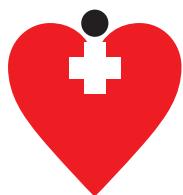


Mitoyo
General
Hospital

発行／三豊総合病院
発行人／安東正晴

三豊総合病院だより



こころ
K o k o r o

ご自由にお持ちください

vol.101
2021.2

〔特集〕
地域包括ケア病棟の取り組み
アドバンス・ケア・プランニング (ACP)

・郵便ポストの場所が変わりました

[みとよサプリ] 肺炎予防について
[季節の旬レシピ] 鮭のバジルチーズパン粉焼き

今号の表紙
穏いの庭のサザンカ

地域包括ケア病棟の取り組み アドバンス・ケア・プランニング(ACP)



アドバンス・ケア・プランニング(ACP)とは？

もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。厚労省より「人生会議」の愛称で、啓発活動が行われています。



地域包括ケア病棟で「人生会議」をおこなう意義

自分で自分のことを決める事が出来なくなった時、あなたはどうしますか？生活するうえで誰かのお手伝いが必要になった時、どのようにしたら自分らしく生きられますか？

自分らしく生きて逝くための「人生会議」についてご存じですか？

当院でも今年度9月より、地域包括ケア病棟にて「人生会議」を推進・実施しています。

地域包括ケア病棟とは、病気治療をしながら患者さんやご家族が安心して自宅や施設へ帰れることを目標に、多くの職種が専門分野を活かして連携し、復帰支援に取り組んでいる病棟です。「人生会議」を実施するにあたり、私たちは患者さんご自身の人生観や価値観、希望に沿った、将来の医療やケアを具体化する事を目指しています。そして、再び当院を受診された時、希望された医療やケアにつながるようサポートしたいと考えています。

実際にどのような事をしているか

入院時に患者さんに「あなたが大切にしたいこと」「どのような治療やケアを望んでいるか」自分が決められなくなった時、「だれに判断をお願いすればよいか」などお話を伺います。そして、患者さんのもしものときのために、患者さんが望む医療やケアについて、本人・家族と医療職スタッフと繰り返し話し合い、共有しています。

そのために、「本人の意向を尊重した意思決定のための相談員」の育成や「人生会議」推進チームを立ち上げ、患者さんの思いに寄り添えるスタッフ育成に努めています。患者さん、ご家族のよりよい人生のために、あなたの大切にしたいことを聞かせて下さい。一緒に考えていきましょう。

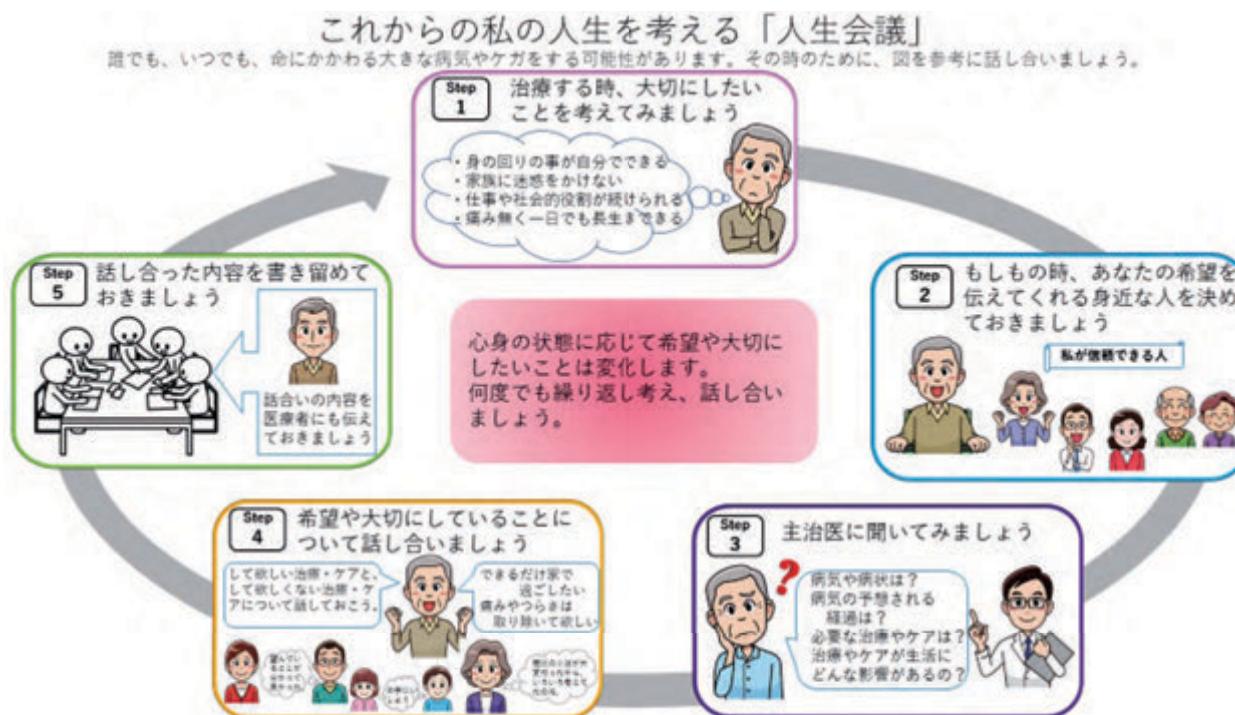
地域包括ケア病棟ナースステーションの カウンターにパンフレットを設置しています*

人生会議は、もしもの時のために、ご自分の大切なこと・望む医療やケア・価値観を、家族・友人・医療福祉関係者と繰り返し話し合い共有する取り組みです。希望や思いは、時間経過や健康状態によって変化し、一度で決まるものではありません。

図のように、何度も繰り返し考え方話し合いましょう。



*パンフレットは1階、入退院サポートセンター等にもございます。



私たち医療福祉関係者の務めは、あなたが望む最期を実現できるよう人生会議に対する認識・理解度を高めることだと考えています。



肺炎予防について

今年は新型コロナウイルス感染症が世間を騒がせていますが、それ以外にも肺炎の原因は色々あり、冬の寒い時期には注意が必要です。肺炎は死因別死亡率5位です。

今回は肺炎予防について、お話ししたいと思います。



1. 日々の予防

- ① 病原体を体に入れないように、うがい、手洗い、換気、マスク着用をしましょう。



- ② 免疫力を高めるための、規則正しい生活、持病の管理、禁煙が大切です。

- ③ 病原体による肺炎にかかっても症状を軽くさせるための
ワクチン接種があるので医師と相談してください。



2. むせ（誤嚥）による肺炎の予防

高齢の方は自分の飲み込み状態を知りましょう。自分でできる飲み込みテストもありますが、よくむせる方は、医師、看護師に相談してみてください。

誤嚥性肺炎の防止は、歯磨きで口の中をきれいにすることが大切です。

また、食事を食べるときの姿勢や、食事の柔らかさやトロミなど、自分の飲み込み状態に合わせた食事を選びましょう。



3. 早めの受診

風邪と違う症状は、長く続く熱、寒気、強いたるさ、激しい咳・痰、胸痛、呼吸困難などがあります。特に高齢者は症状が目立ちにくいので、元気がない、異常なたるさ、食欲がないなど、体調が戻らないときは、周囲の方からも早めの受診を勧めてあげてください。



普段の生活の中で、ちょっとした肺炎予防を行って、元気に過ごしてください。

みとよサプリ とは？

当院では毎月第3水曜日13時30分～南棟ホールにて「みとよサプリ」を開催しています。薬じゃないけどちょっと体にいい話として、住民の皆さんにとって役立つことを病院の職員がお話ししています。



郵便ポストの場所が変わりました

正面玄関改築工事に伴い、郵便ポストの設置場所が正面玄関向かって左に変更されました。新設されたポストは、景観に配慮し、一般的な赤色から病院のコーポレートカラーでもある茶色に塗装され、サイズも小ぶりな物となっています。
なお、集荷時間に変更はありません。皆様ご利用ください。



手軽においしく栄養管理科がお届け!
季節の旬レシピ

鮭のバジルチーズパン粉焼き

| 材料(2人分)

鮭	120g(2切れ)	パン粉	大さじ2
酒	小さじ1	乾燥バジル	小さじ1
オリーブ油	小さじ1	粉チーズ	大さじ1
		レタス	60g
		ミニトマト	40g

| つくり方

- 1 鮭に酒をふり、10分ほど置きます。
- 2 平らな容器(バットなど)にAの材料を混ぜ合わせます。
- 3 添えのレタスとミニトマトは水洗いし、レタスは食べやすい大きさにちぎります。
- 4 鮭の水分をペーパータオルで拭き取り、両面にオリーブ油を塗ります。
- 5 2に鮭を入れ、全体にパン粉を付けます。
- 6 180℃に余熱したオーブンで約15分焼きます。
(トースターで約場合は5分ほど焼き、焦げ目がついたらアルミホイルを上に乗せて、中に火が通るまで、5分程度焼く)
- 7 鮭が焼けたらオーブンから取り出し、器に盛り付け、レタス、ミニトマトを添えて完成です。



調理時間 約30分 エネルギー 約150 kcal 塩分 約0.3 g

※エネルギー、塩分は1人分です



鮭の表面に味付けすることで、薄味でも味を感じることができます。魚の代わりに、鶏肉などでアレンジしてもおいしく食べられます。



三豊総合病院 講座・イベント予定表

場所・内容



講座



調理実習



病院内

講座

講座・イベント

新型コロナウイルス感染症の流行状況など、都合により予定が変更される場合があります。

2月

17日(水) 13時30分～14時 みとよサプリ

2月のみとよサプリは中止となりました。

18日(木) 15時30分～16時30分 腎臓病教室

19日(金) 15時～16時 糖尿病教室

3月

17日(水) 13時30分～14時 みとよサプリ
「血圧を測ろう!」

19日(金) 15時～16時 糖尿病教室

※ 参加ご希望の方は、お気軽に病院までお問い合わせください。

リハビリテーション科 今月の作品

パーラービーズでの作品つくり

手のけがで入院中の患者様の作品です。見本を参考に小豆ぐらいの大きさのビーズをピンセットで並べていき、アイロンで溶かして固めて完成します。指先の細かい動作がスムーズに動くことを目標に作品を作りました。完成後は、お部屋に飾り、大変好評でした。



三豊総合病院だより



バツクナンバーのご紹介

当院ウェブサイトにて三豊総合病院だより「こころ」のバツクナンバーを公開しています。

これまでに発行した「こころ」の記事を気軽にご覧いただけるようQRコードをご用意いたしましたので、スマートフォンなどの携帯端末で読み取っていただき、ご覧ください。

