



抹茶ミルク号

第191号

発行日：令和元年12月1日

発行者：医療法人 博愛会 福田脳神経外科病院
院内情報委員会 (☎0952-29-2223)

診察室から ～てんかん（I）～

理事長 福田 雄高

思ったよりも罹患している人の割合が多いも、認知度が低い病気に“てんかん”があります。てんかんは脳の病気です。脳はわずかな電気の流れにより情報伝達を行っていますが、何らかのきっかけで、脳の神経細胞が異常に興奮し、過剰な電気を放つことがあります。脳の一部が異常に興奮して発症する焦点発作（部分発作）と、脳全体が一気に興奮する全般発作に分けられます。成人に多く発症するのは症状を伴う焦点発作で、全般発作は子どものうちに発症することが多いです。

てんかんというと、突然白目をむいて全身をけいれんさせる状態を思い浮かべるかもしれませんが、実はその症状は多彩です。

最近とくに増えているのは、65歳以上で発症する高齢者てんかんです。脳出血や脳梗塞等の病気の他、頭部外傷、脳腫瘍、アルツハイマー病などが原因で発症し、隠れ脳梗塞が原因となっていることもあります。典型的な症状は、動作が止まってぼんやりする、口をもぐもぐさせる、何度も同じ言葉をくりかえす、などです。認知症の症状と似ており、認知症と間違われることもあります。

実はてんかんは珍しい病気ではなく、
およそ100人に1人がかかる病気です。

日本全国に100万人以上の患者さんがいる
とされています。 (次号に続く)



ブラジル サントス市の浜辺。
波風ない穏やかな海を眺めて
いたいものです。

給食室より ～塩分1gでの調味料の量の比較～

管理栄養士 A, F

食塩



1g

濃口しょうゆ



6g

薄口しょうゆ



7g

ポン酢しょうゆ



14g

淡色辛みそ



8g

甘口みそ



16g

ウスターソース



12g

焼き肉のたれ

(甘口)

20g



マヨネーズ



50g

ケチャップ



30g

濃厚ソース



18g

めんつゆ
(3倍濃縮)

14g



塩分1gでの調味料の量を見てみましょう。同量で比較したときに、食塩含有量が少ない調味料ほど量が多くなります。例えば、食塩は1gのみですがケチャップは30gと多くなります。表を参考に、炒め物を作る際は塩コショウやしょうゆではなく、焼き肉のたれやソースを利用したり、豆腐にしょうゆではなくポン酢やめんつゆを利用してみてはいかがでしょうか。いままで使用していたしょうゆと同量を使用したとすると、調味料を変えるだけで減塩になります。ただし、マヨネーズは塩分量のみ見るとたくさん使えそうですが、脂質を多く含んでいるため、使い過ぎには注意しましょう。

11月16日(土)に、佐賀医師会主催の糖尿病教室がありました。献立を担当し、モデル食作り、展示物準備で参加しました。今回も、糖尿病合併症についての講演があり、歯科医師より、糖尿病予防には歯周病治療も重要だと言われ、定期的な歯のクリーニングも大切だと知りました。



ほっと一息コーナー ～我が家のペット～

スタッフ自慢のペットを紹介します。
皆さんも癒されて下さい(^^♪



介護福祉士 Y さんちの

ゆきまろ♂

可愛すぎです(笑)
毎日癒されてます✿
2匹共に靴下を履いてる
のが 決め手です☺
よろしく願いいたします🐾

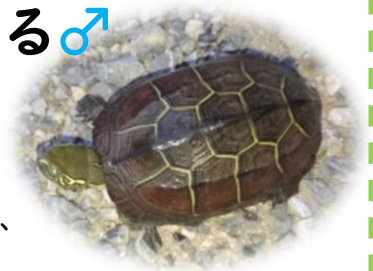


ホイップ♀

社会福祉士 M さんちの

ちよまる♂

今年8月、
伯母が川沿いを
散歩中に発見し、
釣り上げてくれ、
我が家の一員になりました。伯母の名に
ちなみ『ちよまる』と名付けられました。
オスで推定5歳のクサガメです。
人間だと12～13歳くらいらしいです。



看護師 K さんちの

ぱんた♂

子犬にときに保護されて、
保健所からの保護犬です。
凄く臆病な子犬でしたが、
今ではのびのびと暮らしています。
チャームポイントは丸っとした目とおねだり
上手なところです。名前の由来は単純にパンダ
柄だったので「パンタ」になりました。
柄的には牛かもしれませんが…



臨床検査技師 S さんちの

モコ♀

去年の3月に家族に
なりました。1歳です。
とても人なつっこく
かわいい我が家の三女です。



看護師 S さんちの

亀木さん♂

イワサキ♂



彼らは当院の廊下や出入り口側溝で発見された亀たちです。お箸の先に付けたご飯を直接食べる顔は最高です♡

看護師 A さんちの

パーシー♂

うちのパーシーです☺
七夕生まれです。
もう、12歳でいい
オヤジです笑
カメラ向けたらポーズを
とりました^^



◆◆ お知らせ ◆◆

◆インフルエンザ予防接種 お済ですか？

- ・ 予防接種は、**発症予防**もしくは**重症化予防**に有効とされています。個人の予防の為だけでなく**集団感染の予防**にもつながります。
- ・ **当院では**予約なしでも接種可能ですが、事前に電話をしていただくとスムーズにいきます。
- ・ 65歳以上の方の公費負担は令和元年12月末日までです。



詳しくは、受付窓口または看護師にお尋ねください。

◆入院患者さま面会に関して

- ・ 発熱のある方、咳のある方、3日以内に下痢、嘔吐のあった方、**乳幼児・子供さんの面会をお断りしています。**
- ・ 面会する際は面会証にご記入と面会シールをもらってください。
- ・ 面会は**少人数・短時間**でお願い致します
- ・ **マスク着用**をお願いします。
マスクのない方はナースステーションにて購入できます
(マスク1枚10円で販売)
- ・ **手指消毒**をお願いします。病室入り口に設置しています



◆◆ 年末年始の診療時間のお知らせ ◆◆

R元年 12/29 (日)	12/30 (月)	12/31 (火)	R2年 1/1 (水)	1/2 (木)	1/3 (金)	1/4 (土)
休診	通常通り	休診	当番医	休診	通常通り	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。

