

～元気の出るエピソード～

普段私は、浮き沈みのある患者様や不眠の患者様、落ち着かない患者様のケアの一つとして、リンパマッサージをさせて頂いているのですが、マッサージを施行すると、「ありがとう」と感謝されたり、時には「とても気持ちが良い」と泣いて喜ばれたり、「あなたも疲れるでしょう。」と、逆に気遣って下さり、私が患者様に元気をいただき励まされていることに気がつきました。また、マッサージ中は談笑出来る時間となり、いつもは記憶障害があり思い出せないことも、ご家族や子供の頃の事を思い出し、懐かしまれる姿を見られることもあります。

介護、看護は安全安楽のケアの他、思いやりがとても大切だと思いますが、その思いやりを患者様から頂き、働く喜びや生き甲斐にさせて頂いていることに日々感謝をして、これからも患者様が安全安楽な入院生活が送れるよう、お手伝いをさせて頂きたいと思います。

3階看護師 西川 五月

診もり短歌



新年の外來診療
ぎょけい
新年の御慶交わして
椅子に掛け
シールド越しの診察始まる
Dr.ねぎし

医療法人社団 心の絆

認知症専門病院 蓮田よつば病院

携帯からも当院のホームページにアクセスできます→



私たちは、大切な人に自信をもってすすめられる病院をつくります



よつば 通信



1月号



発行日 令和 4年 1月 1日

新年のご挨拶

着実に新年あけましておめでとうございます。

皆様には新たなお気持ちで新年を迎えられ、益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。

一昨年、昨年と新型コロナウイルス感染症に見舞われ、非日常の生活を余儀なくされました。当病院も例外でなく「面会謝絶」、「入退院延期」などと長い間ご迷惑をおかけしました。現在は、対面面会、リモート面会などの工夫をしております。

しかし新型コロナウイルスは、アルファ株、デルタ株、そしてオミクロン株と次々と変異株を生み出し、姿を変え、全世界を悩ませております。手指消毒、手洗い、マスク装着、そして密を避ける、換気が大事です。基本的な感染症対策を続けることが大切です。

ワクチンも数社が開発し、接種も積極的に実施されております。新薬の開発も精力的に行われております。本年がコロナ禍からの脱却の年になることを心から願っております。

認知症専門病院の当病院は、ますます進む高齢化社会の中にあって、地域の皆様とともに歩む病院、常に患者様目線、ご家族様目線で運営に当たる病院として努力をしております。

本年が皆様にとりまして素晴らしい年でありますように。

理事長 白濱龍興

外来案内

診療科目		月	火	水	木	金	土
午前	認知症外来	鈴木	非常勤	非常勤	鈴木	鈴木・非常勤 (隔週)	休診
		根岸		一木 (1/5、1/19のみ)			
	一般内科	白濱・窪山		白濱・窪山	窪山	窪山	
午後(新患のみ)			鈴木				休診

※内科受診に関しては、他院での受診をお願いさせていただく場合がございます。

受付時間		診療時間		面会時間
午前	午後	午前	午後	
8:45～11:30	13:00～15:00	9:00～12:00	14:00～17:00	現在 面会制限中※

※入院患者様への面会は木・土の予約制となっております。ご了承ください。
スカイプを利用したのオンライン面会も予約制のためご連絡ください。



蓮田よつば病院

当院は認知症専門の病院です

〒349-0114 埼玉県蓮田市馬込2163番地

電話:048-765-7777

医療法人社団 心の絆

よつば訪問看護リハビリステーション

電話:048-796-5157

蓮田よつば病院

ディケアわかば

病院方針

- ・身体拘束は原則おこないません
- ・薬物は適正に使用します
- ・言語的抑制を最小限にします
- ・地域と共に考え貢献します

～初めて外来を受診される方～
お電話での予約が必要になります

- ・紹介状
 - ・お薬手帳をご持参ください。
- 予約時間の変更等につきましては、13時以降に外来にお電話下さい
○休診日○
土曜・日曜・祝日は休診になります

蓮田市

認知症カフェ

はすカフェ

蓮田よつば病院 1Fフロアにて実施

毎月第一土曜日

10:00～12:00



～ よつばご飯 ～



※写真は職員食の写真となります。

献立

主食:オムライス
副菜:ツナマヨサラダ
フルーツ:マンゴー
汁:ミネストローネ

栄養価

エネルギー:518kcal
たんぱく質:19.8g
脂質:18.8g 塩分:4.5g

12月といえば、クリスマスです。クリスマスはご高齢の方でも懐かしい思い出があるのではないのでしょうか。昔を思い出す事は認知症の治療に効果があると言われています。オムライスにミネストローネ、おやつにはショートケーキという華やかな献立で皆様にもクリスマスを感じて頂けたのではないのでしょうか。

管理栄養士 水野俊

QOL推進部の取り組み

栄養科より

認知症予防が期待できる献立

認知症専門病院の管理栄養士として働いていると、患者様やそのご家族から「認知症を予防できる食品や料理は何？」という質問を頂くことがあります。ですが、残念ながら確実に認知症を予防できるという物はありません。しかし、効果が期待できる物はたくさんあります。今回はその一部をご紹介しますと思います。

代表的なのが血液をサラサラにするとされる青魚です。血液をサラサラにすることで、認知症と関係の深い脳梗塞のリスクを減らす事が出来ます。緑黄色野菜(中までしっかりと色のついた野菜)や玉ねぎも血液サラサラ効果が期待できます。

オリーブオイルなどの中鎖脂肪酸を多く含む食用油は、素早く脳の栄養となることから認知症予防効果が期待できると言われています。

鮭・海老・蟹に含まれる色素のアスタキサンチンの抗酸化作用に認知症予防効果が期待できると言われています。

最近の研究では、きのこ・大豆・コーヒーなどにも認知症予防効果が期待できると言われています。貝には脳神経に必要な栄養素であるビタミンB12が多く含まれているほか、うまみ成分も多く含まれている為、認知症予防に重要な減塩にもなります。ビタミンB12はチーズにも多く含まれています。

しっかりと食べて脳に栄養を送ることも認知症予防に重要です。香辛料やお酢は食欲増進効果が期待できるので、食欲がないときには活用してください。これらには腸の動きを良くする作用もあり、便秘解消効果も期待できます。

蓮田よつば病院 管理栄養士 水野俊

この食材を使った管理栄養士おすすめの「認知症予防が期待できる献立」をご紹介します。

鯖缶のシーフードチャウダー



※画像はイメージです

・材料(2~3人分)※分量は目安です

- | | | |
|----------------|-------------------|-------------------|
| ○鯖の水煮缶詰...1缶 | ○シーフードミックス...100g | ○きのこ(しめじ等)...1/2株 |
| ○ジャガイモ(小)...1個 | ○人参...1/3本 | ○玉ねぎ...1/2玉 |
| ○粉チーズ...大さじ1杯 | ○コンソメ(固形タイプ)...1個 | ○牛乳...1カップ(200ml) |
| ○白ワイン...大さじ1 | ○オリーブオイル...大さじ1杯 | |
| ○塩...少々 | ○カレー粉...少々(お好みで) | |



調理法

- ①野菜は食べやすい大きさにカットする。
- ②鍋にオリーブオイルを入れ、①を炒める。野菜がしんなりしたら牛乳を入れる。
- ③②に鯖の水煮缶を汁ごと入れ、シーフードミックスと白ワインを加えて煮込む。
- ④コンソメを加え、味を見ながら薄いようであれば塩を加える。
- ⑤仕上げに粉チーズとカレー粉をまぜて出来上がり。

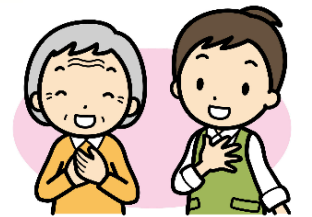
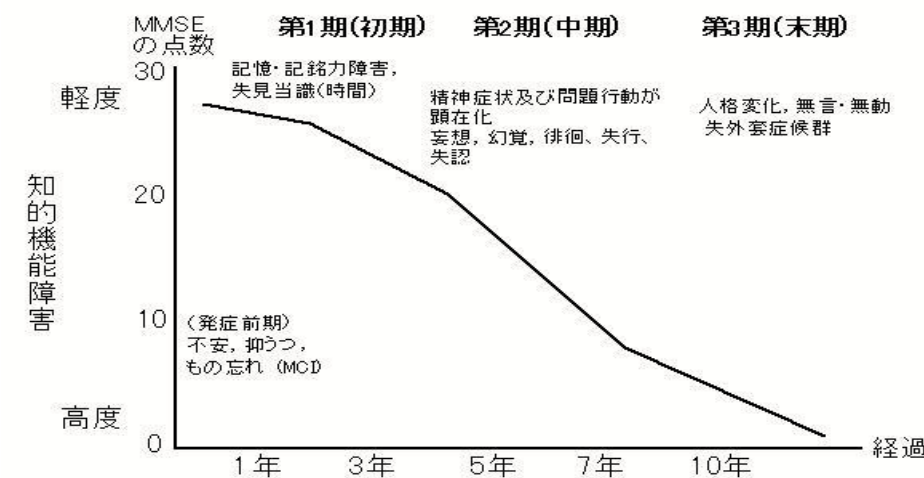
看護部の取り組み

一般的な認知症の経過について

現在の医療では認知症を治す治療法はなく、認知症の進行を遅らせる効果が期待される抗認知症薬と妄想や攻撃性などに対する投薬治療や精神療法などが一般的です。認知症の症状は体調変化や薬の変化、環境変化などの様々なストレスによって大きく左右され、認知症の進行にも影響を及ぼします。

一般的にアルツハイマー型認知症は年単位で緩やかに進行していきます。脳出血や脳梗塞の後に発症した血管型認知症では、症状が階段状に進行するとされます。レビー小体型認知症では時間や日によって症状に変動があり、いい時と悪い時をくりかえしながら進行していくと言われています。いずれも認知症の経過は、数年から10数年と幅があり、ストレスによる影響もうけるため、個人差が大きいものとなります。

いま、対応に困るような症状も長くは続かず、いつかなくなる時が必ず来ます。認知症になっても、笑顔でいられる時間が少しでも増えるよう支援していきたいと思っています。



グラフ:アルツハイマー型認知症の症状と経過

(公益財団法人長寿科学振興財団 健康長寿ネットより)

蓮田よつば病院外来 認知症看護認定看護師 小藤 静香

~よつば病院作業療法風景~

柚子狩り



柚子湯の提供



今月の予定

- | | |
|--------|---------------------|
| ○誕生会 | 2階・3階病棟
随時おこないます |
| ○1月8日 | はすカフェ |
| ○1月15日 | 認知症予防教室 |

感染症対策のため一部行事を中止させていただきます。
ご了承ください。