
(2023年9月～2023年11月)



- ・外来患者延数 3,219人 (1日平均46.7人)
- ・入院患者延数 10,284人 (1日平均113.0人)
- ・急性期病院からの新規入院患者件数 174件
- ・在宅復帰率 / 地域包括ケア病棟 東4病棟 77.8%
- 西4病棟 80.7%
- ・在宅復帰率 / 回復期リハビリテーション病棟 93.5%

平成とうや病院 外来のご案内とアクセス

- 診療科目 ▶▶ 内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・脳神経内科・リハビリテーション科
- 受付時間 ▶▶ 午前 8:30～11:30 午後 13:00～16:00
- 診療時間 ▶▶ 午前 9:00～12:00 午後 13:30～17:00
- 休診日 ▶▶ 土曜日午後・日曜・祝日・年末年始 ※第2・4・5土曜日は休診



平成とうや病院 ☎ 096-379-0108

〒862-0963 熊本市南区出仲間8丁目2-15
ホームページ: <https://www.tohya.or.jp/heisei/>
e-mail: heisei@tohya.or.jp

- ご質問や気になることはお気軽にご相談ください。
- 企業様の健診・協会けんぽの健診も行っております。
- 産業医お引き受けいたします。

平成とうや病院
通所リハビリテーションセンター
訪問リハビリテーションセンター

熊本市南区出仲間8丁目2-15 (平成とうや病院1階)

営業日 ▶▶ 月曜日～金曜日 (土日休み)
お問合せ ▶▶ 通所リハビリ・訪問リハビリ直通

通所 TEL 096-283-8323
訪問 FAX 096-283-8331

令和6年1月1日現在

お問合せ・外来予約 ▶▶ 平成とうや病院 (代表) ☎ 096-379-0108

【外来担当医師表】

	月	火	水	木	金	土
午前	循環器内科	消化器内科	呼吸器内科	呼吸器内科	リハビリテーション科	担当医 ※第2・4・5土曜日は休診
	齋藤 忠興	城野 英利	森 孝志	森 孝志	米村 憲輔	
	循環器内科 (熊大)	リハビリテーション科	循環器内科	リハビリテーション科	呼吸器内科	
	鶴崎 (熊大)	依光 茂太	齋藤 忠興	依光 茂太	永野 潤二	
	消化器内科	脳神経内科	リハビリテーション科	脳神経内科	脳神経内科	
	有田 哲正	岩谷 奈緒	米村 憲輔	岩谷 奈緒	伊藤 康幸	
内科	内科	内科	内科	内科		
加来 以久子	加来 以久子	加来 以久子		加来 以久子		
エコー	熊本大学		熊本大学			
午後	呼吸器内科	リハビリテーション科	脳神経内科	消化器内科	内科	
	増永 (熊大)	依光 茂太	伊藤 康幸	有田 哲正	長野 祐史	
	呼吸器内科 (HOT)	循環器内科 (エコー)				
		永野 潤二	熊大医師 ※16:00迄			
	内科		内科		内科	
加来 裕		加来 裕		加来 裕		

※1 10:30-12:00 ※2 13:30-15:00

患者様の権利

1. 公平で適正な医療を受ける権利
患者さまの経済的・社会的地位、年齢、性別、疾患の種類にかかわらず、平等で適切な医療を受ける権利があります。
2. 医療上の情報、説明を受ける権利
患者さまが自ら病状を理解するために全ての情報を知る権利、検査や治療の目的、方法、内容、危険性、予後および病状の経過に関して説明を受ける権利があります。
3. 十分な説明のもと自分自身の治療を決定する権利
患者さまの自由な意思により、治療や検査を選択し、また拒否する権利があります。また、患者さまや家族の方が医師や病院を選び、セカンドオピニオン（主治医以外の医師に相談すること）を受ける権利を尊重しています。
4. プライバシーが保証される権利
患者さまの承諾なくして、患者さまに関する情報を診療に関与する医療従事者以外の第三者に開示されない権利があります。
5. 個人の尊厳が保証される権利
患者さまの個人としての人格、価値観は尊重され、その尊厳をもってその生をまっとうする権利があります。

基本方針

1. すべての職種において、基本理念の理解と実践に情熱を持って取り組み、患者さまへの高い医療サービスの提供、職員の職場環境の向上を目指します。
2. 地域の皆さまが安心して過ごしていただけるよう、日々の研鑽に励み技術と知識の習得に努め、信頼される病院作りを目指します。
3. 患者様が最適な医療を継続して受けられるよう、地域の保健・福祉機関との密接な連携を図り、円滑な医療サービスの提供を目指します。
4. 環境に配慮したエコを心がけるとともに、災害時にもハード、ソフトの両面で医療サービスを提供できるように健全なる経営活動を行い、安定した経営基盤を構築します。

清和会
理念

IDENTITY (個人)の尊重
～ For You あなたのために～

とうや医療福祉グループ

【医療法人清和会】

- 水前寺とうや病院 [142床]
内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・脳神経内科・リハビリテーション科
- 平成とうや病院 [160床]
内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・脳神経内科・リハビリテーション科
- 老人保健施設シルバーピア水前寺 【入所・短期入所72名】
- 在宅ステーション水前寺
居宅介護支援事業所、訪問介護事業所、訪問看護事業所、訪問リハビリテーション事業所、通所リハビリテーション事業所
- 特定施設シルバーピアグラウンド通り 【入居60名】
- 熊本市高齢者支援センターささえりあ江津湖

【社会福祉法人百八会】

- 特別養護老人ホームシルバーピアさくら樹 【50名、短期入所6名】
- シルバーピア東町デイサービスセンター