

# きたがわ



永年勤続表彰記念写真

2004.05.18



## 目次

歯科通信 .....	28°-ジ
部署紹介(療養病棟)...	38°-ジ
栄養だより .....	48°-ジ
最新MRI導入 .....	58°-ジ
永年勤続受賞者の言葉 ..	58°-ジ
痴呆予防には .....	68°-ジ
ティーブレイク .....	68°-ジ
相談室から .....	78°-ジ
行事予定 .....	78°-ジ
外来診療予定表 .....	88°-ジ

# 歯科通信 vol.2

## “むし歯と唾液”

一般に、唾液は三大唾液腺（耳下腺、顎下腺、舌下腺）といくつかの小唾液腺から分泌されます。1日の分泌量は平均 1~1.5 リットルとされていますが、0.5 リットルとする説もあります。唾液の分泌速度は日内変動しますが、睡眠中はほとんど分泌されません。唾液の一般性状は、水分が 99.5%を占め、残りが無機質を主とする固形分です。

唾液は、食べ物を飲み込みやすくし、消化を助け、食べ物のカスを洗い流すだけでなく、酸を中和する作用（緩衝作用）や抗菌作用、そして歯や歯ぐきを病気から守る働きをしています。

そこで、今回の歯科通信ではむし歯と唾液の関係に注目してお話してみましよう。お口の中では、①歯の表面にこびりついたプラーク（歯垢）に含まれるむし歯の原因菌が、飲食物から糖を取り込んで強い酸を産み出す→②産み出された酸により歯の表面が溶ける（脱灰）→③唾液のはたらきにより酸性になっている歯の表面が中和される→④ミネラル成分の再取り込みにより歯の表面の溶けてしまった部分の修復が行われる（再石灰化）→というプロセスが飲食のたびに起こっています。唾液のはたらきを十分に発揮できる環境であれば“脱灰”と“再石灰化”のバランスが保たれ歯の表面は溶けていきません。ところが、そのバランスが崩れてしまうと、一方的に“脱灰”が続き、それがどんどん進行すると歯が変色したり、穴があいたり、冷たいものがしみたり→といったむし歯の症状が出てきます。

“脱灰”と“再石灰化”のバランスが崩れてしまう（むし歯になる）リスクとして、

### ① だらだらとした飲食

間食回数の多い人や頻繁に糖分の入った飲み物を飲んでいる人はお口の中が酸性のままなかなか中和されず、“脱灰”ばかりが起きます。

### ② お口の中の細菌の数

お口の中のむし歯の原因菌の数が多ければ産み出される酸の量も多くなります。すこしでも細菌の量を減らすことにより（ブラッシングによるプラークコントロール）、むし歯になるリスクを減少させることができます。

### ③ 唾液の流れが悪い

唾液の分泌の少ない人やお口の中の唾液の流れが悪い部位は唾液の働きによる酸の中和や自浄作用が起こりにくい→

などが挙げられます。唾液が関係する以外にもいろいろなリスク因子があり、それらが組み合わせられてむし歯が発症するのです。

# こんにちは こんにちは

## 療養病棟です



3階療養病棟は毎日が明るく、笑いあり、時として涙ありの病棟です。慢性期で病状が落ち着き、リハビリ等の入院療養が必要な患者様を対象としているために入院生活が長期にわたる方も多く、患者の皆様楽しく充実した日々を過ごして頂けるよう、季節行事や誕生日会などを、ボランティアの方々にも助けて頂きながら行っています。「患者様が安らぎのある生活を送れますように」「最期の時を迎える患者様がその人らしく過ごせますように」「患者様の持つ諸能力が発揮でき、以前の生活が取り戻せますように」など願いながら、心をこめて看護、介護をさせて頂いています。

療養病棟ができて4年程になりますが、色々と思議な体験をさせて頂きました。言葉も出さず意識がないと思える患者様に対しても、毎日の声かけは大切と取り組んでいるのですが、耳元で音楽を流したり、歌をうたって聴いて頂いたりしている時に、「次はなんだっけ、忘れちゃった、ごめんね」と声をかけると「…ハナレトオウキマンシュウノ」と、なんと微かな声で歌われたのです。その後は素晴らしいものでした。ですがそれは長くは続かず、その方が出された最後の力だったようです。私達はこの方の笑顔や歌う声が聴けてとても嬉しく、最期の時を一緒に過ごさせて頂いたことに感謝しています。他にも、痴呆症の患者様が完全復活されたこともあり、人と人との関わり方の大切さを改めて学びました。

これからも皆様のご意見やご指導を受けて、より良い病棟にしていきたいと思しますので宜しくお願いします。最後になりましたがこの病棟を支えて下さっているボランティアの皆様にお礼を申し上げます。

### 北川病院の理念

患者さまを「尊重」し、「安心」「信頼」「満足」できる医療を提供します。

- ・患者さまの権利を尊重し、患者さまの立場に立った医療の提供をします
- ・明るく対話をし、思いやりのある医療の提供をします
- ・技術の研鑽に努め、先進的で最良の信頼できる医療の提供をします
- ・地域医療に貢献するため、地域の医療機関との連携、充実した救急医療の提供をします

そして、職員にとって「あたたかく、生きがいのある職場作り」を推し進めます

# 栄養だより vol. 3

食中毒は、レストランなどの飲食店に限らず、毎日食べている家庭の食事でも発生していますし、発生する危険性がたくさん潜んでいます。

今回ご紹介する、家庭における食中毒予防のポイントを守り、健康な毎日をお過ごしください。



## 食中毒予防のポイント

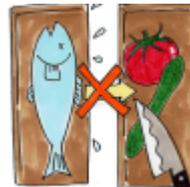
- ① 肉、魚、野菜などの生鮮食品は新鮮な物を購入し、できるだけ早く食べましょう。



- ② 調理する前、食事前、用便後は必ずせっけんで手をよく洗いましょう。

また、肉や魚、卵などを取り扱う時も、取り扱う前と後には、手を洗いましょう。

- ③ 生の肉や魚を切った後洗わずに、その包丁やまな板で、果物や野菜等生で食べる食品や、調理の終わった食品を切ることはやめましょう。



- ④ 包丁、まな板、ふきん、スポンジなどは、使った後すぐに、洗剤と流水でよく洗い、乾燥させましょう。汚れがひどい時には、新しい物と交換しましょう。

また、漂白剤の使用や熱湯をかけたりすると消毒効果があります。

- ⑤ 加熱して調理する食品は中心部まで十分に火を通しましょう。残った食品を温め直す時も十分に加熱しましょう。



- ⑥ 調理前、後の食品は、室温に長く放置しないようにしましょう。

すぐに調理しない場合には、冷蔵庫に入れ、10℃以下で保存し、調理したものは、早く食べましょう。



- ⑦ 台所は整理整頓し、ハエ・ゴキブリ等の衛生害虫は、定期的に駆除しましょう。

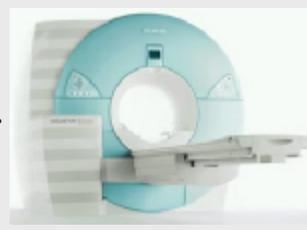
# 最新鋭1.5テスラMRI導入

この度、当院ではより良質で先進的な医療を提供することを目的に、最新鋭1.5テスラ<sup>(\*1)</sup> MRI(シーメンス社製 マグネトム アヴァント)の導入を決定しました。現在、8月からの本格稼働に向け設置作業が進められています。

今回導入されるアヴァントは、全く新しい概念のもとに開発された次世代のMRIで、1.5テスラの高磁場に加え、高いスリューレート<sup>(\*2)</sup>と、傾斜磁場強度と豊富なアプリケーションソフトにより、短時間撮影、広範囲撮影をストレスなく行え、全身疾患の早期診断(急性期脳梗塞、全身の炎症性・腫瘍性変化など)に大きな力を発揮することが期待されます。

(\*1) テスラ:磁束密度の単位。1テスラは、 $10^4$  ガウスに等しい。

(\*2) スリューレート:大振幅のステップ入力時の、出力電圧の時間に対する変化率。



## 振り返れば三十年

診療放射線技師 O.H

昭和46年に当院に就職してから33年の歳月が流れました。途中3年間のつらく楽しい学生生活を経験しましたが、振り返れば、長いようであつという間の33年でした。その間約10年毎に大規模な病院増改築が行われ、杭打ちの音と歩み、放射線室も現在の場所が3カ所目となりました。

最初の頃はフィルム作りも暗室内の手作業でしたが、あまりにも技術がない為、診断に値するフィルムを作る事が出来ず、見るに見かねた現在の名誉院長が、当時としては珍しかった自動現像機を購入する羽目になったというような笑えないエピソードも作ってしまいました。その後の医療の技術革新の波と先進の医療を目指す病院の方針に伴い、CT・MRIをはじめ次々と最先端の医療機器が他施設に先んじて設備され、現在の病院が築かれてきました。

この様な恵まれた環境の中、院長はじめ病院スタッフの皆様には、30年余りの永きにわたり、私を支えて下さり幸せな時間を過ごさせて頂き有り難うございました。最後に、もう少し残っています時間を今しばらく変わらず支えて下さいますようお願い致します。  
(永年勤続受賞に寄せて)



## 痴呆予防には計算と音読

「痴呆は治らない」というイメージがありますが、それはあまりにも進みすぎた重症痴呆のことを指していることが多いのではないのでしょうか。痴呆は重度に至るそれまでに軽度、中等度の時期があり多くの場合は徐々に進行してゆき、その間に発見できれば回復は可能であると言われていています。本格的な痴呆にならないためには予防対策が重要となってくるのです。

予防対策のひとつとして最近「学習療法」が注目されています。脳のおでこ部分にある前頭前野は、脳の司令塔と呼ばれ、行動を我慢させる働きを持っています。この働きが衰えると痴呆が始まるとされます。一日各10分の計算と音読とで脳が活性化され、痴呆予防になると言われています。計算に使うのは小学校1～4年レベル、すらすら解けるくらいが良く、また音読に使うのも簡単な物語で小学校の国語程度の内容が良いようです。

最近、物覚えが悪くなってきた等の自覚のある方は一度この「学習療法」をやってみてはどうでしょうか。  
(言語聴覚士 K.K)



## 白衣の変遷

看護師の白衣は時代の流れや医学的側面から数々の変遷を経てきました。明治時代の白衣は足首が隠れるほど長く、足元は草履で機能的とは言い難いものでした。昭和に入り、長い白衣は不潔といわれ、少し短くなったようです。最近では花柄や色ものも登場し、“白衣”とは呼べないものも多くあります。また、看護師の象徴でもあるナースキャップも、清潔性を考え、廃止する施設が増えてきました。

さて、当院看護師のユニフォームですが、7月より新しいデザインに替わります。なかなか好評だったピンクのツーピースから白いワンピースになります。ユニフォームが替わるたびに「ダイエットしなきゃ」という声を聞きますが、その効果を狙ってか、私の知る限り、5回目の衣替えです。女性にとって『服が替わる』のは気分転換になるようで、心機一転した看護師の皆さんの活躍が楽しみです。

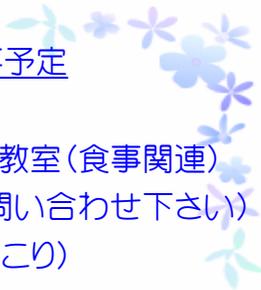



 相談室から

前回の退院前訪問指導につづいて、今回は退院時指導についてお話ししたいと思います。退院時指導とは、退院さ

れ在宅となられる方を主に対象としており、退院後の療養上の留意点・退院後必要となる保健・医療・福祉サービスの情報提供などについて、各専門職より話をさせて頂いています。医療面については医師・看護師から、介護面は介護士より、リハビリについてはリハビリのスタッフから、食事については栄養士よりアドバイスさせて頂いています。それぞれ自宅へ帰られる患者様にとって、一人一人状態や環境が違います。各々の状況に合わせて、自宅でも療養しやすいように各職種よりお話をさせて頂いています。介護保険等を利用されている方に関しては、患者様・御家族様に加えてケアマネジャー等にも同席して頂くこともあります。

治療経過や在宅への注意点等について情報を提供することで、在宅へ向かう患者様の不安や心配を和らげ、また、患者様の状況について、スタッフの共通理解が深まり、情報の共有化につながると考えています。退院される患者様がスムーズに在宅生活を送れるようサポートできればと思います。


 7~9月の行事予定

毎月二回 糖尿病教室(食事関連)  
(詳細はお問い合わせ下さい)

7月 健康教室(肩こり)

★ 療養病棟 ★

7月 誕生日会(フラダンス)

8月 夏祭り

9月 敬老会

お知らせ

7月より内科外来診療担当医が変更になり、北川名誉院長の診察日は土曜日午前のみとなります。詳細は次ページの外来診療予定表でご確認ください。



## 外来診療予定表

平成 16 年 7 月現在

		内科①	内科②	外 科	産婦人科	肛門科	麻酔科	歯 科	泌尿器科
月	午前	鎌田		北川堯	茂本	北川堯	北川堯	友成	
	午後	宮武		浅海	茂本			友成	
火	午前	渡邊		北川堯	茂本	北川堯	落合	友成	
	午後	鎌田		北川堯	茂本	北川堯	落合	友成	
水	午前	吉田		渡邊	茂本			友成	
	午後	宮武		渡邊	茂本			友成	
木	午前	鎌田		北川堯	茂本	北川堯	北川堯		万波
	午後	谷山		渡邊		北川堯	北川堯		
金	午前	吉田		北川堯	茂本	北川堯	北川堯	友成	
	午後	吉田	間阪	浅海	茂本			友成	
土	午前	北川紀		北川堯		北川堯	北川堯	友成	
	午後	鎌田		北川堯				友成	

- ・ 午後の診察は手術等のため変更することがあります
- ・ 土曜日午前、糖尿病外来(予約制、担当医:吉田)

### 内科・外科・産婦人科 (月～土)

【受付時間】 7:30～12:00      13:00～17:00

【診療時間】 9:00～                      14:00～

ただし、産婦人科は土曜日、第 2・4 木曜日、第 1・3 木曜日午後は休診

### 泌尿器科 (木)

【受付時間】 7:30～12:00

【診療時間】 9:00～

### 歯科 (月～土)

【受付時間】 7:30～12:00      13:00～18:00

【診療時間】 9:00～12:30      14:00～18:30

ただし、歯科は木曜日休診。土曜日は診療時間 17:00 まで



当院ホームページのURL:

<http://www.kitagawa-hp.jp>

E-mail アドレス:

[lab@kitagawa-hp.jp](mailto:lab@kitagawa-hp.jp)

発 行 所 医療法人 紀典会 北川病院

岡山県和気郡和気町和気 277

電話 0869-93-1141

Fax 0869-93-1200