

その骨折、防げたかもしれません。 高橋内科小児科医院で始める骨粗しょう症治療

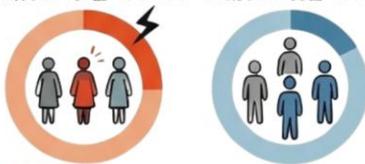
その骨折、防げたかもしれません。
50代から考える、骨の健康



高橋祐輔医師

骨粗しょう症が原因の骨折をしたことがある

50歳以上の女性:3人に1人 50歳以上の男性:5人に1人



骨折は、転んだ「結果」ではなく、骨粗しょう症が原因で起こることがあります。

国際骨粗鬆症財団(IOF)のデータでは、50歳以上の女性は3人に1人、男性は5人に1人が骨粗しょう症による骨折を経験するとされています。

特に大腿骨の骨折は、その後の生活や命に大きく影響することも少なくありません。

でも——骨粗しょう症は、検査で「気づく」ことができ、治療で「防ぐ」ことができます。

高橋内科小児科医院では、DXA(デキサ)による正確な骨密度検査を行っています。

症状がなくても、50代を過ぎたら一度、ご自身の骨の状態を知ることが大切です。

もし折れてしまっても！
最初の骨折を、最後の骨折に！！

一度折れても、そこからがスタート。適切な治療で、次は折れない強い骨を！

大腿骨骨折、5年生存率は約半分！

(49%)

参考：国際骨粗鬆症財団(IFO)

まずは自分の骨の状態を知ることから。



高橋内科小児科医院

検査を受けよう！
今日、相談してください！



医療法人あすかの理念

医療 介護 療育

私たちの使命

医療、介護、療育を通じて、この街に住む人々の役に立ち一生を支えること

私たちの目標

この街の多くの方に「あすかがあるから安心して生活できる」と感じてもらうこと



【目次】

1. その骨折、防げたかもしれません1
2. まやる大町『リフト付シャワーキャリー』導入 2
3. おもしろきかな我が人生 3
4. しゅりあ『主婦の会』 3
5. 毘沙門クリニック『寝たまま測れる体重計導入』 4

まやる大町に「リフト付きシャワーキャリー(機械浴)」を導入しました！！

昨年末より導入し、現在、利用者様にご利用いただいております。

【特徴】

〈利用者様〉

- 座面を電動で傾けること(チルト)が出来るため、前傾姿勢や座位保持が難しい方でも使用できます。
- 浴槽内でも窮屈さが少なく、リラックスしてゆったり入浴できます。
- 座面・背面・肘置きなどのシートはクッション性があり、座った際に「固い」と感じにくい仕様です。
- 耐荷重は100kgまで対応しています。
- リフトの昇降速度が非常にゆっくりなため、恐怖感を感じにくいです。
- 湯船をまたぐ動作が難しくなってきた方でも、湯船に浸かることができます。
- ヘッドクッションがあるため、洗髪時のすすぎもしっかり行えます。

〈介護する側〉

- シートの高さを電動で昇降し、介助しやすい位置に調整できるため、移乗・洗体を無理のない姿勢で行え、腰痛などの負担軽減につながります。
- 「またぎサポート(座面下に収納式)」機能により、浴槽とキャリー間の移動時に足元を手で支えずに、安全に介助できます。
- スライド式で、吊り下げることなく入浴できるため、安全に介助ができます。
- 脱衣室から浴槽への出入りまで、乗り換えの必要がありません。



ヘッドクッション

またぎサポート
(引き出して腿裏を乗せます)



【利用者様、ご家族のご感想】

- ・「待ってました！」(機械浴の導入について)
- ・「湯船に浸かることができ、足先から身体まで温まり、とても良いですね。」
- ・「リラックス効果も期待でき、本人が喜んでいます。」
- ・「やはり湯船に浸かるのは良いですね。」

【湯船に浸かられている際のご様子】

- ・お身体に拘縮のある方も、リラックス効果により緊張が和らいでおられます。
- ・表情が和らぎ、穏やかなご様子が見られます。
- ・入浴後は、お身体がぽかぽかと温まっておられます。



【その他】

もちろん、機械浴をご利用いただくかどうかについては、利用者様のお気持ちに寄り添いながら、お手伝いさせていただきます。

【私たちの想い】

・ご家族から、「デイサービスは、どのような状態になると利用できなくなるのですか？」「このような状態でも利用してよいのでしょうか？」といったご質問をいただくことが多くあります。私たちは在宅生活を支えるチームの一員としてケアマネジャー、訪問系サービス、医師など、多職種と連携しながら利用者様を支えていくことが大切だと考えています。そのため、基本的には、利用者様がどのような状態になられても安心してご利用いただけるよう、環境含めた体制整備に努めています。今後さらに整えていく必要があることについても、随時検討を重ねています。私たちは、「不安」を「安心」へ変えるお手伝いをしたいと考えています。また、利用者様ご自身にも「まやるには〇〇があるから、安心してずっと通うことができる！」と思っただけのような場所でありたいと願っています。



おもしろきかな我が人生

おおた かずこ

大田 一子さん

昭和4年12月29日生まれ(96歳)



大田一子さんは福山市千田町で「知らない人はいない」と言われた人物だ。若い頃は婦人警官として、痴漢の摘発や売春婦の取り締まりに当たり、時には米軍のジープに乗って現場に向かうこともあったという。周囲から「英語がペラペラ」と言われたこともあるが、日常会話くらいは話せます。婦人警官の試験は何十倍という難関だったといい、同期3人そろって合格。「優秀だった」と当時を振り返る。こうした経験を重ねながら、大田さんは「人生の思い出は宝」と語ってきた。

結婚後は広島市・比治山の川堀病院で医療事務として働いた。可部から通っていた院長が「ハンサムでうれしかった」と話し、七軒茶屋駅まで車で送ってもらう時間が楽しみだったという。しかし、その姿を見た夫が嫉妬し、退職することになった。

退職後、「退屈でしよがなかつた」と一念発起して大田美容室を開業。「おしゃれで金儲けができないかと思って」と始めた店は、押すな押すなの繁盛ぶりだった。年末年始は朝5時から翌朝まで連続営業し、着付けや髪のセットなど初詣の準備で慌ただしく過ごした。大みそかの深夜0時に訪れた客には年越しそばを振る舞い、客だけでなく従業員にも同じようにふるまったという。

半生を母校の小学校で語った話は当時評判となり、80歳以上の世代を中心に「みんな知っていた」と言われるほど広く知られた。芸備線沿線や福塩線周辺でも名が通っており、私服で列車に乗っていても「すぐばれた」と笑って振り返る。

「わが人生に悔いはなし！ まだまだですよ」。好物はウニとイクラで、「歯はないけどね」と冗談を交える。そして何より、大田さんはとても明るい。話の合間に笑いが絶えず、聞き手が自然と引き込まれていく。楽しく語りかけながら、最後にはこちらの心まで温かくしてくれる人柄が印象的だ。

お母さんが102歳まで長生きしたということで、あと6年どころか、115歳以上生きてギネスに載るとおっしゃってました！



しゅりあちよーく 『主婦の会』

しゅりあちよーくでは、毎週木曜日に「主婦の会」というプログラムを行っています。何をやるの？と思われるのですが、主婦ならではの趣味活動を皆さんで話し合い、協力して完成した作品に達成感を感じ、何よりも「楽しかった」と思っていたきたいプログラムです。

2か月に一度、外部講師を招き、頭、顔、手のセルフマッサージと、ネイルを体験したりします。「何色にする？」「楽しいね。」とワイワイ、ドキドキ、「かわいいでしょ？」と見せて下さる指先は、桜の花びらのようなピンク色で笑顔満開でした。

先月は、柄模様の折り紙で雛飾りを作りました。選んだ紙を見せ合ったり、折り方を聞いたり賑やかに作られ、素敵な雛飾りが完成しました。

これまでも季節の飾り物、布花リース、布や新聞のブローチ、時には歌やゲームをしたりと楽しい時間を過ごしています。これからも様々なことに挑戦し、やりがいを感じられるプログラムにしていきたいと思えます。



毘沙門クリニック 『寝たままで測れる体重計を導入しました。』

【寝たままで測れる体重計を導入しました】

毘沙門クリニックでは、利用者様の健康状態を把握するため、毎月1回の体重測定を実施しています。

体重は、栄養状態や水分バランス、体調変化の兆候を知るための大切な指標です。

これまでの体重測定は、次のような方法で行っていました。

- ✓ご自身で体重計に乗れる方は、直接体重計で測定
- ✓車椅子をご利用の方は、車椅子に乗ったまま測定
- ✓寝たきりの方や座位保持が難しい方は、ベッドから車椅子やリクライニング車椅子へ移乗して測定

しかし、寝たきりの方や座位保持が難しい方については、ベッドからリクライニング車椅子へ移乗して測定する必要があり、利用者様への身体的負担に加え、利用者様・スタッフ双方の負担が大きく、測定に時間がかかるという課題がありました。

そこで昨年11月、ベッド上で寝たまま体重測定ができる体重計を導入しました。

この機器は、寝たままの状態でも体重を測定できるため、利用者様の負担を軽減できるだけでなく、介助を行う職員の負担軽減にもつながっています。

今回の導入により、

- ・利用者様とスタッフの負担軽減
- ・より安全でスムーズな体重測定が実現しました。

毘沙門クリニックだけでなく、医療法人あすか全体で、今後も利用者様の安心・安全と、よりよいケアにつながる環境づくりを進めてまいります。

-寝たまま測る新しいスタイル-
トランスファーボードスケール
MS7800(検定付)



「あすか通信」発刊月変更のお知らせ

いつも医療法人あすかの活動にご理解・ご協力をいただき、ありがとうございます。

ニューズレター「あすか通信」は、今年から **奇数月(1・3・5・7・9・11月)** の発刊に変更となりました。今後も、地域の皆さまに役立つ医療や健康に関する情報、当法人の取り組みなどをお届けしてまいります。引き続き、「あすか通信」をよろしくお願いいたします。

ぜひご覧ください



医療法人あすか関連施設

- 緑井二丁目12番25号
高橋内科小児科医院
デイケアすてつぷ
ショートステイみどりい
小規模多機能型居宅介護事業所
つどいの家
児童デイサービスぱるびしゃもん
- 緑井三丁目20番1号
あすか居宅介護支援事業所
あすか訪問看護ステーション
児童デイサービスぱるみどりい
病児保育室

- 緑井二丁目9番31-102号
児童デイサービスぱるひよし

ホームページ



Instagram



- あすかケアプラザ
中須一丁目26番12号
ヘルパーステーションあすか大町
ヘルパーステーションあすか大町24
デイサービスセンター
まやるちょーく大町
ショートステイあすか大町
サービス付き高齢者向け住宅
レジデンスあすか
- 毘沙門台東一丁目24番16号
デイサービスセンター
しゅりあちょーく
- あすか療養センター
緑井三丁目40番40号
毘沙門クリニック
ショートステイいわや

“ニューズレターあすか”は

当法人のホームページ上でも見ることができます
全編カラーで掲載しておりますのでぜひご覧ください

<http://www.asuka-net.or.jp>



医療法人あすか

Mail: asuka@asuka-mc.jp

〒731-0103 広島市安佐南区緑井二丁目12番25号

TEL:082-879-3143 FAX:082-879-3190

(編集:今中 峰三子 澄川 幸子)