



楠だより 4月

—2012年—

偶数月発行 NO.27 H24.04.25 発行責任者:病院長 編集:広報委員会

健康手帳

18

認知症を知る

～認知症の症状と予防～



もの忘れと認知症は違いますよ!

高齢化社会となった我が国では、認知症という言葉が話題にのぼる機会が増え、認知症を患っている方が周囲におられることも珍しくありません。

この認知症という病気は、記憶や判断力、実行機能(段取り通りに事が運べない)などが低下することで、図のような症状が出現し、結果として今まで行っていた社会や家庭での役割を担えなくなった状態です。

広く知られているアルツハイマー病の他にも、甲状腺の機能が悪かったり、ビタミンが不足していたり、あるいは悲しい出来事などによってうつ状態になることで、認知症のように見えることもあるので、注意が必要です。

ご高齢の方が入院中に、あるいは手術の麻酔の後に一時的に時間や自分のいる場所が分からなくなることがありますが、これはせん妄状態と呼んで認知症とは区別しています。

よく聞かれる心配事として、テレビに出ている人の名前がとっさに出てこない、トイレの電気の消し忘れが多くなった、というのがありますが、これだけでは認知症ではありませんのであまり心配りりません。

ただ、約束が守れないなど、日常に支障をきたすようなもの忘れ

や、下図のような症状があり、ご心配であれば、一度「メモリークリニック」や「もの忘れ外来」と呼ばれる専門外来を受診して下さい。認知症ではないかもしれませんが、治せる認知症かもしれません。

アルツハイマー病と診断された場合、病気自体を完治する、あるいは病気の進行を遅くする治療法は現在ありませんが、認知症の症状によってはそれを軽くすることができる可能性があります。

認知症による症状かもしれません



【引用:毎日ライフ,第31巻第1号,本間 昭,2000年】

病院の 基本理念

1. 患者中心の医療の実践
2. 人間性豊かな医療人の育成
3. 高度先進医療の開発と推進
4. 地域医療連携の強化
5. 災害救急医療の拠点活動
6. 医療を通じての国際貢献

目次

健康手帳(18)	1
病棟の子どもたちにたくさん笑顔と「楽しい」を.....	2
プロスポーツ選手とアーティストとの楽しいひととき	2
健康レシピ 第19回 一品料理で満足感アップ.....	3
診療科から 心臓血管外科.....	4
患者さんへのお知らせ.....	4

病棟の子どもたちにたくさんの笑顔と「楽しい」を

神戸大学医学部保健学科3回生(小児科学生ボランティアOpen Future Club部長) 福井 美苗



私たちOpen Future Clubは、神戸大学生のクラブ活動として、病院4階のこどもセンターでボランティア活動をしています。『子どもたちにとって「ちょっと年の離れた」お兄ちゃん、お姉ちゃんとして一緒に遊び、お話しし、時には勉強も教えてくれて、ほんのひと時でいいから、子どもたちが「患者」であることを忘れられる存在』が信条です。今日は、そんな私たちの活動をご紹介します。

講義や実習の終わった夕方に、病棟のプレイルームで入院中の子どもたちと「遊ぶ」のが私たちの普段の活動です。子どもたちが遊びの主役になるように、まずは子どもたちがやりたいことを自分で選び、それから活動は始まります。子どもたちは、私たちが来るのを今か今かと待ちわびてくれたり、遊びが終わっても自分の病室に戻るのを嫌がってみたり、宿題をみて話を聞いた後にお礼の手紙を書いてくれたり…そんな姿に私たちは時に心を躍らせ、時に切なくて胸を熱くし、ドキドキワクワクしながら活動しています。



がら活動しています。

入院中でも、子どもたちが笑顔あふれる時間を過ごすことで「楽しい」が増え、それが少しでも子どもが育つ力、病気を治す力になれば、こんなに嬉しいことはありません。部員の多くが「医療者の卵」である私たちですが、これからもこの活動を通して、子どもたちが病気を乗り越え、自立し、未来を自らの手で拓くことの手伝いになるような、そんな時間を子どもたちに提供していきたいと思っています。



プロスポーツ選手とアーティストとの楽しいひととき ♪ ありがとう!また来てね♪



1月21日こどもセンターに、オリックス・バファローズの大引啓次内野手と横山徹也捕手、ヴィッセル神戸

の都倉賢選手、avex/アーティストのTSUYOSHIさんが子ども達に会いに来てくれました。4人は、子ども達に会いにお部屋を一部屋一部屋訪ねてくれました。待ちかまえていた子ども達は、選手達が部屋に入ってくるととても喜び、お部屋の空気がパーと明るくなりました。会話が弾み、抱っこして写真を撮ってもらったり握手したり、付き添いの保護者も笑顔いっぱいでした。



その後、プレイルームに集まり、選手からもらった写真の台紙を選手と一緒にシールで飾り、膝の上に座ったり、サインをもらったり、触れ合いの時間を持つことができました。

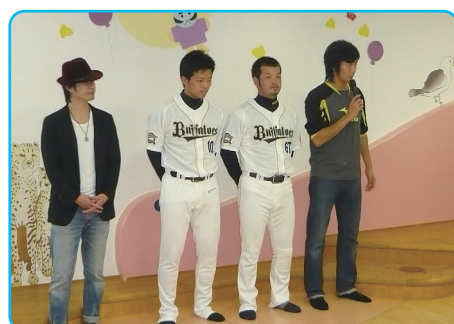
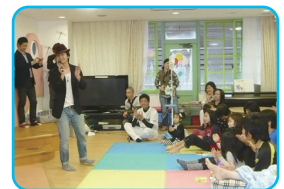
アーティストのTSUYOSHIさんが作詞作曲した曲を歌っ

てくれました。とってもすてきな歌声でした。

そして、子ども達の良く知っている「大きな栗の木の下で」を選手と一緒に踊りながら歌い、子どもも大人も楽しいひとときを過ごすことができました。

選手たちも、今回の慰問のお礼に子ども達が準備した似顔絵入りの手作りメダルを首に掛けてもらい、思わずニコリ。みんなこれからもがんばるぞーと笑顔いっぱいでお別れしました。

選手のみなさんありがとう!!





一品料理で満足感アップ

とっても美味しくヘルシー、ボリュームもある

簡単!

韓国風巻き寿司

栄養量 (1人分)

エネルギー	340kcal
たんぱく質	7.9g
脂質	6.2g
糖質	52.2g
食物繊維	9.1g
食塩相当量	1.8g

巻き寿司といえば、つついパクパクと食べすぎてしまいがち。すると炭水化物の摂りすぎになって、血糖値が上がってしまいます。この巻き寿司は、こんにゃく米入りで、白ご飯だけの巻き寿司よりエネルギーは約25%カット、食物繊維は約4倍摂れるんです。食物繊維は食後の血糖値の上昇を緩やかにし、満腹感も得ることができます(こんにゃく米はスーパー等の米売場にあります。種類がわかりにくい場合は、管理栄養士にご相談ください)。

韓国の海苔巻きは、一見ふつうの巻き寿司に見えますが、酢飯じゃありませんよ。うっすら香ばしい海苔巻きです。冷蔵庫の中にあるもので簡単にできちゃいますよ。行楽シーズンのピクニックにもピッタリ!みんなで楽しんで作ってみてくださいね。



※写真の盛付けは1人分(1本分)です。



材料(3人分)

(ご飯)

- 白米.....1合
- こんにゃく米.....75g(1袋)
- 水.....420g(カップ2強)
- A { 塩.....1.5g(小さじ1/3)
- ごま油.....4g(小さじ1)
- 炒りごま.....3g(小さじ1)
- 韓国海苔(巻き用).....3枚

(具)

- 魚肉ソーセージ.....50g(1/2本)
- 厚焼き卵
 - 卵.....1/2ヶ
 - だし汁.....3g(小さじ1/2)
 - 塩.....0.1g(食卓塩で1振り)
 - 油.....1g(小さじ1/4)

きんぴら

- ごぼう.....30g
- にんじん.....10g
- 油.....1g(小さじ1/4)
- 砂糖.....1.5g(小さじ1/2)
- しょうゆ.....3g(小さじ1/2)
- たくあん.....50g
- きゅうり.....50g(1/2本)

計量の単位は、カップ1=200ml、小さじ1=5ml

- 1 米を研ぎ、こんにゃく米とともに、分量の水を入れて炊き、温かいうちにAを混ぜておく。
- 2 ささがきにしたごぼうと千切りの人参できんぴらを作る。卵にだし汁と塩少々入れ、油少々で厚焼き卵にしたものと、魚肉ソーセージ、たくあん、きゅうりをそれぞれ細切りにする。
- 3 巻きすに海苔をのせて、ご飯を広げ、具をのせる。これを巻いて3本作り、好みの長さに切る(写真は1本6ツ切)。

ここがポイント



- きんぴらの代わりに、ほうれん草のナムルやキムチを入れても美味しいですよ!
- 韓国海苔がなければ、焼き海苔に薄くごま油をぬって、コンロの火で遠火で炙り軽く塩を振りかけて出来上がり!

食事・栄養についてのご相談は、月～金曜日に予約制で行っています。お気軽に医師、看護師、管理栄養士にお申し出ください。

● 栄養相談に関する問い合わせ先 ●

神戸大学医学部附属病院 栄養管理部

☎ 078-382-5262 (直通)

心臓血管外科

心臓血管外科では心臓、大血管、末梢血管疾患に対する手術を行っています。具体的には虚血性心疾患(狭心症・心筋梗塞)、弁膜症(大動脈弁・僧帽弁など)、大動脈疾患(大動脈瘤・大動脈解離)、閉塞性動脈硬化症などを手術により治療しています。また、すべての疾患において常に緊急手術ができる体制になっています。

当院の特徴

虚血性心疾患には狭い部分を自分の血管で橋渡しする冠動脈バイパス術がありますが、天皇陛下も受けられた心臓を止めないで行う心拍動下バイパス術をほとんどすべての患者さんに行っています。弁膜症では僧帽弁、大動脈弁ともに人工弁に入れかえずに自分の弁を修理する弁形成術を積極的に行っています。大動脈瘤(動脈が膨らんでコブになる病気)や大動脈解離(大動脈の壁が割れる病気)には胸やおなかを切って人工血管で置き換える手術以外に、カテーテルで治療を行うステントグラフト内挿術も多く行っています。また、大動脈弁輪拡張症(大動脈の付け根が大きくなってしまふ病気)に対する自己弁温存大動脈基部

置換術(自分の大動脈弁を残したまま周りの大動脈だけを人工血管に置き換える手術)は日本で最も多く行われています。

患者さんへ

手術を勧められてもなかなか決心がつかない方は多いと思いますが、最近では手術方法の工夫によって高齢の方や多くの合併症を持っておられる患者さんでもより安全に手術を受けていただけるようになっています。いつでも相談してください。

心臓血管外科ホームページ

<http://www.med.kobe-u.ac.jp/geka2/cardio/index.html>



患者さんへ

お知らせ



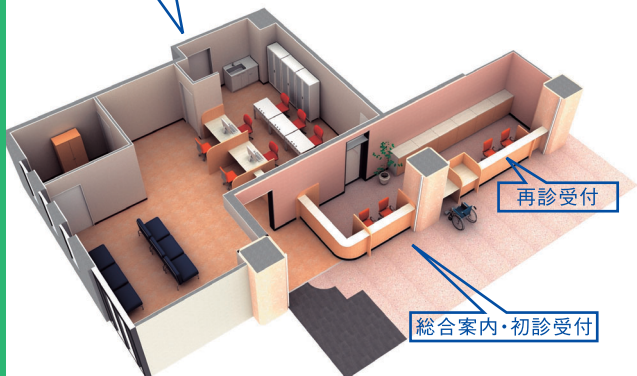
総合案内等をリニューアル!

混雑緩和のため正面玄関横に総合案内等のコーナーを新設しました。ここでは下記の業務を行います。どうぞご利用ください。

業務内容

- 総合案内** 受診診療科等の相談受付
- 初診受付** 初診患者さんの受付
- 再診受付** 前回から3ヶ月以上経過した方の受付(予約患者さんは除きます)
- 外来予約センター** [CT・MR・PET・アイトーブ]
CT、MR、PET、アイトーブの予約受付

外来予約センター
[CT・MR・PET・アイトーブ]



忘れ物、落とし物は、1階受付
6番窓口でお預かりしています。内線3075



病院敷地内**禁煙**にご協力を