



患者サポートセンターのご紹介



患者サポートセンター スタッフ一同

当院の患者サポートセンターは、患者さんやご家族、地域の皆様からの各種相談をお受けするとともに、地域の医療機関や在宅系サービス業者、福祉施設等と当院を繋ぐ窓口として、「入退院支援看護師」「医療ソーシャルワーカー」「事務職」等多職種が協働し活動しております。地域の皆様が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、医療・介護のトータルサポートを実践します！何かお困りごとがございましたら、お気軽にご連絡ください。 直通☎：048-854-1320 直通FAX：048-854-1328



医師のご案内

4月から火曜日の診療（リハビリ会議）は浅井医師から兎川医師の診療となります。
水曜日の行っていた関山医師の診療（リハビリ会議）は4月から金曜日の午後になります。



浅井医師

一年間大変お世話になりました。
訪問リハビリ会議は、仕組みや訪問リハの取り組みを始め、病棟や外来では見えない患者さんの姿を知ることができた貴重な経験でした。色々教えていただき本当にありがとうございました。



兎川医師

健康寿命を延ばそう！！

介護予防シリーズ 第1回 フレイルについて学ぼう

「フレイル」とは、虚弱を意味する英語「frailty」に基づく言葉で加齢にともない気力や体力など心身の活力が低下した状態で、健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の中間を意味します。フレイルの兆候に早期に気づき、生活全般を見直すことで改善する可能性があります。フレイルを予防することで、介護が必要となる時期を先送りし長く健康を維持できると注目されています。

次号につづく



いつまでも
心とカラダを
いきいきと
保つには

栄養
運動
社会参加が
大切です。



さいたま市
フレイル予防に関
する情報はこちら

担当する訪問リハビリの利用者さんが陶器市に行くことができました。

ご本人とご家族が大宮第二公園で開催される陶器市に行くことを目標に、ケアマネジャーや訪問看護、訪問介護、訪問リハビリ等のチームで協力して、2年振りの外出を達成しました。

日頃ベッド上で過ごすことが多いのですが、生きがいのために心と身体が動き、チームで協力して行きたい場所にたどり着いた瞬間はとても素敵でした。来年もまた陶器市に行けるよう、今後も引き続き、心身ともに健康に日々の生活を送っていただければと思います。



人生の先輩に聞くレシピ

recipe

簡単おいしい! こんぶの一夜漬け

- 大根やカブの葉 200g 程度
- 塩こんぶ 2つかみ (お好みの塩加減で)
- 水 100cc 程度

- ①つけたい野菜を切って器に入れる。
- ②塩こんぶをお好みでつまみ、水を入れる。
- ③重石やペットボトルを野菜の上に置いて一晩寝かせて完成。

【担当より】

日頃料理をしないので、簡単なレシピを教えてくださいました。食べてみると、こんぶの味が染み渡っていてとても美味しかったです。また、歩けなかった担当の方が歩けるようになって、料理を再開できたことが何より嬉しかったです。これからも趣味の料理を続けて元気で生活していただければと思います。



(前号：再スタート リハビリ体験①の続き) それから4年後、私は誤嚥性肺炎のために県内の病院に入院した。この難病の死因のトップは誤嚥によるもので、私も医師から注意するよう指導されていた。それまでの4年間に、症状は次第に悪化していった。当初は、リハビリといってもランニングを続けることが中心であったが、やがて平衡感覚に少しずつ狂いが生じて、走るどころか歩くことにも支障が出始めた。独力でのリハビリを諦め地元の病院の訪問リハビリ・サービスに、療法士の派遣を週1回お願いし、自宅で手ほどきを受けていた。その後、主治医の勧めによりリハビリを本格的に学ぶため、リハビリ特化型医療施設に1か月ほど入院した。

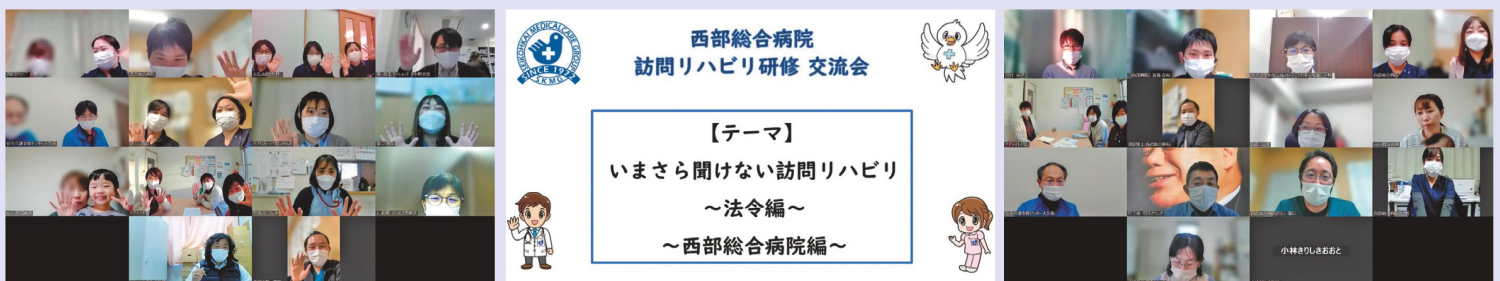
ランニングで鍛えていたときにはさすがに及ばないものの、まだその名残りらしきものは太ももやふくらはぎの筋肉に、幾分か痕跡を認めることができた。

ところが、この入院では、1か月も経たないうちに全身の筋肉が消え去り、手足は文字どおり骨と皮ばかり。肺炎の治療に続いて再発防止の食道・気管支分離手術もしたから、点滴だけで過ごさなければならなかったうえに、高熱と麻酔の作用で意識が朦朧とすることが多く、寝たきりの状態が続いたためである。手足は思うように動かず寝返りができない。首も固まって頭を巡らせることができない。その結果、視野は狭く病室の天井が大半で、せっかく窓側のベッドが与えられたというのに、見えるのは窓の最上部から覗く空だけだった。目が覚めているときは天井ばかり見つめてあれこれ考える、するといつしかまどろむ——その繰り返しだった。そんな状態だから夢と現実の区別が時として判然とせず混乱した。



次号へ続く

訪問リハビリ研修会報告



2023年3月14日と4月3日に西部総合病院訪問リハビリ研修 交流会をオンラインで開催しました。いまさら聞けない訪問リハビリをテーマに第1回目の3月14日は法令について、第2回目の4月3日に西部総合病院の訪問リハビリについてをお伝えしました。

今後もこのような研修会を定期的に行っていければと思います。西部総合病院の訪問リハビリが地域社会資源の一つとして、地域に根差していければと思います。

今年も訪問リハビリで
利用者さんと一緒に
春を感じてみました。

