

うるおい

第12号
2021年1月

阿賀の庄利用者さまの作品



新年のご挨拶

新年を迎え、皆様方はいかがお過ごしでしょうか。昨年は新型コロナウイルス感染症で明け暮れた1年でした。マスク着用、3密回避、手の消毒、体温測定など、新しい生活様式が、今や基本的な生活習慣として定着しました。

多人数での飲食は感染のリスク要因であり、忘年会や新年会を自粛し、特別な年末年始を過ごされた方も多いのと思います。

現時点ではワクチン開発が急ピッチに進められていますが、供給には時間がかかりそうです。感染は拡大を続け、未だ収束の見通しは立たず、今年も引き続いてウィズコロナの時代を歩んでいかなければなりません。

このような状況下にあって、当院では感染を院内に持ち込まないため、来院される皆様にはマスク着用、手の消毒、検温をお願いし、面会制限、外出・外泊の制限を継続しています。職員も医療従事者としての自覚の下に健康の自己管理に努め、感染予防に努力しています。

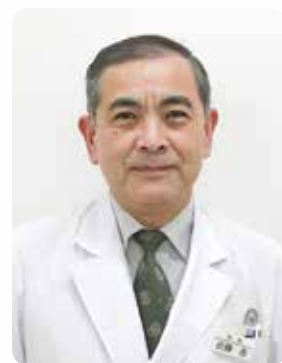
当院は神経難病を中心とする脳神経疾患の専門病院として独自の役割を担っています。今後も感染拡大の長期化が予想

される現状に於いて、いかなる環境下にあっても診療機能を維持し、皆様の健康と生活を守っていかなければなりません。

ご不便をおかけすることが多いとは思いますが、これまで同様のご支援、ご協力をお願い申し上げます。

もはやコロナ前の時代には戻れず、社会の変革が否応なしに求められています。世界の歴史の中でも大きな事件として語り継がれるはずの時代を、我々は生きています。

今年がどうなるか予想はできませんが、コロナ禍を乗り越え、少しでも良い年となりますことを祈念し、新年を祝いたと思います。



脳神経センター阿賀野病院

院長 近藤 浩

2021年1月



診療部長 豊島 靖子

レビー小体型認知症

概要

「レビー小体」という言葉はあまり耳にすることは無いと思います。これは、パーキンソン病の患者さんの脳組織に出現する有名な構造物で、パーキンソン病では特定の部位にのみ観察されます。レビー小体型認知症ではこのレビー小体が大脳の広い部分の神経細胞にたまって(図)、認知症などのさまざまな症状を示します。この疾患は1970年代に日本の医師が報告し、その後疾患概念が確立された比較的新しい病気であり、認知症の原因となる神経変性疾患としては、アルツハイマー病に次いで多いものです。最近テレビなどで取り上げられることが多くなり認知度が上がってきました。

症状

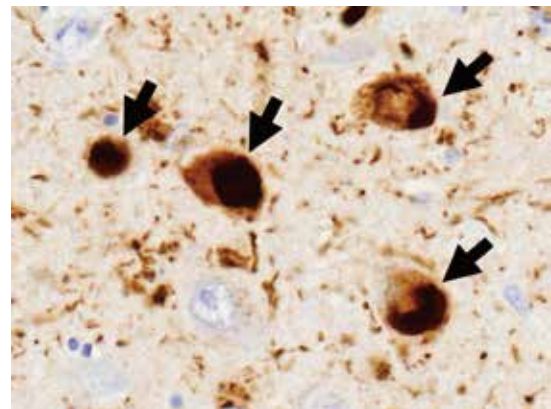
この病気の症状は認知症が中心ですが、アルツハイマー病のようにものは忘れ症状が目立たないことがあります。中核的な症状として以下の4つがあげられます。

- ① 認知機能の変動(日によって症状がよくなったり悪くなったりします): 初期は記憶力よりも注意力や覚醒度が低下しやすいとされています。もの忘れや記憶が曖昧になるなどの症状も注意力の低下が原因と考えられています。病気の進行とともにこれらの症状が強くなり、注意力の低い時間帯が長くなります。
- ② 幻視(ありありとした具体的な幻視を繰り返します): レビー小体型認知症の幻覚は複雑で詳細であったり、恐ろしいものであったりします。さらに、複雑で奇妙な妄想を抱くこともあります。主に夜間に症状が現れることが一般的で、病気の進行とともに症状が顕著になります。
- ③ パーキンソン症状(動作がゆっくりになります): 動きが鈍くなる、手足がこわばったり震えたりする、転びやすくなるなどの症状が現れます。物が飲み込みにくくなり誤嚥のリスクが高まるため、食事の際は注意が必要です。病気が進行すると歩行が困難になることもあります。
- ④ 睡眠時の行動の異常(悪夢をみて暴れます):

睡眠中に大きな声で叫ぶ、暴れるなどの異常な行動がみられます。これは睡眠が浅い“レム睡眠”のときに起こるため、レム睡眠行動障害と呼ばれています。さらに、自律神経症状(寝汗、便秘、頻尿、立ちくらみなど)、嗅覚障害(匂いがわからない)、うつなどの精神症状もみられます。こうした特徴的な症状に加えて、脳のMRIや心臓の自律神経の減少を検出する画像、睡眠時の脳波などの検査で特徴的な異常がみられ、これらの検査も併用して高い信頼度で診断ができます。

治療・予防

現時点では残念ながらレビー小体そのものを治す根本的な治療法はありません。認知症症状、パーキンソン症状、睡眠障害など、それぞれの症状を軽減させる治療法を適切に組み合わせて治療します。認知症の症状に対する薬としては、アルツハイマー病でも使われるドネペジルという薬を使用します。パーキンソン症状に対してはL-DOPAなどパーキンソン病で使用される薬を使用しますが、薬によって幻覚や妄想が悪化しやすいので、患者さんの状態に合わせながら低用量での処方が行われます。内服薬に加えてリハビリテーションなどで体を動かし転倒を予防することが大切です。



(図) 大脳の神経細胞に蓄積しているレビー小体
患者さんの大脳の組織を、レビー小体に含まれる異常な蛋白を検出する方法で染色すると、神経細胞の中にレビー小体が見られます(矢印)。周囲の点状のものもレビー小体と同じ構造物で、非常にたくさん観察されます。

部門紹介 総務課

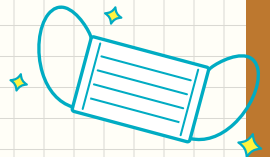
総務課の仕事は一言で言うと『組織を運営していく上で必要な業務』です。よく言われる『縁の下の力持ち』的な業務と言えればわかりやすいと思います。

業務内容は、診療スタッフと違い患者さんと直接関わる事は少ないですが、病院と老健、時には県庁前神経内科クリニックと、法人の事業所全体の職員の入退職・人事労務等の手続きや給与計算・取引先への支払いなどの事務処理、及び建物・設備のメンテナンスや保全、送迎バスの運行、感染対策の一環としての建物内の手すりなどの消毒、売店業務、職員食堂や医局の清掃等多岐に渡ります。

どれも『きちんと為されていて当然』の仕事ですが、それだけに滞ると職員の皆さんの福利厚生や組織自体の運営にも影響を及ぼしかねません。そういった意味では診療スタッフ同様、緊張感を持って仕事に臨んでいます。



感染症対策の紹介

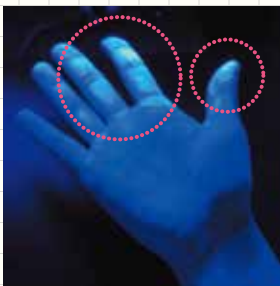


新型コロナウイルスにインフルエンザウイルスなど、今年の冬はより一層感染症対策が重要になります。今回は、当法人で行っている対策を一部紹介します。

✖✖ 手指衛生が感染症予防の基本

正しい手洗いが出来ているかを確認するため、そして感染予防を意識し続けるために「手洗いチェック実技研修」を行いました。専用のクリームを汚れに見立てて手に擦りこみ、普段通りに手を洗います。そしてブラックライトに手をかざすと・・・写真①白くなっている部分が「汚れ」です。しっかり洗ったつもりでも、指先にはこんなに残っています！その後、マニュアルに沿った正しい手洗いで、きれいになりました！

【写真①】



正しい
手の
洗い方

手洗いの前に

- 爪は短く切っておきましょう
- 時計や指輪を外しておきましょう



厚生労働省HPより

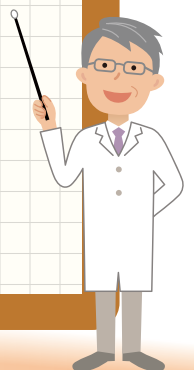
感染症対策において、一人ひとりの心掛け、意識が何よりも大切です。研修を通じて、手指衛生の重要性を再確認しました。他にも、職員の健康管理やこまめな換気の実施、手すりの消毒などの取り組みも行っていきます。

✖✖ 感染症対策を行ったうえでの 面会実施

当院併設の介護老人保健施設阿賀の庄では、飛沫防止用ロールスクリーンを設置した部屋で利用者さまとご家族さまが面会できる機会を提供しています。もちろん換気やアルコール消毒もしっかり行っています。予約制で10分程度ですが、実際に面会されたご家族は「久しぶりに会えて良かった。元気そうで安心しました」と喜んでおられました。今後はリモートでの面会も計画しています。



これからも患者さま・ご利用者さまに安心して療養して頂けるよう、職員一同感染予防に努めていきます。また、面会制限に関しましては、ご不便をおかけしますが、今後ともご理解とご協力をお願い致します。



寒さに負けない! 免疫カアップレシピ



味噌と生姜が隠し味 鶏と根菜のグラタン

材料(4人分)

鶏もも肉	200g	バター	20g
ブロッコリー	150g	小麦粉	大さじ2
レンコン	100g	牛乳	400ml
人参	60g	味噌	12g
ゴボウ	60g	生姜	4g
		塩・こしょう	少々
		とろけるチーズ	100g

1人分の 栄養価	エネルギー/356kcal 炭水化物/18.8g	タンパク質/20.3g 食物繊維/3.7g	脂質/21.9g カルシウム/305mg	食塩相当量/1.6g
-------------	-----------------------------	--------------------------	-------------------------	------------

所要時間
40分

今回は、体調を崩しやすい冬におすすめのレシピを紹介します。免疫力を高めるには、免疫細胞が集中している腸の調子を良好に保つことがポイントです。

今回使用した根菜には、腸内の善玉菌を増やす食物繊維、人参には皮膚や粘膜を健康に保つビタミンA、ブロッコリーには免疫細胞の働きを高めるビタミンCとEが含まれています。鶏肉や牛乳には、粘膜や細胞の主成分になるタンパク質が含まれ、生姜には体を温める作用があります。

体を冷やさないよう、温かい食べ物を食べて元気に過ごしましょう。

作り方

- ① レンコン、人参は皮をむいて5mm幅の半月切りに、ゴボウは皮をそぎ落として斜めに薄く切る。レンコンとゴボウは酢水につけておき、水気を切る。ブロッコリーは食べやすい大きさに切る。鶏肉は一口大に切る。
- ② ①の野菜を下茹でする。(電子レンジでも可)
- ③ 鍋にバターを入れて熱し、鶏肉を中火で炒める。
- ④ ③にレンコンと人参、ゴボウを加え、火が通ったら小麦粉を混ぜ、粉っぽさがなくなるまで炒める。
- ⑤ 牛乳を加えて、味噌と生姜を溶かす。
- ⑥ 塩・こしょうで味を調え、とろみがつくまで煮る。
- ⑦ 耐熱容器に移し、ブロッコリーとチーズを上に乗せてオーブントースターで7~10分焦げ目がつくまで焼いて出来上がり。

外来のご案内 脳神経内科・内科・リハビリテーション科

受付時間 午前8時45分~11時30分(休診日 土・日・祝)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
第1診察室	近藤 浩	横関 明男	青木 賢樹	近藤 浩	佐藤 達哉
第2診察室	豊島 靖子	佐藤 達哉	(近藤 浩)	豊島 靖子	青木 賢樹
リハビリテーション科 外来					工藤 由理

※()の医師については、急患対応のみとなります。 ※都合により担当医が変更になることがありますので、詳細は受付までおたずねください。 ※なお、新患で受診ご希望の方はあらかじめお電話にてご予約をお願いいたします。受診時間などを相談させていただきます。

院内行事レポート

感染症対策のため、毎年恒例だった「クリスマス会」も中止となりましたが、皆さまに季節を感じて頂きたく、クリスマスツリーを飾りました。そして、12/24の昼食にはデザートを用意しました。3種類の中から事前に好きなものを選んで頂く「セレクトメニュー」で、患者さまにとって大好評でした。

来年こそは、患者さま・ご家族さまと一緒にレクリエーション行事を楽しめたら良いと切に願います。



医療法人潤生会 脳神経センター阿賀野病院 広報誌

うるおい

第12号
2021年1月

■発行日 2021年1月8日
■発行人 院長 近藤 浩 ■編集 広報誌事務局
〒959-2221 新潟県阿賀野市保田6317番地15
脳神経センター阿賀野病院
電話 0250-68-3500 FAX 0250-68-3690
URL <http://www.agano.or.jp> メール info@agano.or.jp

広報誌「うるおい」へのご意見・ご感想は
広報誌事務局までお寄せください。

広報誌事務局

昨年とは打って変わって静かな年末年始をお過ごしになった方もおられるかと思えます。新型コロナウイルス感染症対策のため、患者さまには外出ができません。寂しい思いをさせてしまい心苦しい限りです。

前号で触れておりました「安全・安心な面会と施設見学、外来診療での取り組みの一部を今号でご報告させていただきます。

当院を始め、法人関連施設での取り組みは皆様のご協力があったり実施できているものです。ご不便をおかけしますが、何卒ご理解とご協力をいただきますようお願い申し上げます。

さて、毎号おなじみの掲載ですが、当院医師による神経難病解説は番外編として「レビー小体型認知症」を解説、レシピは冬にぴったりな「鶏と根菜のグラタン」を紹介しております。旬の食材から栄養をもらって、元気に過ごしましょう。

「笑門には福来る」といいますし、笑いは免疫アップにもなるそうなので感染症に負けない笑顔の多い年にしていきましょう。

編集後記