



# Community Medicine

## — 地域医療の架け橋 —

つば+  
私たちには安全で温もりのある  
医療と保健サービスの提供をめざします。

2006年10月発行

第9号

社会保険神戸中央病院

〒651-1145

神戸市北区惣山町2丁目1-1

TEL 078-594-2211

FAX 078-594-2244

<http://www.zenshare.or.jp/khbb/>



耳鼻咽喉科



### ★概要

耳鼻咽喉科では感覚器（聴覚、平衡覚、嗅覚、味覚）の疾患、頭頸部の腫瘍（舌がん、咽頭がん、喉頭がん、甲状腺がんなど）、唾液腺（耳下腺、顎下腺、舌下腺）の疾患、アレルギー性鼻炎や慢性副鼻腔炎などの鼻・副鼻腔疾患、音声障害（声がれ）・嚥下障害（飲み込みにくい）など様々な疾患の診断治療を行っています。

外来診察は予約制となっており、月、火、木、金は2診で、水は手術日のため非常勤医の1診となっています。午後は補聴器外来（火、金）、頸部エコー検査（火、金）などの予約検査を行っています。検査の結果や治療の内容については、できるだけわかりやすく丁寧に説明することを心がけています。

### ★診療の内容

突発性難聴・顔面神経麻痺ではステロイド剤を中心とした点滴療法を外来で行っています。耳だれの続く慢性中耳炎や、真珠腫性中耳炎には、鼓室形成術や鼓膜形成術を積極的に行っています。耳だれのない小さな鼓膜穿孔については、外来日帰りでの閉鎖手術も行っています。慢性副鼻腔炎やアレルギー性鼻炎では、お薬の治療で改善が見られない場合には、侵襲の少ない鼻内内視鏡手術を行っています。睡眠時無

呼吸症候群・いびき症では、簡易モニターで重症度診断を行い、適切な治療に導きます。頭頸部の腫瘍は、手術を中心とした治療を行い、放射線治療や化学療法を併用し、最近では超選択的動注化学療法も取り入れています。

みみ・はな・のどに関する症状をお持ちの方は一度当科にご相談ください。



(日本耳鼻咽喉科学会専門医研修施設)



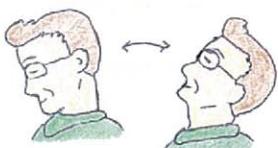
## 社会保険神戸訪問看護ステーションよりワンポイント

在宅で療養生活を健やかに送れますように、訪問看護ステーションよりシリーズでお届け致します。今回は「誤嚥（ごえん）による肺炎を予防するために」から『自分でできる嚥下（えんげ）体操』をご案内します。嚥下とは、飲食物や唾液が口から飲み込まれて胃に到達する一連の動作のことです。嚥下がうまくいかないと「飲み込むのに時間がかかる」「食べられない」「食事のときにむせる」「肺炎を繰り返す」などの症状がでます。これらを改善するためには、嚥下体操が効果的です。毎日忘れずに行いましょう。

**嚥下体操の方法** これらの運動を10回1セットとして1日3セット行いましょう

### 首の運動

ゆっくりと首を前後に倒します。次に首を左右に傾けます。



前後に倒す



左右に倒す

### 肩の運動

両肩をすぼめるように力を入れて、肩をゆっくりと前から後ろへ回します。



上へ 下へ



前から後ろへ  
肩を回す

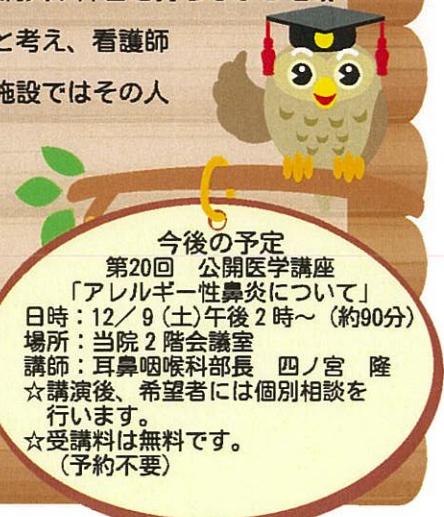


## 第19回 公開医学講座 (平成18年9月9日(土)開催) 看護局 宮内 恵子 看護局長

2015年には戦後のベビーブーム世代が高齢者となり、高齢化率が18.5%から26%になります。

また、認知症高齢者や一人暮らし高齢者も今後増加すると予測されています。超高齢化社会になろうとしている日本、高齢者看護や介護はこれから病院や施設にとって大きな課題であり、また奥深い内容もあります。

医療制度改革においても①医療機能の分化・連携の推進による切れ目のない医療の提供②早期に在宅生活へ復帰でき、在宅医療の充実による患者の生活の質（QOL）の向上の体制が求められています。このような社会状況の中、医療・介護の場面において、病気や障害を持ちながら地域でその人らしく生活できるよう高齢者の尊厳ある自立の支援が必要と考え、看護師たちは活動しています。病院では退院調整看護師が、介護老人保健施設ではその人らしく生活できる援助を、また、訪問看護ステーションでは自立支援に向けて援助を行っています。



今後の予定  
第20回 公開医学講座  
「アレルギー性鼻炎について」  
日時：12／9(土)午後2時～(約90分)  
場所：当院2階会議室  
講師：耳鼻咽喉科部長 四ノ宮 隆  
☆講演後、希望者には個別相談を行います。  
☆受講料は無料です。  
(予約不要)

## 緩和ケア病棟10周年記念講演会

去る9月9日(土)に、すずらんホールにて『緩和ケア病棟開設10周年記念講演会』が開催されました。大阪大学名誉教授の泉 美治先生には、「尊厳死をめぐる慈悲と愛の問題」という演題名で、慈悲と愛の違い、日本人の精神風土から縁のお話を、また神戸市灘区の関本クリニック院長、関本雅子先生には「在宅ホスピスケア」という演題名で、在宅ホスピスでは何ができるのか、在宅ホスピスの良さ、実情や問題点について、ご講演いただきました。

一般の方からの反響も大きく、会場から尊厳死についての質問などもあり、尊厳死カードの手続きの方法や家族の方々に自分の意思を理解、同意してもらうことの大切さなどを説明されました。



泉 美治 先生



関本 雅子 先生

### 老人保健法一部改正について

平成18年8月1日より、税制改正による公的年金等控除の縮減及び老年者控除の廃止にともない70歳以上の方のうち、現役並みの所得のある方を判定する基準収入額が引き下げられました。平成18年10月1日より負担割合・一部負担金が変更となります。

#### 70歳未満

(I) 一般所得者	現行	変更後
定額部分	72,300円	80,100円
多数該当	40,200円	44,400円
負担割合	1割	1割

(II) 上位所得者	現行	変更後
定額部分	139,800円	150,000円
多数該当	77,000円	83,400円
負担割合	1割	3割

※ 定額部分+1%は以前と同様です。

#### 70歳以上

(I) 一般所得者	現行	変更後
入院	40,200円	44,400円
外来	従来通り	従来通り
負担割合	1割	1割

(II) 上位所得者	現行	変更後
定額部分	72,300円	80,100円
多数該当	40,200円	44,400円
外来	40,200円	44,400円
負担割合	2割	3割

#### (III) 人工透析患者70歳未満の上位所得者

一部負担金 10,000円 →→→ 20,000円

※ 8月1日からの税制改正により、一般から上位所得者になった方については経過措置が適用されます。



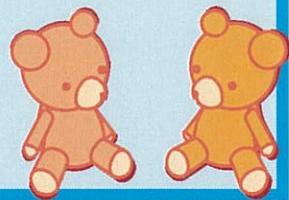
## 会計窓口の呼び出し方法が変わります。

10月中旬より番号を表示してお知らせする方法に変更する予定です。

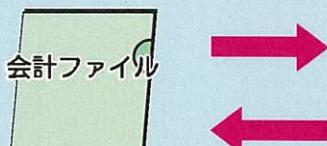
**4番 計算窓口**でお支払いがある方に、**会計番号札**をお渡し致します。計算が出来た方から順番に液晶画面(テレビ横)に番号を表示していきますので、お手持ちの番号が画面に表示された方は**5番 会計窓口**にお越し下さい。

変更してしばらくの間はご迷惑をおかけするかもしれません、ご協力お願い致します。

従来どおり、マイクでの呼び出しをご希望の方は、窓口にお申し出ください。



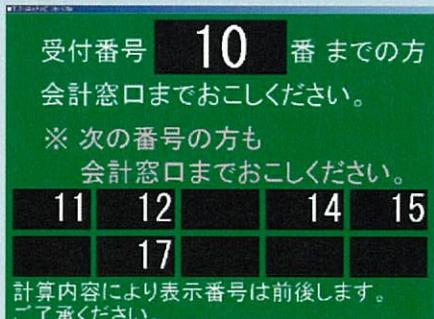
4番計算窓口に提出



お支払いのある人に発券



会計番号が表示されたら 5番会計窓口へ



二日酔いに迎え酒は  
効果がある？！

肝臓で、アルコールの分解に要する時間は、体重や体質によって違いますが、日本酒に換算すると、3合のお酒を処理するのに、およそ9時間かかります。つまり、飲む量が多く、飲み終わる時間が遅ければ、翌日も体内にアルコールが残った状態が続き、この状態が二日酔いだと言われています。

ちなみに、迎え酒とは…二日酔いの朝にお酒を飲むことです。

二日酔いの朝、“迎え酒をするとすっきりする”というのは、アルコールの摂取で一時的に血糖値が上がり、昨日飲んだアルコールが中枢神経を麻痺させ、さらに飲んでも気分が悪くなりにくいためです。しかし、これは一時的な気休め…二日酔いの症状を長引かせる原因でしかないのです。

では、効果のある解消法は…

忘年会シーズンが  
近づいてきます。  
どうぞ、ご参考に…

- ・低血糖状態の糖分補給に、果汁ジュース、和菓子、チョコレートを
- ・中枢神経を刺激するために、カフェインを含むコーヒーなどを
- ・熱いシャワーを浴び、全身の血行促進、アルコール分解促進を

### おいしい栄養学

れんこんとえびのドレッシング炒め

栄養課 村上 素子

サクッとした歯ごたえと、モチモチとした粘りのある味わいを兼ね備えた『れんこん』糸を引く粘り成分ムチンは、脂肪の消化を促し、胃もたれを防ぎます。

#### 〈材 料 4人分〉 1人分 118 kcal

れんこん…300g 醋…少々 えび（無頭・殻つき）…小12尾  
貝割れ菜…1/2パック フレンチドレッシング…大さじ4

#### 〈作 り 方〉

- ① れんこんは、皮をむいて乱切りにし、酢水にさらす
- ② えびは、背わたを除き、殻をむく。貝割れ菜は根元を切る
- ③ フライパンにドレッシングを入れて中火にかけ、れんこんを加え炒める
- ④ れんこんに軽く火が通り、透き通ってきたら、えびを加え、さらに炒める
- ⑤ 塩・こしょうをふり、貝割れ菜を加えて炒め合わせる

