



木蓮(モクレン)と共和病院

高齢者の栄養について～サルコペニアとたんぱく質摂取～

共和病院 副院長 谷口 正哲

初めまして。谷口正哲(たにぐちまさあき)と申します。2014年1月、共和病院に副院長として着任いたしました。内科医療を担当しております。これまでは外科医(消化器外科医)として医療に携わってきましたが、並行して臨床栄養にも関わってきました。今後は、栄養管理を軸に患者様のサポートができればと考えております。

高齢者こそたんぱく質が必要というお話をします。「サルコペニア」という言葉をご存知でしょうか。加齢に伴って発生する筋肉の特殊な委縮(量の減少と力の低下)を意味しますが、高齢者に高い頻度で見られることが明らかになってきました。症状としては筋肉の委縮(やせおとろえ)と筋力の低下による生活能力の低下が特徴で、様々な疾患の発生率を高めます。原因について研究がすすめられていますが、一つにはたんぱく質摂取の不足が挙げられます。人間が必要とする栄養素には炭水化物(糖質)・脂質・たんぱく質・電解質(ミネラル)・ビタミンがありますが、特に炭水化物・脂質・たんぱく質は三大栄養素と呼ばれ絶えず摂取することが必要

です。炭水化物・脂質は活動するエネルギー源になり、たんぱく質は筋肉や内臓を作る原料となります。高齢になると食事の摂取量が減ってきます。これは、体の代謝(細胞を作り変えたりエネルギーを作り出す化学反応)が低下することによります。しかし、この代謝低下は炭水化物・脂質にのみみられ、たんぱく質の代謝は低下しないことがわかってきました。必要な量、で表現すると炭水化物・脂質は少なくてもいいが、たんぱく質は減らせないことになります。つまり、高齢者が通常の構成の食事を摂っていた場合、摂食量の減少はたんぱく質不足を招くこととなります。さらに高齢者では嗜好の変化により脂っこいものを避けるようになるため、さらにたんぱく質不足が加速します。材料が入ってこないため筋肉の合成が低下し、「サルコペニア」が発生してきます。高齢者こそ意識的にたんぱく質を充分量(50グラム以上)摂っていただくことが必要です。サルコペニアを防止し、健康の維持・病気の予防のために肉・魚・大豆を充分量召し上がって頂きたいと思っております。



日本医療機能評価機構
認定シンボルマーク

TOPICS・EVENT



「表皮剥離予防の効果的な対応は何か考察することができ、わかりやすかった」「生活範囲拡大についてQOLの向上とはこういうことだと思った」「CVPPPに対するトレーナーの意識が、暴力から患者様や職員が大切にしているものを守るという強い思いを感じた」「肥満患者への看護支援について食の欲求というのは強い物で、ささやかな楽しみを制限しなければならないジレンマは難しい課題だと思った」「認知行動療法をコメディカルと連携して取り組み、実践していることは大変な努力だと感じた」「訪問看護について多職種・連携の大切さがよく感じられた」等、多くの感想をいただくことができました。また、当院が理念としている「『楽しい職場』をスタッフの皆さんが実践されていると感じた」と大変うれしい感想もありました。

今回の研究発表会を通し、多職種や地域との連携、チーム医療の重要性を改めて考えることができました。今後も、このような活動を通して、院内各部署の連携はもとより、他病院、医院、施設の方々との連携をさらに深めさせていただきたいと思いました。

研究発表会 実行委員長 久野 早苗

第5回 共和病院 研究発表会

平成26年3月1日(土)当院多目的ホールにおいて、第5回共和病院研究発表会を開催しました。院内外含め146名の方々に参加していただきました。実行委員のメンバーをはじめ、多くの職員のご協力のもと研究発表会を無事に終えることができ、みな

さまに感謝するとともにホットと胸を撫でおろしています。

今回は看護課、リハビリテーション課、デイケア課、CVPPP(包括的暴力防止プログラム)から6題の発表があり、どれも日々の患者様との関わりとして実践されてきた内容でした。座長の保原医師、岩崎医師を含め、場内からも多職種の方々から質問があり、各発表についてより深く知ることができました。ご来場者のアンケートでも

研究発表プログラム



認知症治療病棟における表皮剥離予防ケア
看護と介護の協働から生まれたケアについての考察
濱田 久美子 (看護師)
後藤 穂湖 (看護師)



残存機能に合わせた環境調整
生活範囲の拡大に向けて
香取 理恵 (理学療法士)
村上 千春 (作業療法士)



CVPPP 1日研修の効果と課題
大畑 博政 (准看護師)
佐藤 隆 (薬剤師)
丹羽 俊樹 (看護師)



統合失調症患者の肥満へのアプローチにおける困難感
病棟看護師へのインタビューを通じて
谷 亜紀 (看護師)
若杉 静香 (クラーク)
加藤 利恵子 (看護師)



共和病院デイケアセンターフリージアにおける認知行動療法の取り組み
小島 誠生 (精神保健福祉士)



精神科訪問看護における取り組み事例
多職種連携で支えた地域生活
三鬼 ルミ子 (看護師)
共同発表者 小野 貴公重 (看護師)

NST共和 (Nutrition Support Team)

NST共和は栄養管理を通して患者様のより良い入院生活に貢献しています。

平成26年1月からは、副院長の谷口正哲医師(日本静脈経腸栄養学会・東海支部支部長)を迎えて、一層の充実を目指して飛躍するチームです。各病棟のスタッフに加え、コア・スタッフとして医師・管理栄養士・言語聴覚士・看護師・薬剤師・臨床検査技師が参加しています。

入院中の患者様にとって、食事は楽しみの1つでもあり、適切なカロリーや食種の提供、咀嚼・嚥下機能に合わせた食種の選択もNSTの大切な役割です。

精神科病棟では肥満の問題を取り上げ、おやつ工夫など個々の患者様に合わせた対応も行なっています。

経管栄養の患者様の栄養管理は、提供カロリーに全て依存しており、体重の変化を指標にきめ細かな対応をしています。

残存機能を引き出す訓練は言語聴覚士・看護師が協力して行なっています。

今後も栄養サポートを通して患者様の健康管理に貢献してゆきます。

内科医師 保原 怜子



デイサービスセンターゆずの里

昨年1月に小規模型デイサービスセンター(1日10人定員)として開所し、1年がたちました。

多くの方たちに支えていただき、現在1日平均7名のご利用者様(要支援1～要介護5)に來所していただいています。そして、お帰りの時に「ああ～楽しかった、また来るね」と言っていただけるように、日々お一人おひとりに満足していただけるサービスを提供させていただくことを基本とし「心地よいおもてなし」をスタッフ全員で目指しています。

來所していただく方達は患者様ではなくサービスをご利用していただくお客様であることを、いつもスタッフと共有し、活動のアイデアを出し合っています。ゆずの里の名の由来のように、ご利用者様の日々の生活の脇役として、なくてはならない存在になれるような関係作りをしていけたらと思っています。

ご利用者様からの「ここに来られることがありがたいよ!」「ここのお風呂は世界一や」などの言葉をいただくことが私たちの明日への力になっています。どうぞこれからも宜しくお願いいたします。

管理者 星屋 なつみ



ゆずの里で開所当初から続けている「棒体操」を紹介します。朝に行なうラジオ体操とは違い、新聞紙を丸めた棒を使用し

バランス感覚や体幹を鍛えることで、転倒防止や認知症予防になると言われています。皆さんは当初、「難しくできない」とおっしゃっていましたが、手のひらでの棒立てバランスや棒投げキャッチを見事にクリアされ、いつもセンター内は笑い声いっぱいです。皆さん是非見学にいらしてください。

編集後記



長かった冬がようやく明け、ずいぶん暖かくなってきました。これを書いている今は梅が盛りですが、「春号」発刊の頃にはきっと、桜が舞っているんだろうな、と想像しています。

春は、卒業や退職、入学や入職と、別れと出会いの季節

節ですね。私自身も個人的な事情のため、この春先より約1年お休みをいただくこととなりました。長くお世話になっているこの病院、ご一緒してきた方々と離れるのは残念ですが、再会を楽しみに過ごしたいと思います。

広報誌委員 豊田 佳子

内科外来が すべての曜日で二診体制になります

当院は平成26年1月から内科医師2名を迎え、4月1日からは、毎日二診体制で内科外来を行なっています。

新しく入職した医師は、谷口医師と山本医師、それぞれ、消化器内科、呼吸器内科を専門としています。

二人とも温厚でとても愉快です。とても話やすく、気さくな人柄ですので、皆様もお気軽に声をおかけください。

外来では、一般・企業健診、人間ドック、がん検診など、様々なご希望に合わせた検診も行なっています。詳しくは総合案内、外来・検査スタッフにおたずねください。

優しい医療・楽しい職場を理念に、私たち外来スタッフも、元気にサポートしていきますので、よろしくお願いいたします。

外来看護師 三鬼 ルミ子



谷口 正哲 医師



山本 直彦 医師

内科外来担当医(4月1日より)

※名前の下の()が専門分野です。

	月	火	水	木	金
一診	齋藤 貞世 (神経内科)	谷口 正哲 (消化器内科)	足立 学 (循環器内科)	齋藤 貞世 (神経内科)	加藤 仁 (消化器内科)
二診	山本 直彦 (呼吸器内科)	植田 晃広 (神経内科)	保原 怜子 (消化器内科)	山本 直彦 (呼吸器内科)	谷口 正哲 (消化器内科)

“精神科治療学賞”受賞

診療部臨床心理科の豊田佳子さん・飯田愛さんが当院での実践をまとめた論文「二次障害をもつ自閉症スペクトラムの青年を対象とした集団精神療法 一共有感の生成を基盤とした援助の意義」が、専門誌「精神科治療学」の第10回優秀賞を受賞しました。



お知らせ

● 7月31日(木)
盆踊り大会を開催します。
場所／当院駐車場

● 8月14日(木)～8月17日(日)
お盆につき外来診療を
休診させていただきます。



共和会理念

『優しい医療・楽しい職場』

私たちが目指す『優しい医療』とは

- 患者様に安心と満足を提供する医療
- 良質且つ効率的な医療の提供
- 患者様へのサービスの充実

私たちが目指す『楽しい職場』とは

- 毎日の出勤が楽しくなる職場
- 職員のレベルアップと仕事の充実が感じられる職場
- 職員の満足が患者様へ反映される職場

基本方針

～当院をご利用の皆様へ～

わたしたちは、利用者の皆様が安全かつ納得のいく医療を受けていただくことを目指し、それぞれの尊厳を大切に、思いやりのある医療を提供します。さらに、地域関係機関との密接な関係を保ち、地域の医療水準の向上に努めます。

1. あなたは、個人的な背景の違いや病気の性質などにかかわらず、必要な医療を受けることができます。
2. あなたは、医療の内容、その危険性および回復の可能性についてあなたが理解できる言葉で説明を受け、それを十分納得して同意したのちに、医療を受けることができます。ただし、必要に応じて主治医の判断によってご家族、代理の方にお話をする場合もあります。
3. あなたは、今受けている治療、処置、検査、看護・介護、食事その他についてご自分の希望を申し出ることができます。また、他の医療機関に転院したい場合は、必要な情報を提供致します。
4. あなたの医療上の個人情報保護は保護されます。
5. あなたの社会でよりよい生活が提供されるよう、地域関係機関との連携を図ります。



特定医療法人 共和会

共和病院

愛知県大府市梶田町2-123

TEL.0562-46-2222(代)

URL <http://www.kyowa.or.jp/>