

なごみ



〒801-8550

北九州市門司区清滝1丁目3番1号

代表

電話 093 - 321 - 0984

FAX 093 - 331 - 7085

一般社団法人

門司掖済会病院

新年を迎えて

令和新社会？

ふじい けんいちろう

院長 藤井 健一郎



皆様、明けましておめでとうございます。

昨年は平成から令和へ年号が変わりましたが、地球温暖化の影響か、台風や大雨などの自然災害が毎年のように発生しています。九州でも、特に佐賀県で大きな被害が発生しました。被災された皆様に心よりお見舞い申し上げますとともに一日も早い復興をお祈り申し上げます。

一方明るいニュースもありました。特にスポーツでは、ラグビーワールドカップで日本代表がone teamの精神で勝ち上がり、大いに沸きました。ソフトバンクホークスもリーグ制覇こそありませんでしたが、3年連続日本一となりました。今年は56年振りの東京オリンピック・パラリンピックの年です。門司港でも5月13日に聖火リレーが予定されており、更なる盛り上がり期待されます。

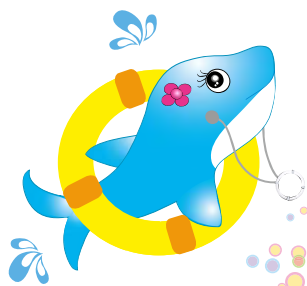
さて、時代は令和となりました。一体どういう時代の幕開けなのでしょう。内閣府が、「Society (ソサエティ) 5.0」なるものを提唱しています。何のこと?と思いますが、人類の歴史の大転換のようです。具体的には「狩猟社会」「農耕社会」「工業社会」「情報社会」の過去の長く、ゆっくりと成長して来た4つの時代に続く、人類史上5番目の新しい社会とのことです。「超スマート社会」とも呼ばれています。実際には、主に人工知能(AI)の発達によってもたらされる時代です。AIは、2045年頃には自身の「自己フィードバックで改良、高度化した技術や知能」が「人類に代わって文明の進歩の主役」になると言われています。

AIは医療界にも多くのメリットをもたらすと思われませんが、一方で、医師をはじめとするヒトの役割が機械に取って替わられるのではとの不安感もあります。AIは感情(表現)も持ち、人の心にも入り込んで来ると言われていますが、やはりぬくもりでヒトに勝るものはないと思います。

当院は病院理念として、これは掖済会全体の理念とも重なりますが、掖済(助け合い)の精神に基づき、社会のすべての人々に対し、心優しいきめ細やかな医療を行う、とかがけております。職員一同、この掖済の精神に則って、患者さんやご家族に寄り添い、門司区の皆様の健康と地域の発展に貢献していきたいと考えております。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。





みなさん フレイル って言葉知ってますか？

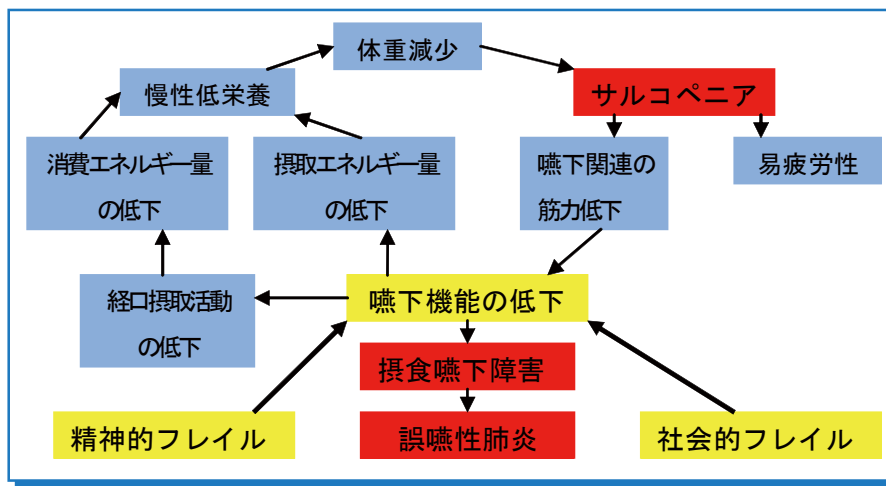
理学療法士 今田 琢也

フレイルとは、「多数の原因・要因による医学的な症候群で、筋力や持久力など生理的機能の低下が特徴であり、個々の脆弱性が増加することで要介護状態や死亡する危険性が高くなった状態」です。わかりやすく言えば「加齢により心身が老い衰えた状態」のことです。でもフレイルは、早期介入で元の健常な状態に戻る可能性があります。

1 体重減少	5項目中3項目以上該当するとフレイル、1または2項目だけの場合には、フレイルの前段階であるプレフレイルと判断します
2 疲れやすい	
3 歩行速度の低下	
4 握力の低下	
5 身体活動量の低下	

それからどんなことが起きるの？

健康であった人でも加齢により心身共に衰えが出てくるけど生活習慣の変化や病気により一気に加速します！高齢者のフレイルは、生活の質を落とすだけでなく様々な合併症も引き起こす危険があって、フレイルの状態や兆候を理解しておくことが大事です！



それじゃあどうすればいいの？

これは平均寿命と健康寿命の差で、健康寿命の延伸が叫ばれています。日本は世界でもトップレベルの高齢社会であって最重要課題です！いつまでも健康で過ごすためにも身体的・精神的・社会的フレイルに焦点を当てて活動していかなければいけません。

それから最近注目されているのは、オーラルフレイルといって、口・栄養の話です。飲み込みの障害やむせる事が多くなって誤嚥性肺炎となる人も多いです。昔と比べて食べるものが柔らかくなって噛む力が衰えているのもそうですが、全身の筋力が低下しても噛む・飲み込む力は低下していきます。これからは病気に捉われず健康を維持するために地域のコミュニティを大事にして、運動や栄養にも気を付けたいといけません！

人生100年時代！



詳しくはリハビリテーション科まで!!



防災訓練

昨年は、文化遺産が燃えるいたましい事故がありました。また、火災のみならずさまざまな自然災害の被害が毎年のようにおこっています。当院でも『もしも』に備え、年2回の訓練を行っています。春には手術室スタッフが中心となり、手術中に出火した想定で、秋には外来検査室から出火した場合を想定して訓練を行いました。手術中では特に慎重な避難が必要となります。いざというときに慌てず落ち着いた行動をとれるよう、また患者様と職員の安全を確保できるような対処方法を身に着けることで、被害を少なくすることを目指しています。そのため、訓練を通じて危機管理の重要性を再確認し、日頃からの心がけが必要となります。

今回は、北九州市門司消防署老松分署のご協力により夜間等、少ない人数でも簡単に患者さまを移動できる方法を学び、実際に体験しました。

