

回復期リハビリテーション病棟有

- 診療時間 / 月・水・木・金(午前) 8:30~12:00
[午後]13:00~17:00
火・土 [午前] 8:30~12:00
- 休診日 / 日曜・祝日・年末年始 他
- 診療科目 / 内科、呼吸器内科、循環器内科
消化器内科、腎臓内科、外科
整形外科、脳神経外科
リハビリテーション科
糖尿病・内分泌代謝内科

医療法人 地塩会 **南国中央病院**
南国市後免町3-1-27 TEL.088-864-0001



広告

このように、体の性、性自認、性的指向の三つの要素の組み合わせが最低でも32通りあります。このことに関する正確な医学的知識を多くの人が持つていないことが、先進欧米諸国と異なり同性婚を認めない日本社会の現状であるといえます。

性自認(Gender Identity)とは、自分自身を男性か女性かそれ以外かと感じる心の性で、体が男性(女性)の場合自分は男性(女性)と感じていることが多いです。しかし、日本人の数は体が男性(女性)でも心では自分を女性(男性)やどちらでもない、両方であるなどと感じていることも分かっています。

体が男性(女性)で性自認も男性(女性)で、性的指向は女性(男性)という人が多いので、男女での結婚をするのが一般的です。しかし統計上、数百万人の日本人は体の性とは関係なく、自認する性と同性の人を好きになったり、両方を好きになったり、どちらでもなかったりする場合があることが分かっています。

性的指向(Sexual Orientation)とは、自分が好きになるのは、男性か、女性か、両方か、その他か、などと感じる心の指向を意味します。趣味のように自分の気持ちで変更できる「嗜好(しこう)」ではなく、自分で変更できない生まれつきの「指向」です。

今年2月14日、全国各地で同性婚に関する二斉提訴がありました。同性婚についての医学的視点は、SOGI(Sexual Orientation and Gender Identity)の頭文字)という言葉で説明されます。



日本リハビリテーション医学会認定
リハビリテーション科専門医
南国中央病院 宮本 寛 医師
[略歴]
1995年3月 高知医科大学 医学部 医学科 卒業
1995年4月 医療法人近森会 近森リハビリテーション病院
2009年4月 医療法人地塩会 南国中央病院

「LGBT」医療ウォッチ

同性婚を 医学的に考える

回復期リハビリテーション病棟有

- 診療時間 / 月・水・木・金(午前) 8:30~12:00
[午後]13:00~17:00
火・土 [午前] 8:30~12:00
- 休診日 / 日曜・祝日・年末年始 他
- 診療科目 / 内科、呼吸器内科、循環器内科
消化器内科、腎臓内科、外科
整形外科、脳神経外科
リハビリテーション科
糖尿病・内分泌代謝内科

医療法人 地塩会 **南国中央病院**
南国市後免町3-1-27 TEL.088-864-0001



広告

特にご高齢の方は暑さを感じにくかったり汗をかきにくかったりと、体温を下げるための生理機能が弱く、またエアコンを使う習慣がなかったりと自覚なく熱中症になる傾向があります。水分を小まめに取り室温のチェック(熱中症は炎天下での活動だけでなく室内でも発症します)をお願いします。また子どもも体温調節が未熟で、地面の照り返しで高温にさらされ熱中症になりやすいので注意が必要です。子どもの様子をよく観察して熱中症に注意をしてください。

ほとんど暑くなるこれからの季節、必ず話題になるのが熱中症です。熱中症は気温や湿度の高い環境により身体の体温調節がうまくいき不起こるさまざまな症状がうまうま起ります。症状としては重症度の低いものでは目まい、立ちくらみ、筋肉痛、こむら返り、大量の発汗などがあり、涼しい場所安静にして水分補給すれば大抵回復します。重症度が高くなると頭痛、吐き気、全身倦怠(けんたい)感、判断力の低下などが見られます。そうなれば涼しい場所で衣服を緩め、体を冷やし、スポーツドリンクのような塩分を含む水分の補給をするようにしましょう。改善が見られなかったり水分摂取できない状態であれば医療機関を受診してください。さらにひどくなると意識障害やけいれん、運動障害が見られます。その状態では速やかに救急要請をしてください(涼しい場所に寝かせて首や脇、太ももの付け根の太い血管の通っている場所を冷やす応急処置も必要です)。



南国中央病院
都築 和宏 医師

「LGBT」医療ウォッチ

熱中症について

回復期リハビリテーション病棟有

- 診療時間 / 月・水・木・金(午前) 8:30~12:00
[午後]13:00~17:00
火・土 [午前] 8:30~12:00
- 休診日 / 日曜・祝日・年末年始 他
- 診療科目 / 内科、呼吸器内科、循環器内科
消化器内科、腎臓内科、外科
整形外科、脳神経外科
リハビリテーション科
糖尿病・内分泌代謝内科

医療法人 地塩会 **南国中央病院**
南国市後免町3-1-27 TEL.088-864-0001



広告

③訪問リハビリテーション
主に介護保険制度で行われます。自宅や一部の施設での生活の場合に必要な動作の訓練や環境の調整などを行います。事業所によっても異なりますが、その人の状態によっては1回に1時間、週に3回などの場合もあります。玄関周辺の出入り、入浴動作、家の中の移動や転倒対策など、生活動作に直接効果があります。

②通所リハビリテーション
介護保険制度によって行われます。デイケアとも呼ばれています。2時間程度のものであれば、6~8時間のものもあります。プランの立て方によっては、単なる機能訓練とは異なり、生活に密着した動作の訓練も可能で、外来通院によるリハビリテーション以上の効果が得られることも多々あります。

①外来通院でのリハビリテーション
医療保険制度によって行われます。リハビリテーションを受ける病名によって期限があります。それぞれの病院の規模や体制にもよりますが、1回に多くても1時間程度で、関節可動域訓練や筋力増強訓練、基本動作訓練などの機能訓練が中心となります。期限を過ぎると、1カ月に260分までしかできなくなるので十分な効果は期待できなくなります。

在宅生活を送っている人がリハビリテーションを行う場合、左記の3通りの方法があります。



日本リハビリテーション医学会認定
リハビリテーション科専門医
南国中央病院 宮本 寛 医師
[略歴]
1995年3月 高知医科大学 医学部 医学科 卒業
1995年4月 医療法人近森会 近森リハビリテーション病院
2009年4月 医療法人地塩会 南国中央病院


「LGBT」医療ウォッチ

リハビリテーションの種類と選び方

回復期リハビリテーション病棟有

- 診療時間/月・水・木・金【午前】 8:30～12:00
【午後】13:00～17:00
火・土 【午前】 8:30～12:00
- 休診日/日曜・祝日・年末年始 他
- 診療科目/内科、呼吸器内科、循環器内科
消化器内科、腎臓内科、外科
整形外科、脳神経外科
リハビリテーション科
糖尿病・内分泌代謝内科

医療法人 地塩会 **南国中央病院**
南国市後免町3-1-27 TEL.088-864-0001



広告

熱中症予防には小まめな水分補給が必要ですが、糖分を含む清涼飲料水は嗜好(しこう)品として楽しみ、日常の水分補給には糖分の入っていない水やお茶がおすすめです。ただ運動で大量に汗をかくなど、塩分やミネラルが失われた場合は栄養成分表示を確認して糖分を過剰摂取しないように、スポーツ飲料などで十分な水分や電解質補給を行うてください。


「137」医療ウォッチ

ペットボトル 症候群について

この暑い季節、熱中症予防に小まめな水分補給を心掛けることは重要です。しかし糖分を含む清涼飲料水やスポーツ飲料を過度に取り過ぎると体に悪影響を及ぼす、いわゆる「ペットボトル症候群」という状態に陥る可能性があります。

一般的な糖質制限していない炭酸飲料等の清涼飲料水には、約8～10% (500mlペットボトルで角砂糖約13～16個)、スポーツ飲料には約5% (500mlペットボトルで角砂糖約8個)の糖質を含んでいます。こういった飲料水を飲み過ぎると血糖値が急激に上昇すること、喉が渇き、さらに清涼飲料水を飲むという悪循環に陥り、高血糖の状態が続くこととなります。ひどくなると糖代謝がうまくいかなくなり、エネルギー確保のため脂肪が分解され酸性のケトン体という毒性物質が体内に蓄積し、血液が酸性に傾き「ペットボトル症候群」の諸症状(イライラや倦怠、けいん、嘔吐、感寒の渇き、嘔気、おうき、また意識障害や昏睡、こんすい)など重篤な状態になる場合もあります。これが現れます(病態としては「ケトアシドーシス」という危険な状況で治療を要します)。

熱中症予防には小まめな水分補給が必要ですが、糖分を含む清涼飲料水は嗜好(しこう)品として楽しみ、日常の水分補給には糖分の入っていない水やお茶がおすすめです。ただ運動で大量に汗をかくなど、塩分やミネラルが失われた場合は栄養成分表示を確認して糖分を過剰摂取しないように、スポーツ飲料などで十分な水分や電解質補給を行うてください。




南国中央病院
都築 和宏 医師

回復期リハビリテーション病棟有

- 診療時間/月・水・木・金【午前】 8:30～12:00
【午後】13:00～17:00
火・土 【午前】 8:30～12:00
- 休診日/日曜・祝日・年末年始 他
- 診療科目/内科、呼吸器内科、循環器内科
消化器内科、腎臓内科、外科
整形外科、脳神経外科
リハビリテーション科
糖尿病・内分泌代謝内科

医療法人 地塩会 **南国中央病院**
南国市後免町3-1-27 TEL.088-864-0001



広告


最近では、口の機能の低下は体全体、精神的な部分、社会的な面も含めて健康と大きな関わりがあるといわれています。退院後の生活においてその人らしい生活が保てるよう、患者さま自身や関われる方々に口の機能を維持するための提案をし、リハビリに携わる歯科衛生士として、地域との連携の取り組みも大事にしていきたいと思っております。

「137」医療ウォッチ

リハビリに携わる 歯科衛生士の役割

回復期リハビリテーション病棟では、患者さまの日常生活動作(A・D・L)を向上し、在宅に復帰できることを目標としています。歯科衛生士は、入院患者さまの口の中に問題がないかを評価し、口腔(こうくう)衛生状態やしゃくなどの機能が良好に保たれるよう二人一人に合った適切な口腔清掃方法を考えるとともに、早期に対処が必要な場合は地域の歯科に往診依頼をしています。

歯科往診依頼で特に多いのが、かみ合わせの問題です。歯の欠損がそのままになっている場合や、義歯が合わないなど、かみ合わせが悪くなると、栄養面や姿勢にも影響が出てきてしまうため、回復させる必要があります。病院で働く歯科衛生士として、多職種連携の下、患者さまの日々の全身状態を把握することはもちろんですが、入院前の生活、退院先の環境にも目を向け、口のことだけでなく退院後の生活全体をイメージして考え、サポートしていくことが必要だと考えます。




南国中央病院 リハビリテーション課
坂田 仁美 歯科衛生士

回復期リハビリテーション病棟有

- 診療時間/月・水・木・金【午前】 8:30～12:00
【午後】13:00～17:00
火・土 【午前】 8:30～12:00
- 休診日/日曜・祝日・年末年始 他
- 診療科目/内科、呼吸器内科、循環器内科
消化器内科、腎臓内科、外科
整形外科、脳神経外科
リハビリテーション科
糖尿病・内分泌代謝内科

医療法人 地塩会 **南国中央病院**
南国市後免町3-1-27 TEL.088-864-0001



広告

さまざまな理由により、リハビリに必要な栄養量が確保できない方には、必須アミノ酸のバリン、ロイシン、イソロイシン(BCAA)やビタミンD、また中鎖脂肪酸(MCT)に配慮した栄養補助食品を付加しています。患者さまにできるだけ自分で摂取していただけるよう、食事だけでなく、栄養補助食品の形態や味についても嗜好(しこう)調査を行うことは必要だと思います。

いかにリハビリの効果を高めることができるのか、食事・栄養面からサポートをするのが私たちの仕事だと思っています。今以上に多職種との連携を図り、早期回復を目指していきます。


「137」医療ウォッチ

低栄養とリハビリテーション

リハビリ対象者にはさまざまな栄養障害(低栄養、過栄養)やサルコペニア(加齢による骨格筋量と骨格筋力の低下)が多く認められます。栄養障害やサルコペニアは、身体機能の低下や疲労感、気力の低下などをもたらします。リハビリと同時に適切な栄養ケアを行うことで、リハビリの効果を高めることができ、日常生活動作(A・D・L)の向上が得られやすくなります。

私たち管理栄養士は、患者さまの疾患を考慮しながら、体格や活動量に合わせて食事を提供していく必要があります。当院では、独自の基準を用いて低栄養のリスク分けを行い、低栄養もしくは低栄養リスクの可能性のある患者さまに対しては週1回の再評価、適正過栄養の患者さまに対しては2週間ないし1カ月以内に1回再評価を行っています。定期的に行われるカンファレンス(多職種との会議)に参加することで、リハビリの負荷量や進行状況、病棟での患者さまの状態を知り、場合によってはその情報に合わせて目標やアプローチ内容を変更します。

さまざまな理由により、リハビリに必要な栄養量が確保できない方には、必須アミノ酸のバリン、ロイシン、イソロイシン(BCAA)やビタミンD、また中鎖脂肪酸(MCT)に配慮した栄養補助食品を付加しています。患者さまにできるだけ自分で摂取していただけるよう、食事だけでなく、栄養補助食品の形態や味についても嗜好(しこう)調査を行うことは必要だと思います。




南国中央病院 栄養課
中澤 華子 管理栄養士

回復期リハビリテーション病棟有


- 診療時間 / 月・水・木・金【午前】 8:30～12:00
【午後】13:00～17:00
火・土 【午前】 8:30～12:00
- 休診日 / 日曜・祝日・年末年始 他
- 診療科目 / 内科、呼吸器内科、循環器内科
消化器内科、腎臓内科、外科
整形外科、脳神経外科
リハビリテーション科
糖尿病・内分泌代謝内科

医療法人 地塩会 **南国中央病院**
南国市後免町3-1-27 TEL.088-864-0001



「いち医療ウオッチ」

体づくりは 栄養から



南国中央病院 栄養課
中澤 華子 管理栄養士

体をつくる重要な要素として注目されているタンパク質は、健康とも密接に関わっています。高齢者の低栄養の問題では、サルコペニア（加齢による筋肉量や筋力の低下）と栄養の関係が指摘されており、予防の観点からタンパク質を構成するアミノ酸が注目されています。

アミノ酸には必須アミノ酸と非必須アミノ酸があります。必須アミノ酸であるバリン、ロイシン、イソロイシンはBCAAと呼ばれており、その中でもロイシンは、タンパク質合成の促進と分解を抑制する作用があり、筋肉づくりには欠かせません。


当院では、疾患別の栄養コントロールや栄養状態の改善の目的で、栄養補助食品を追加していますが、リハビリテーションの効果を高める目的としては、BCAAやビタミンD、また中鎖脂肪酸(MCT)を多く含有する補助食品を選び、リハビリテーション前後に提供できるような体制を取っています。BCAAを摂取すると、食欲が回復するというデータもあり、食事摂取量増加という面からも必要栄養量を満たせるようにアプローチしています。

私たち管理栄養士は、健康に携わる人間としてこれからも患者さまに寄り添い、栄養面から体づくり、そして生活の質(QOL)の向上に貢献できるように努めていきます。

回復期リハビリテーション病棟有


- 診療時間 / 月・水・木・金【午前】 8:30～12:00
【午後】13:00～17:00
火・土 【午前】 8:30～12:00
- 休診日 / 日曜・祝日・年末年始 他
- 診療科目 / 内科、呼吸器内科、循環器内科
消化器内科、腎臓内科、外科
整形外科、脳神経外科
リハビリテーション科
糖尿病・内分泌代謝内科

医療法人 地塩会 **南国中央病院**
南国市後免町3-1-27 TEL.088-864-0001



「いち医療ウオッチ」

おうちで訪問リハビリテーション



南国中央病院
訪問リハビリテーション事業所
倉持 裕之 理学療法士

訪問リハビリとは、病气やけが、老化などにより、生活機能が低下した方のうち外出が困難な方や居宅生活上何らかの問題がある方、あるいは介護される方に対して理学療法士作業療法士言語聴覚士がご自宅を訪問し、生活機能と障害の評価、機能訓練、日常生活訓練、住宅改修および福祉用具の調整、専門的助言提案、精神的サポートを実施することで、日常生活動作の自立や社会参加といったその人らしい生活の再建および生活の質の向上を促す活動の総称といわれています。

リハビリと聞くとも筋力強化訓練や歩行訓練などをイメージされると思いますが、訪問リハビリでは、実際の生活環境生活場面でリハビリを実施することから、動作訓練が中心となります。


訪問リハビリを実施する際には必ず目標を設定します。例えば「歩いてスパーまで行き、買い物ができるようになる」という目標であれば、実際にスパーまで歩いて行くことができるか確認を行い、必要に応じて筋力強化訓練や歩行訓練を実施しながら、歩行距離を延長しスパーまで行くことのできる体力をつけ、実際に買い物が行えるか、荷物の運搬が行えるか、お金を支払うことができるかなど細かく評価を行います。そして、問題点については解決できるように方法を検討し、提案を行うことで練習を行います。

訪問リハビリは、実際の生活の中でやりたいことを実際にできるようにするためのリハビリといえます。

回復期リハビリテーション病棟有


- 診療時間 / 月・水・木・金【午前】 8:30～12:00
【午後】13:00～17:00
火・土 【午前】 8:30～12:00
- 休診日 / 日曜・祝日・年末年始 他
- 診療科目 / 内科、呼吸器内科、循環器内科
消化器内科、腎臓内科、外科
整形外科、脳神経外科
リハビリテーション科
糖尿病・内分泌代謝内科

医療法人 地塩会 **南国中央病院**
南国市後免町3-1-27 TEL.088-864-0001



「いち医療ウオッチ」

短時間型通所リハビリテーション



南国中央病院
通所リハビリテーション事業所
濱田 隆宣 理学療法士

短時間型通所リハビリテーションでは、食事および入浴は実施していませんがリハビリの専門職員である理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が多く在籍し、利用者の状態に合わせて、運動を中心とした個別対応を行っています。

理学療法士や作業療法士は、機能訓練や歩行訓練、日常生活動作訓練などを、短時間で集中的かつ活動的に支援します。利用者の目標や希望を考慮しつつ、体力および筋力強化を目的に、マシントレーニングや平行棒での集団体操、ゴム体操などの運動提供だけでなく、個人の身体機能の評価、把握を行い、個別の運動や自主トレーニングの助言をしています。また、在宅環境を確認の上、必要に応じて住宅改修や手すりの設置など、生活環境へのアドバイスも行っています。

言語聴覚士は、発話のみ込みなどの訓練だけでなく、コミュニケーションや食事面の改善も図ります。さらに、口腔（うぐい）機能向上を目的に、集団での発声練習や嚥下（えんげ）体操なども行っています。認知面に関しては、認知機能訓練を実施しています。脳トレトレーニングや、ほかの利用者とのコミュニケーションを取り組んでいます。

利用者が自ら進んで運動などに取り組めるようになることで、体力および筋力が向上し、二人でも多くの方が自宅や地域でその人らしい活動的な生活を送れることを目指して、支援に取り組んでいます。