



ひげさき号

第154号

発行日：平成28年11月1日

発行者：福田脳神経外科病院

院内情報委員会

(☎0952-29-2223)

診察室から ～ 認知症（認知機能障害）について ～

院長：田口 明

現在日本には、約462万人の認知症患者がいるといわれ、10年後には1.5倍に増えると予想されています。原因別に分けると、「アルツハイマー型認知症」が約50%、「脳血管性認知症」が20%、「レビー小体型認知症」が20%、その他の認知症が10%を占めています。

「アルツハイマー型認知症」の特徴は、脳が少しずつ萎縮することで、記憶中枢である側頭葉の海馬^{かいば}周囲の萎縮が著明です。「レビー小体型認知症」は、認知機能障害に加え幻想がみられる、筋肉が硬くなって歩行など動作がスムーズにできなくなるなどの特徴があります。

「脳血管性認知症」は、脳梗塞^{こうそく}や脳出血を起こした後、徐々に脳機能が低下し、認知機能障害が出てきます。従来わが国では、このタイプの認知症が多いとされていましたが、最近は高血圧などの生活習慣病の管理が厳しく行われるようになり、減少傾向にあります。どんな病気でも予防と早期発見、治療が大切ですが、認知症も同じです。

毎日の食事、運動など規則正しくリズムのある生活習慣を送りながら、文章を書く・読む、人と話すなど積極的な対人交流を保つことが、脳の老化予防に効果があるようです。

その他薬物治療も行われており、早期に開始することで症状の進行を遅らせることができます。

日常生活の中で、気になることなどありましたらご相談ください。





おくすりについて

～お薬と食べ物の飲み合わせ～

薬剤師 U.S.

お薬の飲み合わせは、お薬とお薬だけでなく、お薬と食べ物や飲み物、健康食品などでも良し悪しがあることをご存じですか？知らずに食べたもので、お薬が効かなくなったり、逆に効きすぎたりしては困りますね。

今回は、お薬との飲み合わせの悪い食べ物・飲み物について紹介します。

グレープフルーツジュース

グレープフルーツジュースは、一部のお薬の効果を強めてしまい、副作用を引き起こすことがあります。

・グレープフルーツジュースと飲み合わせの悪いお薬

分類	代表的なお薬の名前
高血圧治療薬 (カルシウム拮抗薬)	ノルバスク®
高脂血症治療薬	リピトール®
催眠鎮静薬	ハルシオン®
抗てんかん薬	テグレトール®

グレープフルーツ
(果実)も同様です。
オレンジ、レモン、みかんは食べても問題ありません。



納豆・クロレラ・青汁

ワーファリンはビタミン K によって効果が弱まります。ビタミン K を沢山含んでいる食べ物には納豆、青汁があり、健康食品ではクロレラがあります。

・納豆、クロレラ、青汁と飲み合わせの悪いお薬

分類	代表的なお薬の名前
血液凝固阻止薬	ワーファリン®

ビタミン K を含むサプリメントにも注意しましょう。

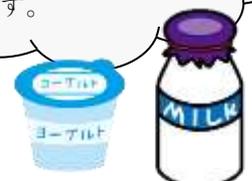
牛乳・ヨーグルト

抗生物質の中にはカルシウムと同時に飲むとお互いに結合して、腸から吸収されにくくなるものがあります。結果として効果が弱くなってしまい、感染症の治りが悪くなる場合があります。

・牛乳・ヨーグルトと飲み合わせの悪いお薬

分類	代表的なお薬の名前
抗生物質 (ニューキノロン系)	クラビット®
抗生物質 (テトラサイクリン系)	ミノマイシン®

服用後 2 時間程度あければ、影響は少ないです。





防火訓練行いました

防火管理者 上野 泰史

訓練の前には「うまくできなかつたらどうしよう」「機械の使い方で戸惑いそう」といった声を看護師から毎回聞かれます。しかし、訓練当事者の皆さんにはあえて「うまくやろうとしないで今の知識で臨んでください」、「訓練ではどんどん間違ってください」、「間違ったことを正しく認識することで本番の時に間違わなくなります」と伝えています。

訓練の際に重要視しているのが「消防機器に関して“未経験”なことを無くすこと」です。経験値の高い看護師だけで訓練を行えば、見栄えの良い訓練になりますが、いついかなる時に災害が発生するかわかりません。その時に慌てふためいて適切な行動ができないことが無いように、経験値の浅い職員に率先して訓練の配役を決めています。

訓練の際には日ごろ使いなれない機器を駆使して、消防署へ適切な情報伝達を行ったり、院内の情報把握を行ったりします。看護師の日頃の職務では多くの機器を使用して適切な手順で間違いなく業務をこなしています。指導を受けて一度使った機器であれば看護師の適応能力を鑑みれば 100 点満点ではなくとも及第点の対応が可能です。

毎回 (株)セコムの方から新しい視点での気づきを頂いて訓練をより良いものにしています。「なんとなく訓練をやったつもり」ではなく、全員が自己体験を行うことで、すべての職員が災害に遭遇した時に気が動転しながらもやるべきことをできると確信しています。



避難訓練時に院内にいらっしゃる患者様に置かれましては非常ベルや避難誘導の放送、職員の大声で大変ご迷惑をおかけしました。非常時に患者様の命を守るための訓練ですので何卒ご容赦のほどお願いいたします。



インフルエンザ予防接種



今年もインフルエンザの感染がちらほら聞こえ始めました。
本格的な流行が始まる前の予防接種をお勧めしています。

希望される方は 受付窓口、または外来看護師までお知らせください。

* 65歳以上の方の市町村の助成は12月31日までです。お早めに接種ください。

他の予防接種との接種順番など、お気軽に看護師にご相談ください。

忘れ物 お預かりしています



忘れ物に心当たりはありますか？

待合室の椅子やカウンターの上、トイレなどに置き忘れて
ある、ハンカチや小銭入れなどを見つけることがあります。
お名前の入ったものは、連絡をさせていただいておりますが、持ち主のわから
ないものは3か月の保管期限を設けてお預かりしています。

受付にお声がけください。

席を立つ前にいま一度、周囲の確認をお願いします。

年末年始のお知らせ

平成28年	12月29日(木)	在宅当番医(通常通り)
	30日(金)	通常通り
	31日(土)	休診
平成29年	1月1日(日)	休診
	2日(月)	休診
	3日(火)	休診
	4日(水)	通常通り



尚、**具合の悪い方・急患**はこの限りではありません。
いつでも遠慮なくお電話でお尋ねください。

福田脳神経外科病院 0952(29)2223