



# あいせい

第30号

2010年冬号

平成22年1月31日発行

社団法人 愛生会  
愛生会 山科病院

発行責任者 西院員 豊 知行



日本医療機能評価機構認定病院

## NST(栄養サポートチーム)について



NSTという言葉をご存知でしょうか？NSTとはNutrition support team(栄養サポートチーム)の略称で、医師、薬剤師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、臨床検査技師、管理栄養士、看護師などの多職種が専門のチームを組んで患者様の栄養面からの支援活動を行っていくものです。

今回は栄養サポートチームの活動の中から食欲低下の患者様への食事支援について紹介いたします。

死亡原因の第1位が「がん」である現在、当院でもがんにかかれ、食欲の低下や食事摂取が難しくなる患者様、抗がん剤治療などにより食欲が低下する患者様が残念ながら増えてきています。このような患者様の情報は栄養科に連絡、栄養サポートチームのメンバーにより個々の患者様の食欲不振の原因が検討されます。その検討結果に基づいて管理栄養士が患者様のベッドサイドを訪問させていただき、個々の患者様の状態に合わせた食事対応に努めさせていただいています。

当院では3年前に実施した入院中のがん患者様への食事調査をもとに独自のユニークな取り組みを行っています。この調査では、がん患者様の味覚変化について様々な興味深い結果が得られました。臭いの変化について「魚のだし」、「生ものの臭い」、「お米を炊いた臭い」を苦手と感じる患者様が多く、味覚変化では「うまみ」「塩味」が鈍くなる傾向があることがわかりました。さらに、どのような食事が口にしやすいかの傾向を調べてみると、「果物」、「麺類」などの「のど越しの良い食事」を好んで摂られることが多く、意外にも香辛料を使用した「カレーライス」や「中華料理」などの「味付けの濃い食事」が好評でした。つい身体のことを思って「塩分制限をした食事」や「薄味の食事」を提供してしまいがちなのですが、味覚変化のあるがん患者様にとっては食べづらく、いっそう食欲低下につながる可能性があることが分かり、患者様にはまず食べていただくことを第一に考えるべきだと気づかされました。そこで、当院ではカレーライスやカップラーメン、チャーハンなどの従来の病院食の枠を超えた献立や、座っての食事が難しい患者様には提供する食事すべてを串に刺し、横になったままでも食事が

とれる「串刺し食」など味付け、形態、提供方法などの工夫をし、いつまでも食事を楽しんでいただけるように努めています。この私どもの取り組みは全国的にも高い評価を受け、さまざまなメディアにも紹介されるようになりました。

病院では社会の高齢化に伴い、がん患者様だけではなく「摂食・嚥下障害」をきたした高齢の患者様が増加しています。「摂食・嚥下障害」とは体力の低下や脳梗塞の後遺症などが原因で食事を咬み、飲み込むことが難しくなった状態で、気管へ食事が流れ込むことにより肺炎を繰り返します。当院では個々の患者様に応じた安全で飲み込みやすい段階的嚥下食の導入に加え、山科歯科医師会により運営されている「山科口腔サポートセンター」のご協力を得て、肺炎の予防活動も実施しています。しかし、この分野は地域の医療機関、介護福祉施設などとの一

### 食事例



串刺し食(寝たきり食)



1/2食(ハーフ食)



のど越しを重視した食事



味覚、臭覚障害患者食

層の連携の強化が必要とされ、当院では山科区のみならず、京都府全域、滋賀県などとも協力し、皆様の食の安全に取り組んでいます。食事についてお悩みの方は、ぜひ栄養科までお問い合わせください。

### がん患者様食欲不振調査より

食事の臭いで気になるものは (複数回答、上位3位)	
魚のだしの臭い	46%
生もの	44%
ご飯を炊いた臭い	40%
どんな味がわかりませんか？ (複数回答、上位3位)	
うまみ	82%
塩味	80%
甘み	40%



# 「めまい」「どろりして」



耳鼻咽喉科 佐渡 文彦

皆さんは、今までに一度は「めまい」を経験されたのではないのでしょうか。

私たちは、平衡感覚・機能として、①内耳 ②眼 ③四肢深部感覚の三つのセンサーへ入力された情報を、脳幹・小脳で統合し、眼球運動や頸部、四肢体幹運動、自律神経系へと出力していきます。

これらの経路のどこかに異常を来すと「めまい」が生じてくるのです。

「めまい」で来院される患者さんのうち、今まさに「めまい」症状がある人は少数で、大多数の方は、「めまい」が起って落ち着いてから、(独力で)変容されます。

## ★良性発作性頭位めまい症

「めまい」の中で、一番多い病気で、英語でBPPVと略します。

典型例では、寝返り時、ぐさぐさかむ首を揺らした時、発作的に「めまい」と感じることがあります。瞬時に安静にして「めまい」が治まり、起き上った時のめまいも治まる場合があります。繰り返すことがあります。

①内耳 ②眼 ③四肢深部感覚

に初めて経験された方は、救急車で搬送されるケースもあります。もちろん症状は、最も鑑別しなくてはならない「小脳梗塞」にも似ていますので、結果的にBPPVであっても、救急車を呼ぶことに間違いはありません。

大抵は1〜3週間ほどで自然に治りますが、早く治すには、「耳石置換法」といって運動療法(リハビリ)が有効です。これは、原因が半規管内の耳石(大きなもの)とかわっているからです。

この「耳石置換法」についての詳細は、耳鼻咽喉科外来に簡単な説明用プリントがありますので、お尋ね

ください。

## ★メニエル病

「めまい」の中で、一番有名な病気ではないでしょうか。

よく「めまい」「メニエル」と頭解されている方がおられます。そこで、私が正しい医学知識を啓蒙する目的で「メニエルの歌」を作りましたので、「歌」を要約して引用します。

♪昔フランスのメニエル博士が耳の病気で「めまい」が起ることを発見しました。「めまい」、耳鳴り、難聴の三つがそろって繰り返している病気を、メニエル病と呼ぶようになった。

「私も繰り返して「めまい」がして、近くのお医者さんで、メニエルではない」と言われました。

「耳鳴り」はありましたか? 「聞

いていない」ですか。

「めまい」だけですか? 「めまい」だけですか?

「めまい」は、はなのお医者さんで聴力検査を受けました。

きちんと治療すれば、発作を予防でき、難聴の進行を抑えられます。

繰り返してめまいを起す病気は、他にも沢山あります。

お悩みの方は「めまいはなのお医者さん」でお話ししましょう。

「めまい」を起す一番怖い原因は「脳幹・小脳梗塞」または「出血腫瘍」です。そうでないか、厄介な「メニエル病」などでなければ、そんなに恐れることはありません。

多忙な日常で酷使している心身を休めなさい、というサインと考え、できる限りの休養と規則正しい生活を心がけるようにしましょう。



# 皮膚科紹介

月火水木土は齋藤が診察を行っております。

金曜日だけは京都府立医大よりの非常勤医師の派遣をうけて診察を行っております。

大きな手術の必要な場合は迅速に京都府立医大に紹介し、手術後の通常診療の場合は地域で診察できるよう京都府立医大皮膚科学教室と連携をはかりながら山科区の地域医療に貢献することを診療の基本に据えております。

皮膚科の診療は、皮膚に現れた形態学的変化、自覚症状を認識して診断・治療をおこないます。目で直接見ることが出来る皮膚という臓器の特徴上患者さんの訴えをしっかりと聞くこと、皮膚の発疹をしっかりと見ることによって90%は診断可能です。皮膚疾患には、皮膚に限局した疾患、皮膚に始まり全身に影響を及ぼしていく疾患、全身疾患の皮膚表現があります。どうしても診断に困るときは皮膚は検査材料を採取しやすいことから皮膚病理組織学が診断の重要な武器になっています。具体的には直径3mmほどの皮膚を局所麻酔して、切り取って、色々な色素で染めて顕微鏡で見ると診断がより正確になります。歯を抜くよりは痛くないので、このように皮膚生検をおこないます。

一例を挙げると、皮膚科を受診する患者さんの訴えで最も多いのは、「皮膚に「湿疹」ができました。」です。ところが、この湿疹が意外と曲者です。湿疹とは湿疹反応をきたす疾患の総称です。個々の症状の原因により分類します。湿疹反応とは、病理組織学的には表皮細胞間の浮腫を来た

して、多房性の小水疱を形成し、真皮上層の炎症細胞浸潤を来たす状態です。それぞれの症状により内服や外用薬の種類、量が変わります。

## 湿疹皮膚炎群の疾患

疾患名	主たる特徴
アトピー性皮膚炎	年齢に応じた左右対称性の特徴的皮膚症状
接触性皮膚炎	接触原が接触した部分にできる湿疹反応
光接触皮膚炎	光線の作用で生じた接触原による湿疹反応
主婦手湿疹	慢性に加わる皮膚刺激による手の皮膚炎
おむつ皮膚炎	おむつの刺激により生じる皮膚炎
脂漏性皮膚炎	脂漏部位に発生する湿疹反応
貨幣状皮膚炎	下肢に初発するコイン型をした湿疹反応の散布
Vidal苔癬	慢性物質刺激による限局性の苔癬化局面
うっ滞性皮膚炎	下肢の静脈うっ滞により起こる皮膚炎
皮脂欠乏性皮膚炎	皮膚の乾燥に起因する皮膚炎
自家感作性皮膚炎	病原薬の悪化により全身に散布される紅斑、丘疹など

そして絶対に頭の中から忘れてはいけないのは、「湿疹」ではなく、別の病気の可能性を常に考えておくことです。それでは他にどんな病気があるかといえば、皮膚科の教科書が書けてしまうくらいあります。別の病気を考えるときに上記の皮膚生検が役立ちます。なかなか「湿疹」が治らないと思ったら、一度皮膚科を受診してみてください。



皮膚科部長

齋藤 卓也

(さいとう たくや)

### ● 経 歴

- 平成 6年 3月 宮崎医科大学医学部卒業
- 平成 6年 4月 京都府立医科大学附属病院
- 平成 8年12月 済生会京都府病院
- 平成 9年 7月 国立舞鶴病院
- 平成11年 4月 京都府立医科大学附属病院
- 平成12年 4月 第二岡本総合病院
- 平成15年 4月 愛生会山科病院

## 平成22年度の休診日について

### ● 日曜・祝日以外の休診日

3月27日(土) 5月1日(土) 6月7日(月)  
6月21日(月) 8月16日(月) 8月17日(火)  
10月23日(土)

### ● 年末年始の休診日

平成22年12月29日(水)～平成23年1月3日(月)





# COOKING



## 鶏肉とリンゴのソテー



りんごに含まれるカリウムには体内の余分な塩分を排出する作用があります。また、りんごの酸味を生かすことで、低塩でも美味しく食べることができ、高血圧予防に役立ちます。

他にも、りんごに含まれる水溶性食物繊維のペクチンは腸内環境を整え、便秘および下痢に効果があり、りんごの皮に含まれるポリフェノールには体内の細胞を老化させてしまう活性酸素の働きを抑える作用があります。

秋から冬が旬のりんご。生のままデザートとして食べるのも良いですが、りんご特有の甘みと酸味を生かして料理に加えてみてはいかがでしょうか。

### 材 料

- 鶏 胸 肉.....80g
- 塩 .....少々
- こしょう.....少々
- りんご.....1/4個
- サラダ油.....大さじ1
- ブロッコリー.....30g



### 作 り 方

- ① 鶏肉に塩こしょうをふる。
- ② りんごは芯を除き、皮付きのまま3mm程度のくし形に切る。
- ③ フライパンにサラダ油を熱して①を皮目を下にして並べ、表面がきつね色になるまで焼き、裏返して中に火が通るまで焼いて取り出す。
- ④ 同じフライパンに②を重ねないように並べ、両面を焼く。
- ⑤ ブロッコリーは食べやすい大きさに切って、塩茹でにする。
- ⑥ お皿に③④を盛り、⑤を添える。



### 地域の相談窓口30



**Q** 先日、65歳で退職をしました。これからは自分の趣味などに時間を使い、いつまでも生き生きとしていられるように頑張りたいです。

サークル活動や講座など、気軽に参加できるものがあれば教えてもらえますか？

**A** それでは、老人福祉センターを利用されてはいかがでしょうか？

「老人福祉センター」とは、地域の高齢者のみなさんが健康で明るい生活を送っていただけるよう、さまざまな行事を通しての生きがいづくり、仲間づくり、健康づくりを応援している施設です。具体的には、教養教室や各種サークル活動、介護予防の実践と学習など、数多くの事業を行っています。

利用できるのは京都市在住の60歳以上の方で、利用料は、材料費等の実費負担以外、基本的に無料です。

老人福祉センターの他にも、アスニー山科など、様々な講座・講演会が行われている施設もありますよ。



老人福祉センターやアスニー山科の連絡先などについて、詳しくは、**山階地域包括支援センター**までどうぞ。

### 社団法人 愛生会山科病院

〒607-8086 京都市山科区竹鼻四丁野町19番地の4  
Tel.075-594-2323 Fax.075-593-3179

### 愛生会訪問看護ステーション

〒607-8086 京都市山科区竹鼻四丁野町23番地の18  
Tel./Fax.075-595-2505

### 在宅介護支援センター愛生会山科病院

〒607-8086 京都市山科区竹鼻四丁野町23番地の18  
Tel.075-595-5884 Fax.075-595-5969

### 京都市山階地域包括支援センター(山階・西野・安楽学区担当)

〒607-8086 京都市山科区竹鼻四丁野町19番地の4  
Tel.075-583-5833 Fax.075-583-5835

### 社団法人愛生会 介護老人保健施設おおやけの里

〒607-8170 京都市山科区大宅向山10番5  
Tel.075-575-4111 Fax.075-575-4114

### ヘルパーステーション愛生会おおやけの里

〒607-8170 京都市山科区大宅向山10番5  
Tel./Fax.075-575-4390

### 在宅介護支援センター愛生会おおやけの里

〒607-8170 京都市山科区大宅向山10番5  
Tel.075-575-4117 Fax.075-575-4118

### 京都市山科区地域介護予防推進センター

〒607-8086 京都市山科区竹鼻四丁野町19番地の4  
Tel.075-583-6205 Fax.075-583-6206



携帯電話で左のバーコードを読み取ると、

病院のホームページを開覧することができます。 <http://www.aiseikaihp.or.jp/>