



愛と健康の

かけはし

No.49



編集・発行 情報委員会

神戸朝日病院

住所：神戸市長田区房王寺町3丁目5-25

電話：(078)612-5151

URL: <http://www.kobe-asahi-hp.com>

診療科目

内科

消化器内科

肝臓内科

循環器内科

呼吸器内科

神経内科

外科

整形外科

消化器外科

放射線科

リハビリテーション科

肛門外科

専門外来

腎臓内科・泌尿器科

糖尿病内科

皮膚科

在宅医療

人間ドック

健康診断

医療相談

診療時間

【午前診・月～土】

受付 8:10～12:00

診察 9:00～

【午後診・火 内科のみ】

受付 14:00～16:30

診察 15:00～

【夜間診・月、水、木、金】

受付 17:00～18:30

診察 17:30～

※ただし急病患者については時間制限なく診療いたします。

- 兵庫県肝疾患専門医療機関
- 日本肝臓学会認定施設
- 日本消化器病学会認定施設
- 日本消化器内視鏡学会認定施設
- 日本内科学会認定教育関連病院
- 臨床研修病院指定
- 日本医療薬学会研修施設
- 薬物療法専門薬剤師研修施設
- 日本静脈経腸栄養学会認定NST稼働施設
- 日本栄養療法推進協議会NST稼働認定施設



認知症と生活習慣

院長 金守良

● 2013年の厚生労働省研究班の報告によれば、要介護認定されている日常生活自立度Ⅱ以上の認知症高齢者は305万人、日常生活自立度Ⅰまたは要介護認定を受けていない認知症患者を含めると462万人に達し、日本の65歳以上の高齢者3079万人のうち実に約15%を占めています。

● 日常生活自立度Ⅱの認知症患者数はさらに増え、2015年には345万人、2020年には410万人、2025年には470万人に達すると推定されています。最近、認知症のある高齢者のうち、毎年1万人がいわゆる徘徊不明になっていることが報道されています。いまや認知症は家族の介護だけではなく、地域社会全体の理解と対応が重要となってきました。

● 認知症には脳血管性認知症（脳梗塞や正常圧水頭症などによる）や幻視などの症状を伴なうLewy（レビー）小体型認知症などがありますが、脳の側頭葉（とりわけ海馬）の萎縮を特徴とするアルツハイマー型認知症が半数以上

を占めています。

● 近年、アルツハイマー型認知症に対する研究（診断・治療・予防）が急速に進み、早期診断、早期治療により、症状の進行を遅らせることが可能となってきました。

● また、アルツハイマー型認知症と生活習慣に関する研究も注目されています。一つは糖尿病と認知症との関係です。福岡県久山町で行なわれた疫学調査では、糖尿病のある患者にアルツハイマー型認知症が多く発症するという結果が出ています。ある研究によれば、糖尿病のうちインシュリン治療などによる低血糖発作を繰り返した人にアルツハイマー型認知症の発症数が多いとの報告もあります。

● もう一つは運動とアルツハイマー型認知症予防との関係です。国立長寿研究センターのデータによれば、計算など頭を使いながら、運動（歩行）すると認知症の進行を遅らせる又は予防することができるとの報告があります。いずれも症例数を増やした追試験を踏まえた結論が待たれます。

● 兵庫県では、今後増え続ける認知症に対応し、患者や県民が地域で気軽に認知症の診断や相談が受けられるように、また「かかりつけ医」と「専門医療機関」の連携強化により診断・治療の推進を図るため、「認知症対応医療機関」の登録を開始しました。当院は、登録基準に基づき、I群C（専門医または治療経験が5年以上の医師がおり、BPSD（行動心理症状）への急性期対応が可能）で登録を行なっています。

● 当院では、昨年7月より「もの忘れ外来」を開始し、認知症の患者様の診断、治療を行なっています。長谷川式などの心理検査とCT、MRIを中心とする画像診断、特に頭部MRIでは、VSRADという画像解析ソフトを用いてアルツハイマー病に特徴的な側頭葉や海馬の萎縮を診断します。

● 当院は、経験豊富な神経内科医が勤務する認知症対応医療機関です。お気軽にご相談、ご受診下さい。

食中毒予防の 3原則は 食中毒菌を...



- ① 付けない
- ② 増やさない
- ③ やっつける

今年は、5月の終わり頃から30度を超す気温が観測されています。蒸し暑い季節には、食品についての細菌が増えやすく注意が必要です。厚生労働省に報告のあった食中毒事件だけをみても、家庭の食事が原因の食中毒が全体の20%近くを占めているそうです。暑くて食欲が落ちやすいこの時期に食中毒を起こすのは嫌ですね。ご家庭で食中毒を予防するためのポイントをご紹介します。

1

菌を食品に 付けないようにする

- 調理、食事前には必ず手洗いをする
- 食材はきれいに洗う
- 食器、調理器具は清潔にする
(特に包丁、まな板は肉・魚用と野菜用に分けておく方がよい⇒肉・魚を切った後、生で食べる野菜を切ってしまうと肉・魚の菌が野菜についでしまう＝二次汚染)

2

どんなに衛生に気をつけても無菌にするのは無理なので、菌数を増やさないことが大切

- 菌が増える時間を与えないように、料理は作ったらすぐに食べ、食品は早く使い切る
- 菌が増えやすい常温に食品を置かず、冷蔵庫に入れる

3

ほとんどの菌は熱に弱いので、熱を加えてやっつける

- 食品は中心まで十分に火を通す
- 残った料理は必ず再加熱してから食べる(電子レンジを使う時は加熱むらに注意)
- まな板、布巾などの調理器具を熱湯消毒する(塩素消毒でもよい)



食品の保管

- 冷蔵庫を過信しない(冷蔵庫に入れておいても食品は腐る)
- 食品は消費・賞味期限内でも、高温多湿の場所に置いていたり、一度開封してしまうと劣化が始まります。



参考 厚生労働省 HP 家庭での食中毒予防

～日本特産の香辛料「わさび」でピリッとおすすめの一品～

えびとアボカドのわさび海苔あえ

■ 栄養量(1人分) エネルギー: 250kcal、食塩: 1.4g

栄養科 主任 土遠 美紀子

- わさび(山葵)は、アブラナ科の多年草で、冷温な気候、きれいな水、年間を通して13～16℃の水温などの条件で育ちます。10年前から海外に輸出されている静岡産わさびは、今や世界中で「wasabi」と呼ばれ、日本料理には欠かせない香辛料となっています。
- わさびの辛味成分は「アリルイソチオシアネート」といい、抗菌作用があり、大腸菌、黄色ブドウ球菌、腸炎ピブリオ菌などの食中毒菌の増殖を抑える働きがあります。お弁当に、腐敗防止用シートが使用されていることがありますが、これは、わさびの辛味成分を利用しています。



材料(2人分)

- えび/小6尾 80g
- アボカド/1個
- レモン汁/少々
- 海苔の佃煮/大さじ2
- おろしわさび/小さじ2

作り方

- ① えびは殻をむいて背ワタを取り、塩を少々加えた熱湯でゆでて冷やしておく
- ② アボカドは半分に割って種を取り除き、皮をむいて食べやすい大きさに切ってレモン汁を振りかけておく
- ③ 海苔の佃煮とわさびを混ぜ合せ、そこに①と②を入れて和える

コメディカルの実習を受け入れれています!

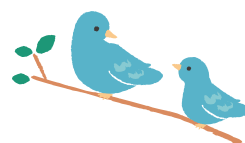
当院では、医師の臨床研修のみならず、毎年、薬剤師、栄養士、社会福祉士、医療事務を目指している学生の臨床実習を受け入れれています。

今年から看護学生の実習生の受け入れもスタートしました。

職種によって受け入れ期間は異なりますが、年間を通じ、複数の実習生が外来や病棟で指導を受けています。

「教えることは学ぶこと」 職員にとっても学びです。

薬剤部



現在4つの大学から5回生5名が、11週間の臨床実習中です。真剣な表情で、総回診に参加しています。

看護部

神戸看護専門学校1年生、10名が基礎看護実習を受けました。



栄養科



栄養学専攻の4回生が約3週間の臨地実習です。毎月、開催している「いきいきサロン」にも参加しました。

地域医療連携室



1年を通じ4つの大学から社会福祉士を目指す学生の「相談援助」実習を受けています。通学生、通信教育生が約3週間の実習中です。

新入職医師の紹介

質問

- 1. 当院の印象はどうか？
- 2. ご出身はどちらですか？
- 3. 今夢中になっていることは何ですか？
- 4. サマージャンボで1億円大当たり! あなたなら何に使いますか？
- 5. 病院職員として あなたが心がけていることは何ですか？



内科
湯浅 佳菜子 先生
 ゆあさ かなこ
 香川大学 平成20年卒



- 1. スタッフの皆さんが気さくで親切で助かります。また、院長先生の大药房と、見学に来た時の院内の古いけどきちんと清掃されている所が印象的でした。
- 2. 兵庫県
- 3. 子育てです。
- 4. 家族みんなでゆっくり旅行に行きたいです。残りは・・・無難に貯金しようです。
- 5. どんな時も自分が自分の家族にしたいと思う治療を提示できるように心掛けています。どうぞよろしくお願いいたします。

～もの忘れ外来のご案内～

認知症には主に4つの型があり、早く適正な診断を受ければ、症状が軽度なうちに適切な対応を検討することができ、患者さんや家族の希望に沿った介護の支援につながります。年相応の「もの忘れ」なのか、脳の変性、脳血管の障害による「疾患」なのか、専門医の早期診断が大切です。

内容

- 問診
- 簡易認知症機能テスト
- 頭部MRI検査 + VSRAD[※]

(※アルツハイマー型認知症診断支援システムによる解析)



もの忘れ外来診療日

- 金曜日 / 外部医療機関 紹介専用
 午前9時～12時(予約制)
- 火・木曜日 / VSRAD実施済みの患者さまの結果説明
 午前 内科外来 受付順
- 火・木曜日 / 当院通院中の患者さまの診療
 午後2時～5時(予約制)

もの忘れ外来担当医

- 神経内科 平川 誠 (日本神経学会専門医)

- 当院通院中の患者さまは、診察時に主治医にご相談ください。
- 外部からのご予約は、地域医療連携室にて承ります。もの忘れ外来受診申込書をご記入の上、FAX送信をお願いします。
 (連携室直通 FAX: 078-612-5157)
- ご不明な点は、地域医療連携室へお問い合わせください。
 ☎ 連携室直通電話: 078-612-5420

- MRI検査のみ予約は、放射線科にて受付しています。お急ぎの検査は当日実施も行なっています。(当日実施の受付は17:00まで)
- 火曜日の夜間、土曜日の午後も検査を実施しています。
 ☎ MRI室直通電話
 078-612-5392 / 078-612-5393
 お電話がつながりにくい時は、
 病院代表 ☎ 078-612-5151 まで

編集後記



毎年恒例の新入職員歓迎ボーリング大会が開催されました。1位の賞品は今、話題の「レイコップ」。3階病棟が1位から3位を独占しました。(谷口)

