

診療科		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科 総合診療科 呼吸器内科	午前	栗原・伊藤	細田・武井・網野	栗原・細田	網野・武井・伊藤	栗原・伊藤
	午後	伊藤・武井	栗原	伊藤	武井	
	夕方診			交替制(第1~4週)		
	呼吸器					細田
◎午後:予約制 ◎夕方診、呼吸器内科:完全予約制						
小児科	午前	岩波	岩波	岩波	岩波	岩波
	午後		岩波・馬場(交替制)			岩波・馬場(交替制)
	夕方診			岩波・馬場(交替制)		
	予約	予防接種	慢性	予防接種	慢性	
・午後:14:00~16:30まで ・夕方診:16:00~18:30まで ◎予防接種:予約制、14:30~15:30まで ◎慢性:予約制、14:00~16:30まで						
外科 消化器外科	一般	森下		柘植	森下	
	消化器					森下(第2・4週)
◎消化器外科:13:30~15:45まで						
整形外科		柴田	柴田	柴田		柴田
◆月曜日のみ診療10時開始 ★水曜日のみ受付10:30まで						
耳鼻いんこう科 専門外来 のみこみの外来	午前	横田	岩下	横田	岩下	横田(第1・3~5週)
	午後					横田(第1・3~5週)
	夕方診			横田	横田	
	専門	めまい・横田	補聴器・横田		睡眠時無呼吸・横田	
のみこみ		細田/横田				
◎午後:予約制(当日予約可)、14:30~16:30まで ◎夕方診:予約制(当日予約可)、17:00~18:30まで ◎めまい、睡眠時無呼吸:予約制、14:30~16:30まで ◎補聴器:完全予約制、14:00~16:30まで ◎のみこみの外来:完全予約制						
産婦人科		山田	施		施	
◆診療9時開始						
皮膚科				菅谷		
眼科				岡部		
★受付10:30まで						
精神科・心療内科						木下(第2週のみ)
★受付13:00~13:30まで						

- 受付時間は原則8時00分~11時30分ですが、診療科によって異なる場合があります。診療開始は受付時間の30分後からとなりますが、診療科・曜日によって異なる場合があります。
- 禁煙外来、助産師による乳房マッサージや産後ケア相談等も随時受付中です。
- 急な体調不良で、平日午後受診を希望される場合はお電話にてご相談下さい。ただし、医師の状況等によりご希望に添えない場合もありますのでご了承ください。
- 休診日:土曜日、日曜日、祝日、5月1日、12月29日~1月3日
- ★諸事情により、急遽休診や代診等になる可能性があります。あらかじめご了承ください。
- ★上記担当表は変更される場合がありますので、病院ホームページにてご確認ください。



当院
ホームページ



ひだまり



新年明けましておめでとうございます。
2020年から4年間新型コロナウイルス感染症への対応に追われていた間にも、少子高齢化、労働人口の減少等、我が国にとって重要な問題は進行し続けています。海外情勢も非常に不安定です。今後も社会情勢は、我々が思っているより急速に変化していくと考えられます。その変化に対応できる医療・福祉の提供体制を、地域の皆様と共に考えて参りたいと存じます。

本年もよろしくお願いたします。

下伊那赤十字病院 院長
下伊那赤十字病院介護医療院 所長
馬場 淳



表紙…新年のご挨拶、災害救護訓練参加報告
2・3面…嚙下障害と誤嚥のお話
4面…外来診療担当医表

~ 支部合同災害救護訓練に参加しました ~

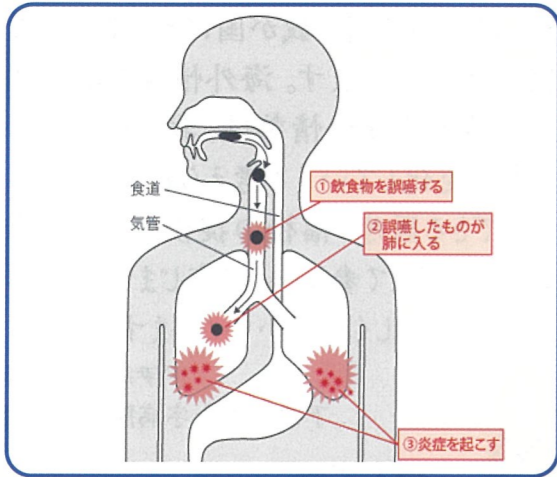
日本赤十字社第3ブロック支部合同災害救護訓練に、当院の救護第1班が参加しました。今回は愛知県で豪雨災害が発生したという想定のもと、派遣要請から現地への参集、ミーティングを経て指示された救護所や被災した病院への支援に向かい模擬被災者に対して救護活動を行うという、実際の流れに即した実践訓練を行いました。当院はこうした訓練を積み重ねることにより、大規模災害が発生した際には迅速かつ効果的な救護活動ができるよう備えています。



嚥下障害と誤嚥のお話

皆さん、おいしく楽しく食べられていますか？
 「食べる」ことは楽しいことですね。でも病気や加齢によって
 飲み込みの機能が低下すると…
 そこで、誤嚥性肺炎の原因と気を付けたい誤嚥の兆候や、予防法に
 ついてご説明します。

○誤嚥と肺炎の関係？



何らかの原因（病気や加齢）によって、食べた物や唾液が胃ではなく気管を通して肺に行ってしまうことを「誤嚥」といいます。誤嚥が続くと、肺で炎症を起こすいわゆる「誤嚥性肺炎」を起こします。
 これは、口の中の細菌を食べ物や唾液と一緒に誤嚥することで引き起こされます。

○これって誤嚥の兆候？

誤嚥を疑うサインです。お心あたりはありませんか？

- Check!
- よく食べこぼす
 - 飲みにくい・食べにくいものがある
 - むせる・せき込むことがある
 - 口の中に食べ物が残ることがある
 - のどに食べ物が残る感じがする
 - 声がガラガラする
 - 食事に時間がかかる
 - 食事以外でもよくせき込む・痰がからむ
 - よく熱が出る
 - 痩せてきた



○誤嚥性肺炎を防ぐ4つのポイント！

- その1 食後はしっかり口腔ケア！
- その2 栄養を摂って免疫力UP！
- その3 食事の前の嚥下体操！
- その4 適度な運動で筋力UP！



誤嚥性肺炎は自分で「防ぐこと」ができます。お口の中はいつも清潔に、そして十分な栄養と適度な運動で予防をしていくことが重要です。

嚥下体操



毎日3回、食前に行いましょう！

それでも心配な時は…私たち嚥下チームにお任せください！

下伊那赤十字病院で受けられる「摂食嚥下障害」の専門サポート

外来・入院は医療保険に対応しています。費用の詳細はご相談ください。

01 摂食嚥下専門外来のみこみの外来

完全予約制

対象 ▶ 軽度の摂食嚥下障害が疑われる方

内容 ▶ ● 各種検査 / 診察
 採血・レントゲン・CT検査
 嚥下内視鏡検査(VE)・嚥下造影検査(VF)
 ● 治療 / リハビリテーション / 指導
 嚥下訓練・栄養指導

02 摂食嚥下専門入院のみこみの入院

完全予約制

対象 ▶ 中等～重度の摂食嚥下障害が疑われる方既に摂食嚥下障害を抱えている方

内容 ▶ 経口摂取の再挑戦/再調整のための入院
 退院後も安全に食べる楽しみを継続できることを目標に、嚥下の訓練を行います。

期間 ▶ 状態に合わせて約1か月～最大2か月

入院中のながれ

1~2日目 現状確認・方針の検討

まずは検査で現在の摂食状況や嚥下機能の状態を確認します。適した食形態・姿勢・介助方法等を検討し、リハビリを開始します。

3日目 経過報告・目標を設定

ご本人さま・ご家族さまにこれまでの経過をご報告し、おおよその退院日やそれまでの目標を立てます。

4日目～

診察・リハビリを行いながら、状態に合わせて徐々にレベルアップの検討を続けていきます。

退院数日前 合同カンファレンス

入院中の経過や注意点をお伝えし、食事指導を行います。退院後も、もし摂食嚥下に関わるお悩みがあればいつでもご相談ください。

03 嚥下回診

対象 ▶ 当院に入院・入所されている患者さま

内容 ▶ 入院中の食事場面の回診(毎週)
 状態に応じた適切な摂取方法を検討。退院時にはご家族へのアドバイスも行っています。



04 外部講演

オンライン開催可

内容 ▶ 専門チームの職員が出向いて、摂食嚥下に関わる講演や研修会を行っています。各種講演のご依頼もご相談ください。

理念 Our Policy

食べることは、生活の質(QOL=クオリティ・オブ・ライフ)のひとつです。治療・訓練による嚥下機能の回復を目指すだけでなく、人生最期のひとときまで『安全に』『楽しく』『おいしく』食べることができるように。私たちは、その方法をご本人さまご家族と一緒に探お手伝いをさせていただきます。

● ご相談窓口
 下伊那赤十字病院 地域連携室まで
 ☎ 0265-36-5566

● アクセス
 〒399-3303
 長野県下伊那郡松川町元大島3159-1

