

ざいたく かせ 在宅の風

～在宅医療の新しいかたち～

ご自由にお持ちください



平成29年1月発行

第35号

新年あけましておめでとうございます

昨年中は格別のご厚情を賜り厚く御礼申し上げます
皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます
本年も何卒宜しく願いいたします



医療連携について

私たち在宅診療所においては、定期的に医師会の集まりや中核病院との意見交換会など、いろいろな会合に出席させていただいておりますが、特にこの年末年始にはその機会が集中しております。

患者様情報、医療連携において、普段は診療情報提供書（紹介状）という書面や電話等のやり取りが多く、なかなか顔を合わせることは少ないのですが、会合に参加するといろいろな病院やクリニックのスタッフと直接お話しできる場所になり、“顔の見える連携”となります。



その中で、先生方とお話しして感じたことが、どの先生もたくさんの患者さんを診察しているにも関わらず、一人一人の事について「あの患者さんどうなったかなあ」「こんなことがあったなあ」と思い出せるもので、当院へご紹介いただいた患者さんの事をお伝えすると先生方はとても嬉しそうに話を聞いてくださいました。改めて、ご紹介いただいた患者さんを責任もって対応させていただくことを考える機会になりました。

干支「酉年」の特徴！

「酉＝取り込む」という繋がりです。運気もお金も取り込める、酉年は商売繁盛に繋がる年と考えられています。

ちなみに酉年生まれの人の特徴は

- ・頭の回転が速く、直観力に優れている
- ・行動力、決断力がある
- ・面倒見がいい
- ・社交的

周りの酉年生まれの人に当てはまることはありませんか？

肺炎に注意！

肺炎は原因によっていくつかの種類に分けられ、それぞれの原因で予防法が異なります。特に高齢者に多いのは、「肺炎球菌による肺炎」と「嚥下性（誤嚥）による肺炎」です。

肺炎球菌性肺炎は、成人の肺炎を引き起こす細菌で最も多く、重症化しやすい肺炎です。65歳以上の方を対象にワクチン接種について助成金が受けられるようになりました（詳細は各市町村役場へお問い合わせ下さい）。

誤嚥性肺炎は、飲食物や唾液が誤って気管に入ってしまう、口内の細菌が気管を通り肺に流れ込んで炎症を起こす肺炎です。高齢の方は飲み込みや咳が上手くできないことがあるため特に注意が必要です。

肺炎予防のためにできること

- ワクチン接種 ●マスクの使用 ●手洗い ●乾燥対策など
- 病原体となる細菌やウイルスなどは冬場に限らず存在しています。まずは規則正しい生活を心がけて免疫力をつけ、普段からの予防対策が重要です。

気になる医療ネタ

冬のみかんは大活躍！



“炬燵にみかん”・・・時代が変わってもやはり冬の風物詩ですよね。じつはその小さい体には、風邪の予防や身体活性化にも役立つたくさんの栄養素が詰め込まれています。果肉やスジにはビタミンやミネラル類。身袋には食物繊維。皮は乾燥させると陳皮（ちんぴ）という漢方薬にもなり、まさに捨てる所がない果物です。ちょっと変わった使い方では、皮を煮出した汁がリンソの代わりになったり、頑固な油污れ落としに活躍したりも。成人の摂取目安は1日2～3個。からだを冷やす作用もあるので、食べ過ぎには注意です。

発行：医療法人社団伍光会 北村山在宅診療所
〒999-3702 東根市温泉町二丁目5番3号
TEL:0237-41-0583
FAX:0237-41-0584
<http://www.denenchoufuiin.net/KitamuraYama/>

