

徳権会 医療福祉情報

Dementia elderly person group home

内科 大案先生

ピロリ菌について今回もお話しします。今回は除菌についてです。ピロリ菌感染が認められた方で次の疾患が認められた方は、保険で除菌治療が行えます。(受診した医療機関でご相談ください)

- ・ヘリコバクター・ピロリ感染胃炎
- ・胃潰瘍・十二指腸潰瘍
- ・胃MALTリンパ腫
- ・特発性血小板減少性紫斑病
- ・早期胃癌に対する内視鏡的治療後胃

ピロリ菌を除菌するには胃酸を抑える薬(PPI)と二種類の抗菌薬の計三種類を旧二回、七日間きちんと飲み続けることが大切です。また服薬後、四週間以上あけて除菌判定を受診してあげることが必要です。

除菌治療中、軟便・下痢・味覚障害などの副作用があらわれることがあります。主治医にご相談ください。

除菌中は禁煙・禁酒をおすすめします。除菌後少数の方に逆流性食道炎がおこることがありますが、軽傷であれば治療せずに様子を見られます。除菌成功後も定期的な胃の検査を受けることをお勧めします。



心療内科クリニック 車地先生

昨年の初夏、当時アメリカの大統領であったオバマ氏が、被爆地広島を訪問して、歴史的なスピーチを行った。核兵器の廃絶を明確に意識しており、人類は科学技術のすさまじい進歩に合わせて、自分達のモラル(倫理観)を発展させなければならぬことを訴えたことは、まさに歴史に残る出来事のひとつとなるだろう。

しかし、これまであまり経験したことのない得体のしれない不安が、このところ北朝鮮とアメリカとの対立を背景にして急速に高まっている。日本の上空を北朝鮮のミサイルが通過したりしている。このためグアム島への修学旅行の計画を中止した学校もあるようである。太平洋戦争の激戦地での平和の希求も、かすれてしまっている。この国際間の不要な緊張感を払いのけてくれる人類の叡智を早くしぼりだしたいものである。



田中看護師

9月の中旬頃より暖かくなったり寒くなったりと気温の変化が続いてきましたが、野菜は確実に秋冬物へ。10月から旬が始まる食材にはかぶ、やまいも、ヤーコン、エンダイブ、ロケットサラダ、まいたけやまつたけのきのこ類・根菜類が旬を迎えます。

食卓を彩っていた夏の緑黄色野菜が旬を終えるのは寂しいですが、この時期に是非口にしていきたいのがつるむらさきです。鉄分やカルシウムが豊富で特有のねばり気には「ムチン」という胃壁の保護や強化など免疫カアップが期待できるからです。体調を崩しがちなこの時期につるむらさきも活用して体調を整えていってください。

つるむらさきも10月で旬が終わるのでお早めに^^



在宅往診部 訪問リハビリ 塚原理学療法士

最近、よく見かけるようになった「ロコモティブシンドローム」、通称「ロコモ」。運動器(筋肉や関節、骨、神経などの総称)の働きが衰えることによって日常生活の動作がスムーズにできなくなり、要介護のリスクが高まる状態のことを言います。

「ロコモ」予防の運動は、「負荷を少しかける」、「負荷を少しずつ上げていく」ことが大切です。普段あまり歩かない人は、まずウォーキングから始めてみましょう。また、日常生活の中でよく歩く人は、ややきつと感じる速度でウォーキングをすれば「ロコモ」対策になります。大切なのは、簡単な運動でも毎日続けることです。日常生活の中で、ちょっと意識して効果的に体を動かしてみましょう。



在宅往診部 歯科医師 田代先生

最近の研究では、歯周病と病気(糖尿病・心臓病・脳梗塞など)の関係性が明らかに。歯の有無と認知症の関係も研究が進んでいます。

いつまでも食事をおいしくいただき、健康に生きるために、口腔ケアでお口の中の細菌バランスを整えましょう。介護のお世話は、後回しにできないこともあり、毎日の口腔ケアは手間に思えるかもしれませんが、でも、口腔ケアによって失われた機能が少しでも回復したら、残っている機能が維持できたらどうでしょう。お世話の手間が減りませんか。また、口内細菌が原因で病気にかかってしまったら、看病にかかりっきりになってしまうかもしれません。その病気が、口腔ケアで予防できたとしたら...。口腔ケアは、介護される人だけでなく、介護する人にもメリットをもたらします。それぞれの状態にあった口腔ケアにトライしてみましょう。

在宅往診部 下川歯科衛生士

体力や抵抗力が弱っている人にとって、口の中の細菌は大敵です。

高齢化がすすみ介護や支援を必要とする人が増える昨今、介護の現場でも口腔ケアの必要性が高まっています。

病気や障がいなどで、自分でケアができない人への口腔ケアも大切です。

また、誤嚥性肺炎は、食べ物が入って気道に入ってしまったたり、だ液を飲み込む際などに口内の細菌が誤って肺に入ってしまうことが原因です。高齢者においては、睡眠中など知らない間にだ液を誤嚥しているケースが少なくありません。予防には口腔ケアで原因菌を除去することが大事です。

