

おおくす

一般社団法人 巨樹の会
新武雄病院

2023.11
Vol. 35



Contents

- 骨粗しょう症の治療について (薬局) …… 1
- 骨粗しょう症の検査について (健診オプション) … 2
- ICUダイアリー／専門知識を深める臨床講義 … 3
- 睡眠は脳と心の栄養です …… 4

『佐賀インターナショナルバルーンフェスタ』佐賀市より

- ちょこっとリハ「靴下の着脱における道具の紹介」… 5
- 武雄看護リハビリテーション学校 学生募集中 …… 6
- 第45回 合同学術研究発表会 医局部門『金賞』受賞
理念・基本方針

骨粗しょう症の治療について (薬局)

こつそしょうしょう

骨粗鬆症は、骨に鬆(す)の入ったようにすかすかになり、骨折しやすくなる病気です。

骨粗しょう症の中でも原発性骨粗しょう症は、女性ホルモンの低下や加齢によって起こり、特に閉経後の女性に多いとされ、60歳代女性の5人に1人、80歳代女性の2人に1人が骨粗しょう症といわれています。

骨粗しょう症による骨折は背骨、足の付け根、手首、腕の付け根でよく起こり、背骨の骨折により、背中や腰が曲がってしまったり、足の付け根の骨折により、寝たきりになったりします。



骨粗しょう症の治療

1. 食事療法：バランスの良い食事を心がけます。特に骨を作るのに役立つカルシウム、ビタミンD、ビタミンKを積極的に摂取しましょう。逆にアルコールやカフェインの過剰摂取は控えるようにしましょう。
2. 運動療法：骨に負荷がかかる運動、ウォーキングは骨密度の維持・上昇に効果があります。また運動機能やバランス機能を高めて転倒を予防することも重要です。
3. 薬物療法：骨が壊されるのを抑える薬や骨が作られるのを促進する薬があります。また、骨に必要なカルシウムやビタミンD、ビタミンKなどを補充する薬も使用されます。

骨粗鬆症予防食事のポイント

①カルシウム

牛乳、チーズ、いわし、えんどう豆、ひじき



②ビタミンD

きくらげ、さんま、鮭、干し椎茸、いくら



③ビタミンK

納豆、ほうれん草、豆苗、わかめ、鶏肉



④イソフラボン

大豆飲料、豆腐、油揚げ、きな粉、味噌



骨粗しょう症の治療は長く継続することで効果が現れます。痛みが消えたから、骨折が治ったからといって自分の判断で中断しないことが大切です。

骨粗しょう症の検査について 健診オプションのご紹介

骨密度検査の目的

●主な目的は、骨粗しょう症と、それによって生じやすくなる腰骨や太ももの骨の骨折リスクを判断することです。骨密度は、骨の中にカルシウムやミネラルがどれほどあるかを示す数値です。成人（20～44歳）の平均値が基準となっており、これを100%として、骨密度検査では自分の骨密度が何%であるかを計測します。基準値の100%よりも数値が下回ると骨粗しょう症のリスクがあるということになります。

◎今回測定結果

腰椎 L.234を測定しました



あなたの骨密度は
1.224 g/cm²です
若い人と比較した値は
121 %です
同年代と比較した値は
135 %です
骨面積：44.070 cm² 骨塩量：53.955 g



この検査結果の場合、若い人と比較した値が、基準値の100%よりも高く、121%という数値なので、検査結果に異常はないということになります。この数値が80%未満になると、骨粗しょう症の危険性が高まり要注意となります。

骨密度検査について

骨密度検査とは骨密度を数値化することで骨量の減少を発見する検査です。

X線を用いて腰椎の骨密度を測定します。検査着で装置に横になり、数分じっとしていれば終わります。

※7日以内に胃透視検査を受けた方は腰椎での測定ができません。そのため代わりに大腿骨での測定を実施します。

受診費用	¥3,850(オプションとして追加できる検査項目です)
検査時間	5分～10分程
検査結果	1ヶ月程度で郵送いたします



骨粗しょう症は早期の段階で自覚症状がないため、**早期発見・早期診断・早期治療**をおすすめします。

●健診コースや、追加オプションにつきましてはお電話にてお気軽にお問い合わせ下さい。

ご予約・お問い合わせ

TEL 0120-79-1092 受診日 / 月曜日～土曜日（日・祝日は休診）

〒843-0024 佐賀県武雄市武雄町大字富岡 12628 番地

TEL/0954-23-6444（直通） FAX/0954-26-8193（直通）

新武雄病院 健診室



『ICUダイアリーとは』

集中治療室 (ICU) は、病院の中で最重症の患者様が入院する場所です。ICUで治療を終えた後に、不安やうつ症状などに悩む患者様がいます。そのため日記で記憶を補完することで「精神的苦痛を緩和すること」を目的としています。

PICS (集中治療後症候群) ASD (急性ストレス障害) PTSD (心的外傷後障害) ^{うつ}鬱症状



【使い方】 ○記憶を補うための記録 ○行われた治療や検査の記録
○不安や心配に感じること・想いを記載する ○リハビリテーションの進み具合の記録
○ICUスタッフとのコミュニケーションツール ※一部患者様を対象

ICU退出後に冊子にしてお渡しします。

記載するのは、看護師、医師、リハビリスタッフ、患者様本人、ご家族様など。日記に記載することで、入院中の様子や看護の見える化を図り、家族看護の重要なツールにもなっています。



「専門知識を深める臨床講義」

HCU病棟には、重症度の高い病気の方が入室し、特に、脳神経外科・外科・整形外科・泌尿器科・循環器科など、緊急手術をされた方が多く入院されます。

毎月HCU病棟では、症例を上げ主治医を交え臨床講義を行っています。そして、月ごとに日々の勉強会を通し、様々な病気に対応し適切な看護を提供できるよう日々学習を深めています。

この写真も脳神経外科の大中医師より講義を受けている風景です。同じ病気で入院されても、患者様一人ひとり症状が異なるため、画像や検査結果を見ながら異常を起こしている原因は何かを整理し、提供した看護の振り返りに繋げています。

入院された患者様が、一日でも早く退院が出来るよう看護の質や知識を高め、患者様やご家族に”新武雄病院に入院してよかった”と言ってもらえるよう、これからも病棟一丸となって看護を提供していきたいと思えます。



睡眠は脳と心の栄養です！

こんなサインはありませんか？

- ・寝るまでに時間がかかる
- ・夜中に何度も目が覚める
- ・早朝（3時・4時）に目が覚める
- ・夢ばかり見て疲れがとれない



不眠は
気をつけたい
ストレスサイン
です

質の良い睡眠をとるには

- ①朝起きたらカーテンを開けて光を浴びる
- ②食事から睡眠ホルモンを増やす
心のバランスを安定させる役割があるセロトニンを増やすには、トリプトファンを増やすことが必要とされています。トリプトファンは納豆・味噌・鶏肉・バナナなどに含まれています。
- ③寝る前1時間はスマートフォンを見ない
- ④嫌なことがあった日、疲れた日はできるだけ早く寝る



※適切な睡眠時間は人によって異なります。時間だけにこだわるのではなく、睡眠の質を高めるように意識しましょう。

★眠れない時にやってみたいリラックス法★

- ①口から息を全部吐き、4つ数えながら鼻から息を吸って4秒息を止める
- ②口から細く長く息を吐く（※①・②を繰り返す）



自分自身のストレスに気が付けるようになると、適切に休むことができます。

早めに自分のストレスに気付いて、適切に休むことが、こころと体の健康に大切です。

自分の感情や思いを誰かに伝えることでストレスを解消することもできます。

ひとりで我慢しないで、友達や家族に話してみましよう！



靴下を履く時は「足を上げる」・「腰を曲げる」など色々な動作を必要とします。

股関節や膝関節の痛みで足が上がりづらくなった方、腰の痛みなどで前屈みが難しくなった方、関節の可動域制限がある方などを対象として使用する道具が『ソックスエイド』です。

今回は、ソックスエイドの使用方法を紹介します！



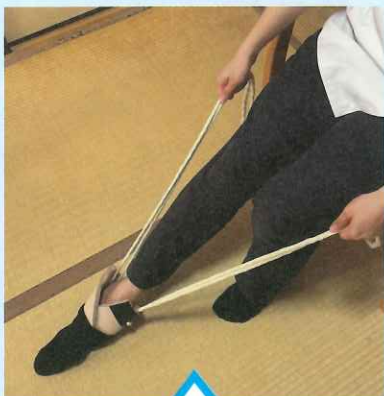
《ソックスエイドの使用方法》

- ①真ん中を中心に三つ折り
- ②靴下の中に差し込む



安全に行うために椅子などに座って使用しましょう！

- ③床に下ろし足を入れる
- ④紐を自分の方へ引っ張る
- ⑤完成！！



紐を使って床におろしましょう！

ソックスエイドは必要に応じて入院中の患者様にお渡ししています！

2024

RECRUIT STUDENTS

学生募集集中

開校以来

就職率 **100%**

達成!

仲間と一緒にすごす時間。輝く自分がここにいる。



理学療法学科

- 3年課程(全日制) ■ 定員40名(男女)
- 取得資格 ■ 理学療法士国家試験受験資格
- 専門士(医療専門課程)の称号



看護学科

- 3年課程(全日制) ■ 定員40名(男女)
- 取得資格 ■ 看護師国家試験受験資格
- 保健師・助産師養成所受験資格
- 専門士(医療専門課程)の称号



令和6年度 入学選抜日程

理学療法学科	総合型選抜	学校推薦型選抜 社会人選抜	一般選抜 前期A	一般選抜 前期B 特待生選抜①	一般選抜 前期C	一般選抜 後期A	一般選抜 後期B 特待生選抜②	一般選抜 後期C
看護学科			学校推薦型選抜 社会人選抜	一般選抜 前期B 特待生選抜①	一般選抜 前期C	一般選抜 後期A	一般選抜 後期B 特待生選抜②	一般選抜 後期C
願書受付期間 (最終必着日)	令和5年 8/30(水)~ 9/13(水)	令和5年 9/20(水)~ 10/4(水)	令和5年 10/5(木)~ 10/18(水)	令和5年 10/25(水)~ 11/8(水)	令和5年 11/15(水)~ 11/29(水)	令和5年 12/22(金)~ 令和6年1/10(水)	令和6年 1/17(水)~ 1/31(水)	令和6年 2/14(水)~ 2/28(水)
入学試験日	令和5年 9/16(土)	令和5年 10/7(土)	令和5年 10/21(土)	令和5年 11/11(土)	令和5年 12/2(土)	令和6年 1/13(土)	令和6年 2/3(土)	令和6年 3/2(土)



学校法人巨樹の会



武雄看護リハビリテーション学校

資料請求・入試関係の
お問い合わせは

〒843-0024 佐賀県武雄市武雄町大字富岡12623番地
TEL 0954-23-6700 | FAX 0954-23-6710
www.takeo-nurse-reha.jp



演題名『即日に摘出術を行い良好な経過を得た脳腫瘍の一例』



令和5年9月10日に開催された第45回合同学術研究発表会 医局部門において見事『金賞』に輝いた新武雄病院 花立医師にインタビュー

Q. 医局部門『金賞』受賞おめでとうございます。受賞の感想はいかがですか？

この度は、栄えある賞をいただき誠に光栄に思います。合同学術研究発表会を運営していただきました関係者の皆様、今回の発表にあたり何度もご指導して下さった脳神経外科の先生方に厚くお礼申し上げます。
今回の症例は発熱外来で診察した際、目の前に「グー」と「チョキ」を出しても「グー」しか認識できず驚きながら診察をしたことを覚えています。その方が、良好な経過で退院できたこと、治療が著効した一例として報告できたことを大変喜ばしく思います。

Q. 今回の研究テーマ（演題）について教えてください。

脳腫瘍の治療の多くは抗菌薬の投与や穿頭ドレナージ術などが選択されます。しかし、本症例では脳室近くまで多房性を伴った脳腫瘍が迫っており、即日開頭術で膿瘍除去を行いました。抗菌薬治療と外科処置の治療実績に差はほとんどありませんが、脳室内で炎症を起こした場合、助かっても激しい後遺症を残してしまうため、早期に開頭術を行った例も少ないですが、人工硬膜を用いた症例報告は一例もなく、今後の医療の参考になる一例だったと考えています。

Q. 今後新武雄病院で取り組みたいことや課題などがありましたら教えてください。

技術面、知識面ともにまだまだ足りない面が多く、患者様や職員の方々にご迷惑をおかけすることばかりです。今後ともご指導いただきながら一人でも多くの患者様に満足していただけるよう勉強していきたいと思っています。

● 理念・基本方針

PHILOSOPHY AND BASIC POLICY

● 理念 「手には技術、頭には知識、患者様には愛を」

● 基本方針

- 高度医療 | 学問的に、技術的に高い水準の医療を提供します。そのために必要な施設・設備の整備拡充に努めます。
- チーム医療 | 患者様の目線に立った安全で安心できるチーム医療を提供すべく、急性期医療から、早期リハビリ、退院支援まで、ニーズに沿った医療を提供します。
- 地域医療 | いつでも誰でも安心して利用できる、救急医療に重点を置いた地域の中核病院を目指し、地域の医療施設・福祉施設と密接な連帯を推進します。



■ 診療科目

内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科
外科・整形外科・リウマチ科・脳神経外科
泌尿器科（人工透析）・放射線科・麻酔科
リハビリテーション科・救急科・肛門外科
耳鼻咽喉科・形成外科

■ 診療時間

午前 9:00 ~ 12:00 (専門外来)
午後 2:00 ~ 5:00
※但し、急患の場合はいつでもただちに診察致します。

● 〒843-0024 佐賀県武雄市武雄町大字富岡12628番地 ● E-mail info@shintakeo-hp.or.jp
● TEL 0954-23-3111 ● FAX 0954-23-0208 ● ホームページ http://www.shintakeo-hp.or.jp