



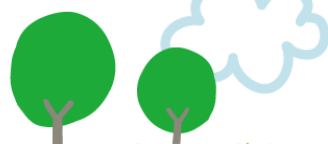
2病棟は、介護病棟、医療療養病棟を経て平成25年9月より一般病棟になりました。一般病棟とは、治療や検査、リハビリを目的としている患者様が入院する病棟です。病床数30床、スタッフは看護師17名、介護士4名、入浴ヘルパー2名、病棟クーク1名で、スタッフ一同、患者様へ急性期医療を含めた、より質の高い看護・介護の提供、病気の早期回復、そして在宅復帰を目指し、日々努力しております。一般病棟ではありますが、入院治療中、患者様に少しでも季節を感じ、楽しんでいただけるよう、カラオケや童謡の合唱、七夕・敬老会・クリスマス会・節分などのレクレーションも行っています。患者様、ご家族とともに、癒やしの時間が共有出来、良い関係を築けるよう心がけています。地域の皆様に信頼される病棟であるため、「一人ひとりが役割を認識し、責任のある仕事を行う」を目標に日々精進しています。



どきどき

わくわく

まちたんけん



飽田南小学校の2年生17名による、あきた病院探検が授業の一環として行われました。

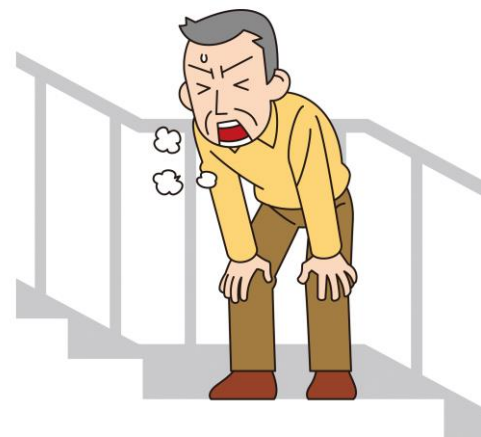
今回は、三角憲二院長による病院の概要説明のあと、栄養科を始めに外来フロア・在宅部・リハビリ室・病棟など各部署を巡回しながら分かりやすく話されました。

子供たちからは、「何の病気が一番多いんですか?」「CTの部屋は閉ざされているのに、どうやって指示をしているの?」など質問が沢山ありました。最後に「どうして先生になろうと思ったのですか?」との質問にも丁寧に答えられていました。元気な子供たちの輝く瞳の中に、未来を担う生き生きとした力強さを感じた貴重な時間でした。飽田南小学校の皆さん、本当に有難う御座いました。



肺気腫・COPD

今回は肺気腫・慢性閉塞性肺疾患（COPD）のお話です。聞きなれないという方も多いのではないのでしょうか。タバコを長年吸っていると肺がいたんで息が苦しくなることがあります。簡単に言うとそんな病気です。なお肺気腫と慢性閉塞性疾患（COPD）は、その用語が指す範囲に少しの違いがありますが、ここではこだわらないことにします。



初期症状としては寒い時期を中心に咳や痰が出る、階段を上がった体や体を動かすと息が切れるなどから始まります。進行すると安静にしていても息が苦しく、常時酸素が必要な状態になり、肺炎を繰り返すようになります。日本人の死因の第9位を占める命にかかわる病気です。

予防はなんといっても禁煙です。タバコを吸ったことがない人が肺気腫になることはほぼありませんが、やめてから20年たってもそれまでにたくさん吸っていれば発症することはあります。少しでも早く禁煙することをお勧めします。

気になる症状がある方は病院でご相談ください。レントゲンや肺活量の検査で肺気腫かどうか、さらには進行の程度を評価できます。治療は禁煙、運動、栄養管理の他、気管支を拡げて呼吸を楽にする薬を使います。

インフルエンザや肺炎球菌のワクチンなどで感染症による悪化を予防することも大事です。

(☆ Dr.Yamapi ☆)

ロコモコかおりんの健康レシピ

寒い冬がようやく終わりを告げ、春の芽吹きがあちこちで見られるようになりました。季節の変わり目は体調を崩しやすいので、皆様お気を付けくださいね。

さて、今回のレシピは『おから』を使用したレシピです。おからという卵の花など和風の味付けが多いかと思いますが、今回は洋風のサラダ仕立てにしてみました。『おからのサラダ』です

『おからのサラダ』

【材料（4人前）】

- ・おから 200g
- ・人参 3cm程度（15g）
- ・ツナ缶（油漬缶）小1個（70g）
- ・マヨネーズ 大さじ3（42g）
- ・胡瓜 1本（100g）
- ・玉ねぎ 1/2個（約70g）
- ・かつお節 1P（3g）
- ・醤油 小さじ1（6g）

【作り方】

- ① おからをフライパンに入れ、火が通るまで炒めた後、冷ます。
- ② 胡瓜は薄い輪切りにして塩もみし（塩は小さじ1/3程度）、しんなりしたら水にさらし水気をしぼる。玉ねぎは薄くスライスして水にさらした後ザルに上げ水気をしぼる。人参はいちょう切りにして湯がく。
- ③ マヨネーズと醤油を混ぜ合わせておく。
- ④ 冷めたおからをボールに入れ、②の野菜類とツナ缶（汁ごと入れる）、かつお節を入れてよく混ぜ合わせた後、③を入れて混ぜ合わせると完成。

ダイエット効果だけでなく、美肌効果やアンチエイジング効果もありますよ♪

