

No.14 平成22年

春日井市民病院

組織部門業務分野で当院は平成21年度省エネ大賞の

を受賞しました。 資源エネルギー庁長官賞」

省エネ大賞って・・

?



に、「人材部門」 「組織部門」 構築に寄与することを目的 展と省エネルギー型社会の

機器・システム部門」の3

省エネルギーセンター会長賞

資源エネルギー庁長官賞、 部門毎に、経済産業大臣賞、

で表彰があります。

なりました。

の普及促進を図るととも

省エネルギー産業の発

省エネルギー機器・システム

省エネルギー意識の浸透と

を削減しました。 達成し、約3千万円の光熱費 換算で526kk)の省エネを

も多く、業務 されての受賞と となどが評価 約されているこ 省エネ対策が集 の普及の他、 分野における 用できる手法 務用ビルでも活 省エネが進まない他の病院

主 一な活 動 内 容

1年をかけて全部署をパトロー 省エネパトロールを毎月実施し

省エネ知識と意欲向上のため、 施 エネルギー責任者の勉強会を実

げて、さまざまな省エネ対策

にチャレンジしてきました。

ネルギー対策委員会を立ち上

種エネルギー管理指定工場に指

当院は、

平成18年7月に第

|病院の省エネ活動

(7)

挑 戦

!!

定されたことをきっかけに省エ

リハビリ棟廊下や中央ホールの一 ボイラー及び蒸気・給湯 変更 部消灯など照明スケジュールの 配管

見直しなど運用手法の改善を

的な運用、ポンプ圧力の設定の

蒙活動の他、熱源機器の効率

省エネパトロールや省エネ啓

中心とした40以上の対策によ

3年間で13%程度(原油

エネ平ベルトに変更するなど機 空調機の駆動をVベルトから省 などの徹底した断熱化

など

器運転を効率化

受賞を機に今後も一層の 皆様のご理解・ご協力 病院をご利用いただく 省エネ活動に取り組んで まいります。 をお願いいたします。

こと全身の健康との関係について

春日井市民病院 丹 下 歯科口腔外科 和 久

られており、医師や看護師の多 薄い領域でした。 い病院の中ではほとんど関心の 医院で診断、治療すると考え や歯のことは、歯科医師が歯科 注目されてきています。元来口 総合病院の中でも口の健康が 最近、歯科医院だけでなく

なったのでしょうか? ではなぜ注目されるように

に証明され、なおかつ口の状態 ることがあり、医療費の節約に が健康だと他の病気も早く治 関係するということが医学的 が、全身の健康状態に密接に として、要は口や歯の健康状態 詳しい説明はべつの機会にする あります。EBMやDPCの やDPC(診断群分類・包括評 EBM(根拠に基づいた医療 価)という最近の医療の流れが その理由のひとつとして、



いるのが誤嚥性肺炎です。 に生命に関わっているとされて うな病気が考えられています 起こる病気としては、以下のよ つながることが解ってきたのです (表)。この中でもっとも直接的 具体的には口や歯が原因で

障害などで正常な嚥下ができ いいます。しかし加齢や脳神経 連の飲み込みの流れを嚥下と そして胃に到達します。この み物は、のどの奥で食道に入り 元来口から入った食べ物や飲

> となる細菌は主として口腔内 嚥性肺炎です。この肺炎の原因 それが原因で起こる肺炎が誤 が気管から肺に入ってしまい、 にくくなると、食べ物や飲み物 なくすればいいわけです。 防するには、口の中の細菌を少 す。したがって誤嚥性肺炎を予 に存在する細菌といわれていま

減らすことができるか? どうすれば口の中の細 菌を

ません。歯垢はそのほとんどが 去することができます。 きをすればかなりの細菌を除 細菌の塊ですから、正しい歯磨 歯垢は、うがい薬などではとれ です。食事の後に歯に付着する 最も効果的なことは歯磨き

ます。 ッサージをすることにより唾液 ます。そのためには唾液腺のマ の分泌を促進することができ 種の細菌が増殖しやすくなり が減ってきます。唾液が減ると 口腔内の清潔度が低下して、各 年齢とともに唾液の分泌量

ぐのに重要です。 肉を強くすることも誤嚥を防 鍛えて、嚥下の時に使われる筋 また舌や口の周りの筋 肉を

> ます。 増やしたり、口の筋肉を鍛えた りすることを、口腔ケアといい 口の中を清潔にしたり、唾液を 以上のように歯磨きをして

嚥下障害の認定看護師も配置 くなっています。 され、その重要性はますます高 重要視されていませんでした。 んに対する口腔ケアはあまり しかし現在では病棟に摂食 以前の病院では入院患者さ

癬

症

炎 肺 瘍 病

瘡

潰 尿 苔 性天疱

平 知

認

(表) 口や歯が原因と考えられる病気

嚥 性 菌性心内膜炎 細

糖

認定看護師の紹介

摂食·嚥下障害看護認定看護師 松永 美保



み込むことといった、口に 関係することを専門に 看護認定看護師 している摂食・嚥下障害 私は、食べることや飲 (日本

3 月 25 日

医療・

く食べる喜びを感じていただきたいです。 でも多くの方に障害があっても安全に、おいし 域に向けても専門的な知識・技術を広め、一人 おられます。今後は病院の中だけでなく、地 ことや飲み込むことに問題を抱えた方が多く を感じます。日本は超高齢社会に入り、食べる さる時、認定看護師としての活動にやりがい なり、「おいしい!」といって笑顔を見せてくだ なかった方が関わりを通して食べられるように 行っています。主に脳神経外科病棟を拠点に 事の介助方法を考え、一人ひとりの飲み込む能 す。具体的には安全に食べるための訓練や食 が気管に入ってしまうことや窒息を予防しま がある方に対して、口腔内を清潔に保ち、食物 活動をしていますが、障害がある方がいらっ しゃる病棟へどこへでも訪問します。食べられ 力に合った食物の形態へのアドバイスなどを 主に脳の障害などによって食べることに障害





亜学長や当院長渡邊有三 覚書を交わしました。 おいて、

調印式には中部大学山

下 興

ます。

する研修会への大学教員や共同研究、当院が開催ことや、実習機会の提供 に署名を交わしました。 相互協力を積極的に行う む医療一 救急医療、管理栄養を含 健看護、臨床検査、理学 など11名が出席しました。 の派遣などを定めた覚書 に関して必要な情報交換、 療法、作業療法、臨床工学、 当院では既に中部大学 当院と中部大学は、保 般の知識と技術

包括的な協力関係を強化する 包括的な相互協力に関する覚書 (木) 中部大学に 保健の分野で り連携を密にし、学生に勉強 域医療の向上につなげていき の場を提供することにより地 を行っていますが、今後は 調印式を行いました。

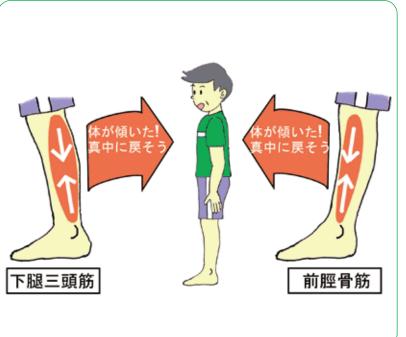
ょ



転倒予防

足首の筋肉)倒れないように先回りして動く

すさに繋がっていくのです。 ため、足首周りの筋肉の硬さ・筋力の低下は転びや ゆらぎを微調整します(足関節ストラテジー)。その ています。この時体は両側の足首を主に使い重心の 人は立っている時、絶えず無意識にバランスを取っ



転倒予防トレーニング その2

~足首の筋力をつけるトレーニング~

つま先挙げ:すねの筋肉(前脛骨筋)を強くする運動

 $\overline{1}$ いすに座り両足を少しだ

かかとを床に着けてつま 先だけを上に向ける

2

つま先をゆっくりと床に 降ろす

3

け前に出す

3 2

かかとをゆっくりと床に降ろす つま先を付けたままかかとを浮かす

《運動の注意点》

- ●運動中は息を止めない
- ●無理はせずマイペースで
- ●痛みのある体操は回数を減らして みるか、中止しましょう。
- 現在通院中の方は医師に相談・確 認のうえ行って下さい。



発行:春日井市民病院 病院新聞編集委員会

かかと挙げ:ふくらはぎ(下腿三頭筋)の筋力を強くする運動

いすに座る

春日井市鷹来町1丁目1番地1 ៤(0568)57-0057(代表) ホームページ http://www.hospital.kasugai.aichi.jp

お問い合わせ先 リハビリテーション技術室(当院1階)