

ふれあい通信

227号

発行日
2024.4.1

よりそう医療と介護 もてなしの心で地域に貢献



院長先生の よもやま話

博至会理事長 兼 矢野医院院長 矢野 博一

慢性便秘について

ドイツ人医師のシーボルトが幕末に日本に持ち込んだ主に2種類の下剤だけが長く使用されていて便秘治療に関しては、日本は海外に大きく遅れを取っていました。近年、日本でも新しい種類の下剤が発売され便秘治療薬の選択肢が広がってきています。

便秘のみを主訴として来院される患者は多くありません。「便秘は病気ではない」という誤った認識や「恥ずかしいから」という理由があるようです。また便秘症は女性の病気だと思っている人が多いと思いますが、70歳以上では男女差はなくなってきました。便秘治療の基本は、生活習慣の改善、食生活の改善です。内服は浸透圧性下剤と呼ばれる下剤をまず使用するのがよいでしょう。便を柔らかくして便秘を解消する内服薬です。「酸化マグネシウム」はその一つで腹痛が生じにくく使

用しやすいです。腎機能が低下している方は注意が必要なと一部の胃腸薬で効果が弱まる場合がありますが、まずはこの下剤を使用するのがお勧めです。「ポリエチレングリコール」という下剤もお勧めです。この下剤は飲み合わせが問題となる内服薬がありません。アメリカではこの下剤は普通のドラッグストアで購入することができます。

上記の2剤で改善がない場合に次に「胆汁酸トランスポーター阻害薬」使用するのがよいでしょう。この下剤は大腸での水分分泌と蠕動運動の促進により排便を促します。また最近では直腸の感覚閾値の改善作用もることが報告されています。これは何かといいますと通常は肛門のすぐ上の直腸に便が移動してくると便意を感じます。加齢とともに便意が感じにくくなっているのを改善する作用があるのです。特に高齢者ではこの直腸の感覚閾値が低下していることが多いので高齢者の便秘改善にお勧めの下剤です。

当院の空きスペースをにぎわいの場に

矢野医院前に移動スーパーがやってきます。

毎週水曜日 午後1時30分から販売

移動スーパー『とくし丸』

買い物にお困りの方、ご近所の皆様ぜひご利用ください。



こけし

大切な想い

先日縁あって、地区の法要で卒寿であるお寺さんの法話を聴きました。

「郷」という字は、人と人が山盛りのごちそうを挟んで楽しく向き合っている姿だそうです。あったかくて幸せな素敵な字だったんですね。

ところで、皆さんの心の奥にある大切な想いって何でしょう？ そう言えば、小さい頃から家族や親戚、近所の方々からも、口やかましいくらいに「気つけていかれ」「何しとんがけ、ちゃんとしられま」と。進学や結婚などで親元を離れば「元氣げ、大丈夫、ちゃんとご飯食べとっけ」などいつも気にかけてもらい、そんな中で育てられていました。「うっとおしなあ」と感じたり「有難い」と感じたりしながら、心の根っこを張っていたのかもしれない。

お寺さんの言葉に、「帰悦」とは待つてくれている帰る所がある幸せ」とのこと。心の奥で「そうそう」と頷いていた。私はその想いを次に育てられているのであろうか？

診察室から



認知症と社会脳

前理事長 矢野 博明

人間愛

認知症の治療に携わっていると、幻覚・妄想や暴言・暴力、徘徊など行動・心理状態(BPSD)など、対応が難しく、治療に難渋する事がよく見られます。また前頭側頭型認知症では、内的な欲求を制御することが出来ず、本能のおもむくままに行動する(脱抑制)、無為、無関心、他人への共感や同情の欠如、病識の欠如や注意障害そして遂行機能障害等の障害がみられます。これらは脳の高次機能の障害であり、社会脳の障害でもあります。社会脳とは人間が社会生活をうまく営むために必要な脳の働きであり、共感・同情、表情の認知、協調性、自己認識や理性的抑制そして遂行機能などがあります。

社会脳の障害は多くの場合認知症の病状と大変良く似ています。この機能を担っている部位を連合野と呼び、前頭葉、側頭葉および頭頂葉にあり精神の座と言われています。その中でも前頭葉の前方に位置する前頭前野は特に脳の高次機能にかかわっております。

背外側前頭前野は判断、推理、論理的思考、抽象化の機能の他に注意機能や表情の認知、共感・同情の機能等があります。内側前頭前野では意欲、発動性、注意機能、外的情報の統制や内的情報の統制、遂行機能、人間の社会性をコントロールする、そしてワーキング・メモリー(作業記憶)の活動などがあります。社会脳への対応は認知症への治療へと導くものであり、その治療は障害されている認知機能そのものを改善することではなく、日常生活の中で習得すべき具体的な課題を学習していくことであります。

社会脳を深く知ることによって、認知症の心の、精神の深層を理解することによって、その他身体症状、病前性格、生活歴、現在の環境などの個人の特性を知ることによって、社会脳の障害への難問が、紐解くように少しずつ解明されていきます。社会脳を学ぶことによって、私は認知症の迷走の森からぬけ出られる方法を学んでいけるのではと今思っています。まだ道半ばですが。

外来

認知機能検診

もの忘れが心配な方、記憶があいまいになってきたり知り合いの名前がすぐ出てこない心配な方、身だしなみに関心がなくなった方。射水市が行っている“認知機能検診”を受けてみませんか？

対象者…射水市に住所を有する満65才以上の方

(※医療機関で認知症の診断・治療を受けている方や介護認定を受けている方を除きます)

診断内容…①認知機能テスト(15分程度の聞き取り)

②医師が必要と認めた方はMCIスクリーニング検査(血液検査)

検診料…無料

希望される方は当院で予約され検査を行うことができます。

☆検診はなるべく生活状況等のわかる家族と一緒に受診しましょう。

デイサービス癒さぁ



今年辰年。一階エレベーター前には、大きな【龍】の貼り絵が飾られています。ご覧になれましたでしょうか？辰年に合わせて、昨年末にデイサービスを利用されておられる方々と職員が力を合わせて作りました。

デイサービス癒さぁでは、ここに掲載した他にも様々な作品が、所狭しと飾られています。指の巧緻動作



練習・趣味活動の継続などを目的に、貼り絵・書道・各種の手芸作品・折り紙・塗り絵・・・。

また、利用者様にくつろいでもらう空間を提供しつつ、運動もしてもらえるような工夫をいくつも用意しています。



デイサービスご利用の

際には、バイタルチェックから始まり、基本動作訓練・マシンを使ったトレーニング・計算問題やパズルなどの脳トレ・集団体操・入浴・日常動作練習・趣味活動、はたまたコーヒータイム・ひらすま・動画鑑賞・・・等の様々なメニューを提供。



矢野医院に来られた際には、診察の待ち時間などに、ちょっと二階に寄って見て下さい。



居宅介護支援事業所

今年の1月末に某ショッピングセンターが閉店しました。1973年の開店から半世紀以上、利用しておられた方にとっては生活の一部であり突然の閉店に驚かれた方も多いのではないのでしょうか。

最近では家の近くにお店がない、お店へ行く手段がない、そもそも外出自体ができないとの理由から買い物に困っている方が増えています。担当利用者様からも買い物についての相談を受けることがあり、代行や配達サービスを勧めることがあります。でも大抵の方はお店へ行き自分で欲しい商品を選びたいと仰います。「何を買おうかな」「今日はどんな物があるかな」と考えたり、「元気にしとるけ?」「足と腰が痛てやっとかっ」と顔なじみと世間話をするのも買い物に行く楽しみのようです。

暖かい季節になりました。まずは体力をつけて外に出てみませんか? もし自分の体調が心配な方、体力や歩くことに不安がある方は当事業所までお気軽にご相談ください。



医療法人社団 博至会

●矢野医院

〒934-0011 射水市本町 1 丁目13-1
office@hakushikai.jp

FAX 0766-82-5110

●矢野医院

TEL 0766-82-5150

●デイサービス癒さあ

TEL 0766-73-8155 FAX 0766-53-5690

●矢野居宅介護支援事業所

TEL 0766-53-5693 FAX 0766-53-5735

●矢野神経内科訪問リハビリテーション

TEL 0766-73-7703 FAX 0766-53-5690

休憩室&スポーツ室ご案内

待ち時間やご家族様の休憩の場
憩いの場としてご利用ください。

ヤクルト販売

毎週金曜10時から11時まで

運動器具設置



ご自由にお使いください♪

矢野医院のホームページ

<https://hakushikai.jp/>



●診療案内

担当医	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
午前	矢野 博一	○	○	○	○	○
	矢野 博明	○	○	○	○	○
午後	矢野 博一	○	○	○	休診	○
	矢野 博明	訪問 診療	訪問 診療	訪問 診療	休診	訪問 診療

- [矢野博一医師]主に一般内科を担当
- [矢野博明医師]主に脳疾患を担当
- 受付開始時間 8:05 ~
- 診療時間 8:40 ~ 12:00
14:30 ~ 18:00
- 休診日 日曜・祝祭日・木曜午後
- 胃内視鏡(胃カメラ) 原則予約制
- 補聴器の相談日
第2・4火曜日 午後2時~3時