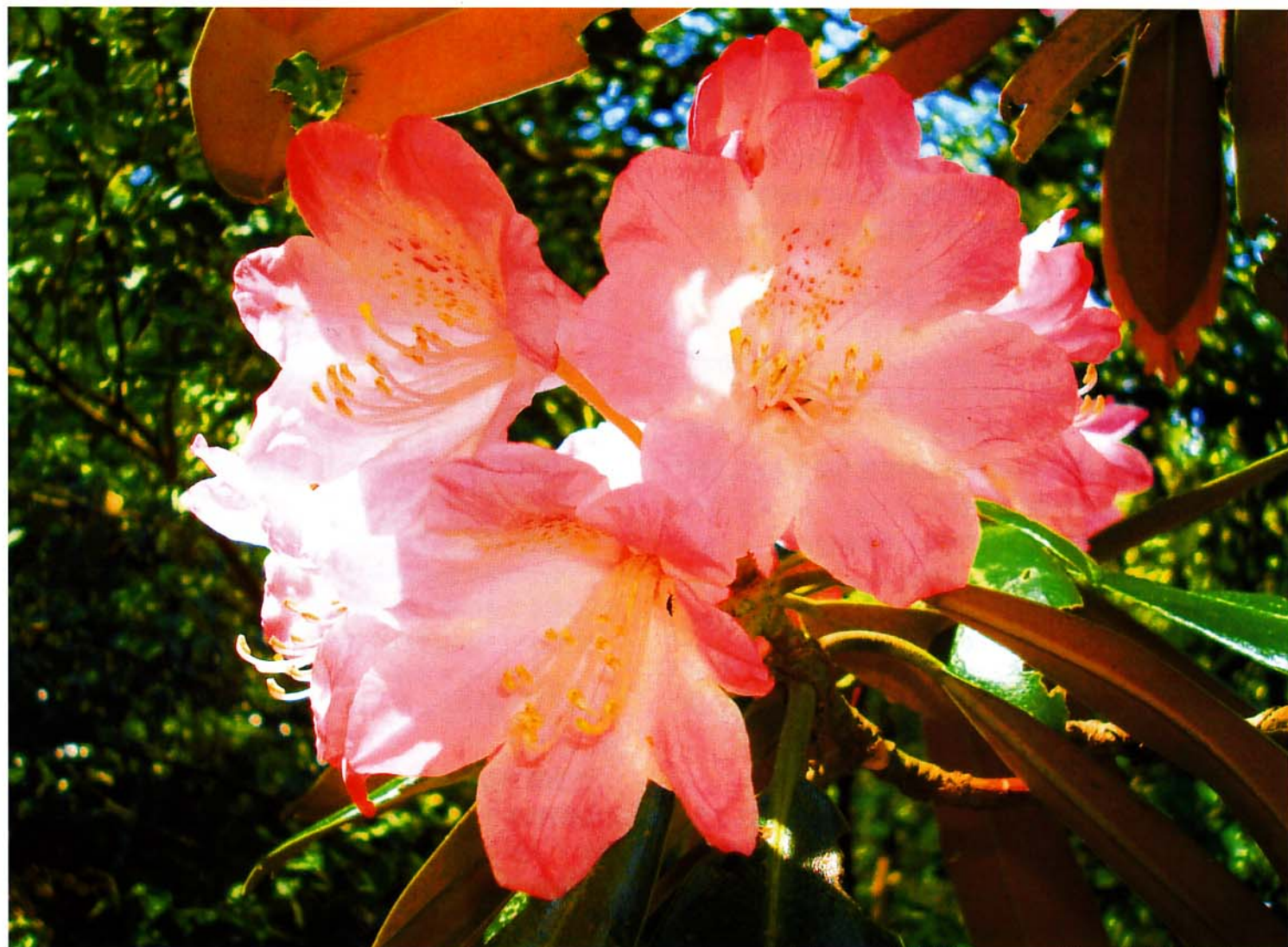




宇宙

Vol.47

●題字は深町正喜氏



かならせやま
しゃくなげ（鹿嵐山） 宇佐市院内 小南達矢氏撮影

■突然死をさけるには！？

CTとは・MRIとは

■ホワイトバード

■病院のお仕事紹介

理学療法士・作業療法士

■Seiryō Topics

花見・おひなまつり・花月グランドゴルフ大会

■今後の行事

■日田散歩 ③③

読書鳴弦の儀

■かんたんレシピ♪ 簡単でおいし〜いクリームチーズケーキ



突然死をさけるためには！？

先月、プロ野球読売ジャイアンツ木村コーチの突然の死には驚かされました。

体を鍛え・健康には人一倍気を使っているプロ野球選手。しかも37歳という若さでの死は、私たちも自らの健康について考えられます。

そこで、今回は「突然死」について調べてみました。

突然死

「事故や自殺などの外因性の原因がなく、それまでまったく病気がないか、あっても安定した状態にありすぐに悪化する気配がなかったのに、突然病気が発症して24時間以内に死んでしまう場合」を突然死と呼んでいます。

突然死を起こす直接の原因の約半数は心臓。残りは脳（くも膜下出血や脳内出血、脳梗塞など）や呼吸器系に原因があると言われています。

突然死はどんな状況で起こるのか

川村孝氏（京都大学保健管理センター長）らが、1989年から7年間にわたって調査した中に、突然死した264人のデータがあります。

- ・ **40代、50代**が最も多い
- ・ 女性より**男性**のほうが約2倍の確率で起こる
- ・ 月別にみると**4月**が多い
（平均的な月に比べて1.62倍）
- ・ **週末に起こる**ケースが多い
- ・ **深夜から未明**にかけて起こることが多い
- ・ 勤務中に突然死する確率は2割弱、**勤務外が8割強**。その内訳は、睡眠中が20%、入浴中が5%、用便中が5%と、自宅で倒れる確率が多い

こんな前兆に要注意。「定期健診」を必ず受けよう
突然死はほんとうに「突然」やってくるのでしょうか。

急性心筋梗塞やくも膜下出血などで突然死した人が事前に訴えていた自覚症状には、次のようなものがあるそうです。

- ①近ごろ、体がだるく、疲れがなかなか取れない
- ②熱っぽい状態が続いている
- ③なんとなく体調が悪い
- ④頭が痛い
- ⑤食欲がない
- ⑥時々胸が痛む
- ⑦肩こりが激しい
- ⑧手足がしびれる

このような症状は、取りたてて珍しい症状ではないため、自覚症状から突然死を予知することは難しそうです。**結局のところ、定期健康診断などを受け、高血圧や高コレステロールなどの異常があった場合、「そうなんだ」と放っておかず、必ず生活習慣を改善し、治療を受けるなどするようにしましょう。**

くも膜下出血

くも膜下出血とは、致死率が高く、発症するとおよそ半数の人が命を亡くしてしまうほどのおそろしい病気です。

くも膜下出血の最大の原因は脳動脈瘤で、くも膜下出血を発症した日本人の約8割から9割は、脳動脈瘤からの出血と考えられています。

脳動脈瘤が破裂するまで患者さんの多くは全く症状がありません。その一方で未破裂脳動脈瘤を持っているおよそ40%の患者さんは、以下の症状を経験することがあります

- ・ 視野の辺縁が見えにくい
- ・ 物事を考えることに困難を感じる
- ・ 言葉がしゃべりにくい
- ・ 知覚の異常
- ・ 突然の行動変化平衡感覚や協調運動（手足を上下に動かすこと）の不調
- ・ 集中力が減少する
- ・ 最近の事を記憶することが難しくなる
- ・ 疲労や倦怠感が強くなる

もちろんこのような症状は他の病気の場合にも起こりうるものですから、脳動脈瘤の症状と他の病気による症状とを見分けることが難しい場合が多いのです。

くも膜下出血を予防する唯一の方法は、破裂前に脳動脈瘤を発見し、治療することです。CTやMRIで「脳は問題ない」と言われて安心していらっしゃる方は多いですが、通常の断層撮影で脳動脈瘤は診断できないため注意が必要です。

ちなみに、当院でもMRIによる脳血管撮影(MRA)の検査は行えます。

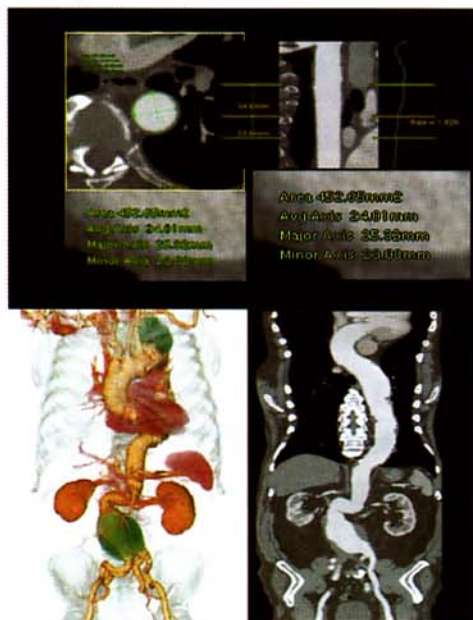
治療は脳外科などの専門医にお願いすることになりますが、心配な方は主治医までお申下さい。



CTとは

CTというのは、X線を使って、体の断面の写真を撮る装置です。当院は今年の3月15日より、最新のマルチCTとなり、検査自体は2～3分程度（実際の撮影は数秒です）で苦痛も無く、寝ているだけで終わります。

この検査をおこなうことによって、外からは見えない体の中の様子が良く分かります。

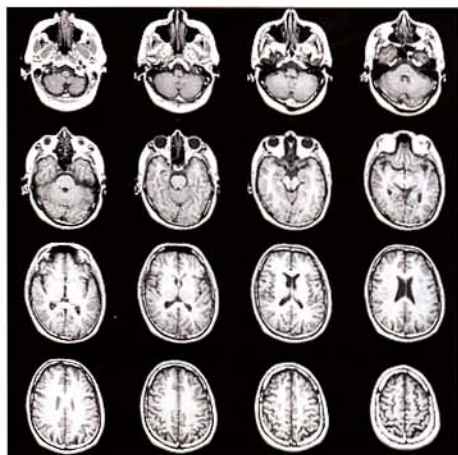


胸腹部CT検査(血管解析)

MRIとは

これは"CT"とは異なり、"磁石の力"を使って体の断面を撮る装置です。

MRIでは、検査時間は20～30分程度とCTに比べると長くなりますが、CTでわかりにくい情報を得ることができます。



脳卒中

CTとMRI どちらがいいの？

脳卒中には大きく分けて、脳出血やくも膜下出血など出血性の脳卒中と、脳梗塞など、血管が詰まって起こる虚血性（きょけつせい）の脳卒中との二つのタイプがあります。この出血性の脳卒中と、虚血性の脳卒中とでは行われる治療が全く正反対となり、逆の治療を行うと大変なことになります。そして、脳卒中の治療は一分一秒を争うことが多く、最初の段階で、すみやかに出血性の脳卒中かどうかを鑑別してしまうことが大切です。そのため、発病、間もない脳卒中には、まずCTを行うのが原則です。なぜなら、もともとMRIは出血の診断が苦手だからです。つまり、MRI検査を行っても脳出血やくも膜下出血などの急性期の出血は写らないことが多く、結局、MRIでは出血しているのかどうか分からないからです。一方、出血性の脳卒中である脳出血やくも膜下出血はCTを行えば、発病直後でも直ちに診断が付きまします。CTで出血がなければ、脳梗塞と考えるとまず間違いありません。しかし、急性期の脳梗塞（虚血性脳血管障害）はCTでは写らないことが多いのですが、急性期の脳梗塞はMRI検査の拡散強調像という撮影方法で早期診断ができるようになってきました。そこで、出血がなくて、脳梗塞を疑った場合、次に行う検査がMRIということになります。



ホワイトバード

平成 20 年 11 月より、医療搬送用ヘリコプター「ホワイトバード」が、日田から利用できるようになってはや 1 年半。この間、数多くの患者さんが利用して、救急病院（新小文字病院・和白病院・新行橋病院・新水巻病院）へ搬送され、救急医療が大変充実したものとなりました。

＊平成 22 年 3 月現在、「ホワイトバード」で運ばれた人は 27 名。

また、手術後に車で日田に戻ってくるのが困難な患者さんが 13 名ほどホワイトバードを利用して戻ってこられました。

運航開始までには、離発着場の問題で苦労しました。通常利用されている三隈川河川敷のヘリポートは建設省の管轄で、民間には利用させないということでした。

そんな時、TDK 三隈川工場の駐車場の一部にヘリポートの印である H に O のマークを見つけ、池友会のヘリ担当者と工場を訪ね、工場長・総務係長に趣旨をご説明し利用許可のお願いをいたしました。

TDK 側は、駐車場をヘリポートとして利用することを、社会貢献活動の一環と捉え、速やかに許可していただきました。



現在 TDK 三隈川工場では、ホワイトバードが来る時は、工場内に一斉放送され、ヘリが来ることを知らせるが、患者プライバシーを守るためにヘリポート周辺に近づかないことや、ヘリポートが従業員駐車場の奥にあるため、患者を搬送してくる病院車両と駐車場で事故を起さないように、ヘリポート利用時には、駐車場内の車の出入りを禁止していること。いつでもヘリポートとして使えるように、ロープを張って駐車場の一部を使用禁止にしていること。工場内で工事がある場合も、工事車両・器材をヘリポート周辺には置かないこと。ヘリが来る際は、工場の守衛さんがヘリポート周辺の警備をしてくれること、などたいへんご協力を頂いています。



TDK では、今後当院に限らず、地域の医療機関全てがヘリポートを利用してくれることを望まれています。また、事故や災害時などの利用や、現在三隈川河川敷を利用しているドクターヘリが、増水時などで河川敷が利用できない時に、要請があれば利用してもらってかまわないとのことでした。

病院のお仕事紹介

理学療法士 (Physical Therapist) 作業療法士 (Occupational Therapist)



身体に障害を持つ方に対し、医師からの指示を受け、その人の状態にあった基本動作の回復を目的としたリハビリを行う仕事です。

理学療法士・作業療法士ともに厚生労働大臣認可の国家資格であり、専門の理学療法士・作業療法士養成施設を卒業し国家試験に合格しなければなりません。専門養成施設は3年制または4年制の専門学校・短期大学・4年制大学などがあります。

理学療法士は、運動を通じて機能回復を行う『運動療法』や電気刺激や温熱療法などの『物理療法』を行い「歩く・立つ・座る」など身体的基本的動作や運動能力など大きな日常動作を回復対象としています。対して、作業療法士は、陶芸、園芸、手芸、工芸などの作業や動作訓練を行い「着替える・文字を書く」など身体機能を実践的に応用し細かな日常動作を回復対象としています。作業療法士は理学療法よりメンタルな要素が強く、患者の社会適応能力を育てることが目標になってきます。



理学療法士

真 武 孝 行

(病院外来・入院担当)



Q. この仕事のやりがいとは??

患者さんや利用者さんからいろんな話を聞くことが出来、知識が増えること。また、ニコニコしながら「治ったよ」と言われるところ。

Q. この仕事の大変なところは??

一日で結果が出ず、何日もかかるところ。

Q. どうしてこの仕事を選んだのか??

姉から勧められて入学し、不安もあったが勉強していくうちに早く仕事をしたいと思った。

作業療法士

伊 藤 淳

(デイケア担当)



Q. この仕事のやりがいとは??

朝夕の送迎時に自宅での様子や実際に生活の場面で困っていることなどを把握し、リハビリに活かしていくところ。

Q. この仕事の大変なところは??

限られた時間内に、来ている利用者さんが満足できるリハビリを行わなければいけないこと。

Q. この仕事の好きなところは??

利用者さんに色々な事を教えてもらったり、一緒に頑張って笑顔が見れるところです。

◆花見

岩里病院では、毎年桜の便りが聞かれ始めると入院患者さんの「お花見計画」を立てます。一人では桜の樹の下に行くことが出来ない、家族の支えだけでは外出することが難しい患者さんそしてこの時期に入院生活をしなければならない方に、病院内だけの生活でなく外へ出て桜の花を見る事で、季節を感じてもらい外の空気に触れることで一瞬でも病気の事を忘れることが出来る時間を作りたいと思い患者さんに声をかけます。

今年は、中ノ島公園へ患者さんと職員約30名で桜の花を觀賞し、二胡とピアノの演奏の下お茶とお菓子を食べながら楽しいひとときを過ごしました。

昔から「家の中んじょう居たら病気になる」とよく聞きます、また来年も花の便りに誘われて患者さんと一緒に、野に繰り出したいと思います。



◆おひなまつり

3月にストリーム3階で、お雛様祭りがおこなわれました。

女性の方は、日頃しないお化粧をして、お雛様になりきっていました。皆にきれいですねと言われ、少し頬を赤く染めながら、お祭りは始まりました。



まずは、お雛様の歌の歌詞を思い出してもらい、皆さんで完成させました。出来あがった歌詞を見ながら、歌を唄い大盛り上がりでした。そのあとは、待ちに待った甘酒とひなあられの時間です。あまりのおいしさに、一度飲んでしまったコップを隠し「まだ飲んじょらんばい」と、2杯目をもらおうとされる方もいました。今日だけは・・・と、職員も目をつぶりこっそりサービスしてしまいました。

皆さんの喜ぶ顔が見れて、本当に良かったです。私たちの心もほっこりしました。

最後に記念撮影をして、祭りは終了しました。来年もまた、少しでも年老いた、おだいり様とお雛様を見れるのを楽しみにしています。

◆グランドゴルフ大会

桜も満開となった3/27、三和グランドで第8回グラウンドゴルフ大会が開催されました。

もう第8回目ともなると、患者さん以外の参加者の方々と顔なじみとなり、「お元気でしたか」「お久しぶりです」の聲が飛び交っていました。

今回40名というたくさんの方々に参加していただき、井原院長が優勝宣言をした開会式の後、試合が始まりました。毎回思うことですが、参加者の方々のグラウンドゴルフの腕前には本当に感心させられます。少々冷たい風が吹くなか、参加者の皆様や、スタッフの方々と楽しく元気にグラウンドゴルフができたことをとても嬉しく思います。

残念ながら今回も優勝を逃した井原院長でしたが、次回こそはと院長はじめスタッフも張り切っていますので、これからもよろしくお願いします。

参加して下さった皆様、楽しい時間をともに過ごせたことを感謝しております。



◆第14回バス遠足

今年も、毎年恒例のバス遠足を行います。

岩里病院の外来患者さんを対象に、一人暮らしや慢性病を持っていて、日頃旅行に出る機会の少ない方々と、当院職員がバスで小旅行を共にします。

看護師や医師が同行し、安心して楽しい時間を提供します。

日 時：平成22年6月6日（日）

場 所：杵築方面、衆楽観（大衆演劇見学）他



◆夏祭り

聖陵会では、毎年8月に施設利用者のみでなく地域の方々も招待をして夏祭りを行っています。夏祭りは、屋台や演芸、盆踊りを中心に屋外で行われますが、聖陵会の活動紹介の展示や、バザーなど一部屋内で行われるものもあります。聖陵会の夏の風物詩ともいえる行事です。



◆グランドゴルフ大会

6月12日に花月委員会が主催する第9回グランドゴルフ大会が開催されます。

対象は、花月クリニックにかかりつけの患者さんです。

詳細は花月クリニックまでお尋ねください。



◆リバーフェスタ in みくま川

8月下旬に、リバーフェスタ in みくま川が開催されます。

聖陵会から、水環境委員会が「水」にまつわる活動報告の展示をし、レクリエーション委員会が交流ボート大会に参加します。



日田漫歩 ③

読書鳴弦の儀

梶原義則



昔、平安時代の貴族社会を舞台にした映画を見たことがある。定かに覚えていないが、そのシーンだけは鮮明に脳裏に浮かぶ。

貴族の邸宅で「滝口武士」が弓を手に持ち、夜空に向かって弦（つる）を引く。静寂のなか「ピーン、ピーン」という音が響きわたる。皇子か皇女が誕生したらしい。お産は「出血」が伴う。貴族社会では「ケガレ」とされた。このため皇族のお産は、女性の実家でするのが慣習だ。「鳴弦」は、魔除けの儀式だった。

〆小鹿田焼の里、の皿山弓道場で3月下旬、大厄だった住民2人の厄明けを祝う射会があった。取材に向かう際に思い浮かべたのが、映画のシーンだった。実際には映画と違い、作法にのっとり巻きワラに弓矢2本を射る「射礼」の後、弦音を響かせて的を射る競技会だが、邪気を払う意義は同じ。窯元の柳瀬朝夫・弓道会長の話が面白い。「明治期、この地でバクチが大流行し、綱紀肅正、心身鍛錬のために地域ぐるみで弓道を始めたようです」

史実に詳しい友人によると、慣習の正式名は「読書鳴弦（めいげん）の儀」。「紫式部がその場面をレポートしているよ」と言う。

式部は、藤原道長の長女の中宮彰子に仕えていた。一条天皇の子を身ごもり、実家に戻る。出産が近づき、安産を祈る読経の声が絶え間なく聞こえる。無事、皇子（後一条天皇）が誕生した。産湯につけると、儀式が始まる。当代一流の漢学者が中国古典の一節を3回読み、皇子が学問好きになるように願う。次いで、弓を持った武士20人が弦を鳴らすー。



皿山弓道場での「射礼」

14世紀の「融通念仏縁起」にも、庶民の出産で鳴弦の場面がある。最近「歴女」がはやっているが、「裏面史」「稗史（はいし）」も今の世の中を、いっそう味わい深くさせる。

経歴：毎日新聞記者。鹿児島支局長、経済部長、編集委員を経て2000年4月、日田赴任。

かんたん
レシピ

簡単でおいし〜いクリームチーズケーキ

- A / バター 60g
B / 小麦粉 200ml・砂糖 1/2 カップ・卵黄 1
C / クリームチーズ 100g・
生クリーム 100ml
小麦粉大さじ2
レモン水大さじ1
卵2個・砂糖 1/4 カップ



作り方

1. おなべに A のバターを入れ、ごく弱火で半分とかし、火を消してそのまま放置。
2. 溶けたら B を 1 に入れ、粘土のようになるまでこねる。
3. フライパンの底にキッチンペーパーを丸く切って敷く。
4. その上に 2 をお皿の様に広げる。
5. C をミキサーの中に全部入れ混ぜる。
6. 4 で作ったクッキー皿の中に 5 を流し入れる。
7. フタをして中火で 21 分。
ごく弱火に落として 20 ~ 30 分。
8. 竹串を刺してつかなくなったら火を消す。
9. フライパンの中でふたを開けてそのまま 30 分放置。
10. お皿にのせて出来上がり。



医療法人 聖陵会

- ホームページ <http://www.seiryu.or.jp/index.html>
■ E-mail seiryu@seiryu.or.jp

救急指定 聖陵岩里病院

介護老人保健施設 聖陵ストリーム

居宅介護サービスセンター

訪問介護サービスセンター

こども発達・支援センター銀河

聖陵花月クリニック

アンコール小児病院(カンボジア)

編集後記

今年の春は、寒暖の差が激しく、体調を崩しやすい気候でした。観光祭も終わり、夏もすぐに訪れますね。皆さんも日田の暑さに負けず、毎日がんばりましょう。（今回の宇宙は、新メンバーで取り組みました。）