

# Psyche

Vol.  
102

2024  
AUTUMN



胃腸の薬といったら、どんな  
薬を思い浮かべますか？  
褥瘡ゼロを目指して  
未来を担う皆さんに  
～ 希望を込めて ～  
脂質異常症と食事  
こんにちはレク委員会です





# 胃腸の薬と思ったら、 どんな薬を思い浮かべますか？

薬局主任

一般的に胃腸の薬といっても様々な作用の薬があります。

医師から処方される胃腸薬と市販のものでは内容が異なりますので、ここでは医師から処方される主な胃腸薬について話していきます。

## 主な胃腸の薬 (主な薬品名)

### ・消化管運動促進薬

(ガスモチン、ナウゼリンなど)

胃腸の運動を活発にする薬で、胃腸の動きが悪い方の胸やけ・胃もたれ・悪心・嘔吐といった症状に用いられます。

### ・鎮痙薬 (ブスコパンなど)

消化管運動抑制作用のある薬で、消化管の過剰な運動を抑え、腹痛などの症状を改善します。

### ・局所麻酔薬 (ストロカインなど)

消化管粘膜の局所の麻酔作用をもつ薬で、胃の痛み・吐き気・胃部不快感などの症状を改善します。

### ・消化酵素薬 (ベリチームなど)

食物の消化を助ける薬で、消化不良や胃腸機能が低下しているときに消化力を補うために用いられます。

## ・消化性潰瘍治療薬



### 消化性潰瘍とは

胃潰瘍や十二指腸潰瘍のことで、精神的ストレス、アルコールの過度の摂取、解熱鎮痛薬を代表とする薬の服用などがこの病気と大きく関わっています。

### 病状

胃や十二指腸の粘膜がただれてしまったり、ひどくなると穴があいて出血してしまったりします。

### 要因

主に2つあります。①粘膜が弱くなり、自ら分泌する胃酸に負けてダメージを受けてしまう場合と、②胃酸の分泌が多くなり、粘膜が負けてしまう場合です。また①と②が組み合わさっている場合もあります。

### 治療薬

上記2つの要因を取り除くことを目的とした薬です。①に対する治療薬は、主に「胃酸の出すぎを抑える薬」(ガスター、タケプロン、パリエットなど)で、胃酸という攻撃を抑制しダメージを受けにくくします。②に対する治療薬は、主に「胃の粘膜を保護する薬」や「胃の粘膜を修復する薬」(ムコスタ、マーズレンSなど)で、低下している粘膜の防御機能を高めます。

## ・総合健胃薬 (つくしA・M配合散など)

主に消化酵素や過剰な胃酸を中和する制酸剤、胃腸の運動を活発にする生薬などが配合されている薬です。

## 胃の調子が悪いと感じたら

このように胃腸の薬といってもいろいろな作用の薬があります。医師に相談するときは自分の症状(いつからか?どんな時か?食べたものは?便秘は?など)をきちんと伝えましょう。



## 褥瘡ゼロを目指して

## 褥瘡対策委員会



## 褥瘡(じょくそう)とは

褥瘡は「床ずれ」とも呼ばれ、寝たきりなど体が動かせない状態で、摩擦やずれ、圧迫が加わり、皮膚の血流が滞ることによって生じる皮膚病変を指します。皮膚の赤みや皮むけ、ひどくなると潰瘍（かいよう）や細菌感染を生じる場合もあります。

## 褥瘡対策委員会

委員会は医師、各病棟の看護師・介護士、理学療法士、管理栄養士、担当師長をメンバーとし、毎月1回開催しています。委員会では各病棟の状況を報告してもらい、褥瘡対策に生かせるよう、意見交換やアドバイスをしています。また褥瘡に関する知識や技術の共有も行っています。

## 褥瘡対策委員会の業務

- ①褥瘡対策に関する診療計画書の作成・評価
  - ・入院患者の褥瘡発生リスクを評価し、予防対策を立案/実施し、再評価します。
- ②褥瘡対策レポートによる褥瘡患者の把握・分析
  - ・褥瘡患者に対するレポートを毎月作成、全体の褥瘡患者を把握し分析しています。
- ③褥瘡に関する職員への指導・教育
  - ・褥瘡予防に必要なポジショニングやずれ予防対策、褥瘡の評価方法などの研修を行い、より良いケアを提供できるようにしています。
- ④褥瘡対策に必要な物品の管理
  - ・体圧分散マットレスや姿勢を安定させるためのポジショニング枕など、患者の状態に応じて適切に選択し使用できるようにしています。



◆褥瘡の発症は患者様の苦痛に直結します。褥瘡をすでに発症し入院される患者様もありますが、患者様が安楽な生活を過ごせるよう、褥瘡の治癒・予防に努め、当院での褥瘡ゼロを目指して活動しています。

褥瘡対策委員会

## 未来を担う皆さんに ～希望を込めて～



日本大学医学部（医師）、東京家政大学健康科学部看護学科（看護師）、青山学院大学教育人間科学部心理学科（公認心理師）、所沢市立美原中学校（中学生/職場体験）の学生の実習を受け入れています。入院患者様と実際に接し、多職種が関わる現場で学生自らが学んでいく時間は、私たちが新たな気付きを得られる機会でもあります。これからの医療、地域を支える人材に成長してくれることを願っています。



※ 職員の監督・指導のもとに実習を行い、患者様の安全には十分注意するよう努めています。  
実習生には職員同様の守秘義務が課せられており、患者様の情報が外部に漏れることはありません。

## ◆ 脂質異常症と食事 ◆

血液中のLDLコレステロールや中性脂肪(トリグリセライド)が増えすぎたり、HDLコレステロールが少なくなる状態を「脂質異常症」といいます。

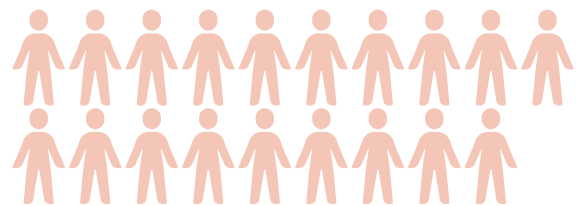


### 食事のポイント

- ①腹八分目を心掛け、標準体重を維持しましょう。  
※標準体重＝身長(m)×身長(m)×22
- ②栄養のバランスを考え、1日3回規則正しく食べましょう。  
※毎食、主食（ご飯・パン・麺）、主菜（肉・魚・卵・大豆製品）、副菜（野菜）を揃えて食べましょう。
- ③脂肪の質と量に注意しましょう。  
※動物性脂肪（バター、ラード）より、植物性脂肪（オリーブ油、菜種油）がおすすめです。  
※どの種類の油も1日大さじ1杯が目安です。  
※揚げ物は控えましょう。
- ④食物繊維を十分に摂りましょう。  
※野菜は1日350g以上を目標に摂りましょう。  
生野菜は両手1杯、温野菜は片手1杯が100gの目安です。  
※海藻、きのこ、こんにゃくも積極的に摂りましょう。
- ⑤飲酒は控え目にしましょう。  
※日本酒1合、ビール中びん1本、焼酎半合が目安です。

### タイプ別のポイント

- 高LDLコレステロール血症  
コレステロールが多い食品を控えましょう。  
※卵、魚卵、レバー等の内臓類、肉の脂身などの食べすぎには注意が必要です。
- 高中性脂肪（トリグリセライド）血症
  - ①糖質を多く含む菓子類、清涼飲料水は控えましょう。
  - ②果物の摂取を適量にしましょう。  
※1日100gが目安です。
  - ③魚類を食べる回数を増やしましょう。  
※青魚に含まれる、EPAやDHAを積極的に摂りましょう。



毎日の生活に取り入れて、習慣化することが大切です。ご自分のペースで、出来るところから実践してみてください。

栄養課



# こんにちは レク委員会です

8月「展示会」 患者様作品 書 生け花 活動紹介 など



9月「敬老会」

ご長寿表彰  
ヴァイオリニストによる映像コンサート鑑賞



100歳以上の方へ  
花アレンジメント  
贈呈

10月「秋祭り」 おみこし 大太鼓 盆踊り



いつもにも増して活気あふれる行事の日。  
患者様の笑顔に私たちも励まされます。

レクリエーション委員長

## レク行事予定

11月5日～11月16日

上映会

12月9日～12月21日

クリスマス会

1月20日～ 2月 1日

節分

## 入院診療

■療養病棟 220床 ■認知症疾患治療病棟 240床

- 対象となる方 … 長期にわたり医療の必要性が高く、入院治療が必要な方  
… 認知症の症状により在宅や施設での療養が難しく、入院治療が必要な方

脳血管障害、心疾患、呼吸器疾患、消化器疾患、脳外科・整形外科疾患の治療後、悪性腫瘍、神経変性疾患などの病状  
中心静脈栄養、経管栄養、留置カテーテル、ストーマ、褥瘡ケア、抗癌剤、抗結核薬、輸血、疼痛コントロールなどの処置



### 安心できる医療体制

主治医2名体制（内科医・精神科医）  
※認知症疾患を持つ方  
整形外科、皮膚科、歯科の併診



### 心に寄り添った看護・介護

看護師・介護士ともに  
1人1人の患者様に合わせたケア



### 総合的なリハビリテーション

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・  
柔道整復師・あん摩マッサージ指圧師・  
鍼灸師



### こだわりの食事（院内調理）

管理栄養士・栄養士・調理師・  
調理補助  
※状態に応じた多様な食種、季節の食材・  
献立・行事食、お誕生日ケーキ・おやつ



### 尊厳やその人らしさを支援

心理支援・検査、余暇活動の提供  
公認心理師・臨床心理士・精神保健福祉士  
※ライフセラピスト（当院独自）



### 療養上の不安を解消（入院相談）

社会福祉士・精神保健福祉士・看護師  
病院代表 ☎04-2943-1101  
医療連携室直通 ☎04-2943-1103  
受付時間 9:00~17:00（日、祝除く）

Psyche

Vol.102  
2024 AUTUMN



医療法人 清和会  
新所沢清和病院

内科 精神科 整形外科 リハビリテーション科 歯科

〒359-0005 埼玉県所沢市神米金141-3

TEL 04-2943-1101

MAIL mail@hp-seiwa.org

HP <https://www.hp-seiwa.org/>

