

おくすりコラム



便秘の改善方法



便秘の基本的な治療法は、運動や排便習慣を正しく身につけるための「生活指導」、食事や飲み物に関する「食事療法」、病院で処方される薬を使う「薬物療法」が中心となります。

生活指導

食事、排泄、睡眠、運動など規則正しい生活習慣を身につけるため、毎日トイレに行く、トイレのための時間を十分にとる、適切な排便姿勢（前傾姿勢）を取るなど、排便習慣をつける事が大切です。

薬物療法：便秘薬の種類

塩類下剤：酸化マグネシウム
ポリエチレングリコール製剤：モビコール
大腸刺激性下剤：プルゼニド、アローゼン
（市販されている下剤も、ここに入ります）
上皮機能変容薬：アミティーザ
胆汁酸トランスポーター阻害剤：グーフイス
などがあります。
症状により使い分けができます。御相談ください。

食事療法

朝食をとる、1日3回バランス良く食事をとるなど適切な食習慣を身につけることも治療の一環です。水分を十分にとる、野菜や果物などの食物繊維や、ヨーグルトなど乳酸菌を含む食材をとることも効果があると言われています。

便秘は、医師とはじめる
治療法があります。
つらいと思う症状や、
改善・解消したいことを
医師に伝えましょう。



参考：アステラス製薬情報サイト

（薬剤科長：佐藤 ゆかり）

編集後記

当院では、「ガーデニング部」が活動しており、病院敷地内に様々な花を育てています。チューリップ、芝桜、ペチュニア、マリーゴールドなど、季節ごとの風景をどうぞごらんください。



（地域医療連携室：
佐藤 誠之）



仙台東脳神経外科病院

〒983-0821

宮城県仙台市宮城野区岩切1丁目12番1号

Tel：022-255-7117（代表） Fax：022-255-7760

【関連施設】

仙台リハビリテーション病院

〒981-3341

宮城県富谷市成田1丁目3番1号

Tel：022-351-8118（代表） Fax：022-351-8126

医療法人社団 脳健会

仙台東脳外だより

編集：仙台東脳神経外科病院 広報部 / 発行：2019年7月

VOL.2
2019.夏

ご自由にお持ちください

平成から令和へ

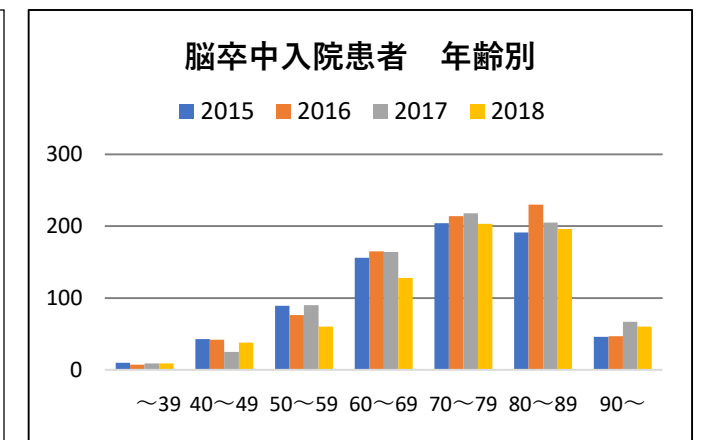
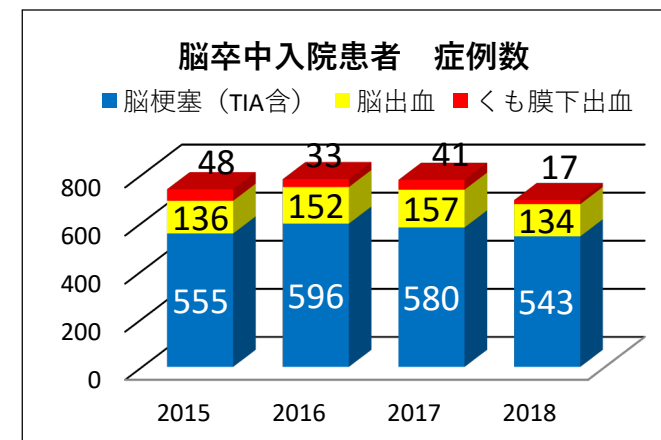
平成の時代が幕を閉じ、新しい時代が始まりました。平成の30年間で脳卒中診療は大きく変わりました。MRIの登場から始まり、介護保険制度創設、回復期リハビリ病棟、介護施設の急増、脳血管内治療の進歩、脳梗塞超急性期治療、脳神経外科医の高齢化など、平成の初めには想像しなかった状況になっています。令和の新しい時代も、脳血管内治療の更なる進歩、再生医療などの技術革新が期待される一方、2025年問題などの社会の変化も必然であり、予測できない未来が待っています。

私は、2015年から仙台東脳神経外科病院に勤務しております。それ以前は、泉病院、坂総合病院、仙台徳洲会病院で働いてきましたので、古くからお世話になっている地域の先生方も多く大変心強く思っています。当院の脳卒中診療の特徴としては、①脳神経系に特化した病床93床の病院、非常に小回りが利く規模、MRIも2台あり、緊急対応が自由自在

②脳神経外科専門医による、24時間救急対応
③チーム医療の歴史が古く、コメディカルが元気で医師をリードする診療システムが構築されており、無駄なストレスがなく、仕事量の割にはあまり疲れない「働きやすい病院」です。

当院の最近4年間の脳卒中入院患者数の内訳をグラフに示します。脳梗塞入院患者数は毎年、年間500例を超え、脳卒中患者の約2/3は70歳以上の高齢者です。新しい時代、これから何が起るかわかりませんが、「高齢者の脳卒中診療」への地域のニーズは増加していくものと思われます。これまでの経験、機動力を活かし、時代の流れに遅れず、流されず、きちんとした脳卒中診療を行っていきたいと思います。今後ともよろしくお願い申し上げます。

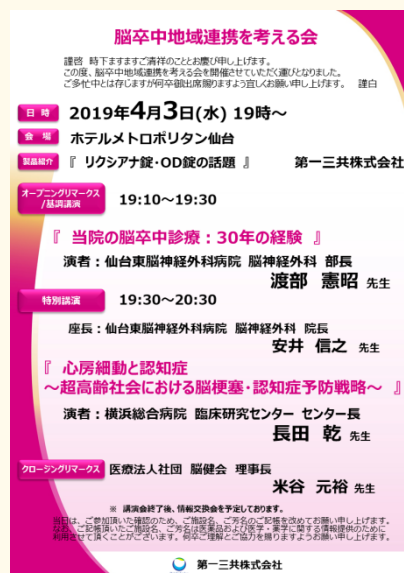
わたべ のりあき
脳神経外科 部長 渡部 憲昭



院内トピックス

「脳卒中地域連携を考える会」を開催いたしました

2019年4月3日（水）ホテルメトロポリタン仙台にて、「脳卒中地域連携を考える会」を開催いたしました。当院脳神経外科部長、渡部憲昭医師より基調講演「当院の脳卒中診療：30年の経験」、そして特別講演では横浜総合病院臨床研究センター、センター長の長田乾先生をお招きし、「心房細動と認知症～超高齢社会における脳梗塞・認知症予防戦略～」というテーマで御講演をいただきました。当日は27の医療機関様より、医師33名、コメディカル3名の皆様に御参加をいただき、盛会のうちに終了いたしました。御参加いただきました皆様に御礼申し上げます。



今後も、このような会を定期的開催
させていただく予定です。

部 署 紹 介

看 護 部



2階師長・3階師長・外来師長
看護部長・副看護部長

外来手術室は、救急・外来受入から手術まで、3階病棟は急性期（救急受入直後・手術適応）、2階病棟は慢性期（3階病棟から症状の落ち着いた患者様の転室・軽症）と、役割を分担して対応を行っています。スタッフ一同協力し、患者様にとってよりよい脳卒中急性期看護を提供すべく、日々の業務にあたっています。また、定期的に院内研修を行い、知識や技術の習得、向上に努めています。（副看護部長：飯塚 千春）



「患者様が快適に入院生活が送れるよう、良質な看護を提供し、地域の皆様に選ばれる病院を目指す」という看護部理念に基づいて、看護ケアを行っています。
看護師66名、看護補助者9名のスタッフが、外来手術室・3階病棟・2階病棟の3チームに分かれています。

栄養 ひとくちメモ

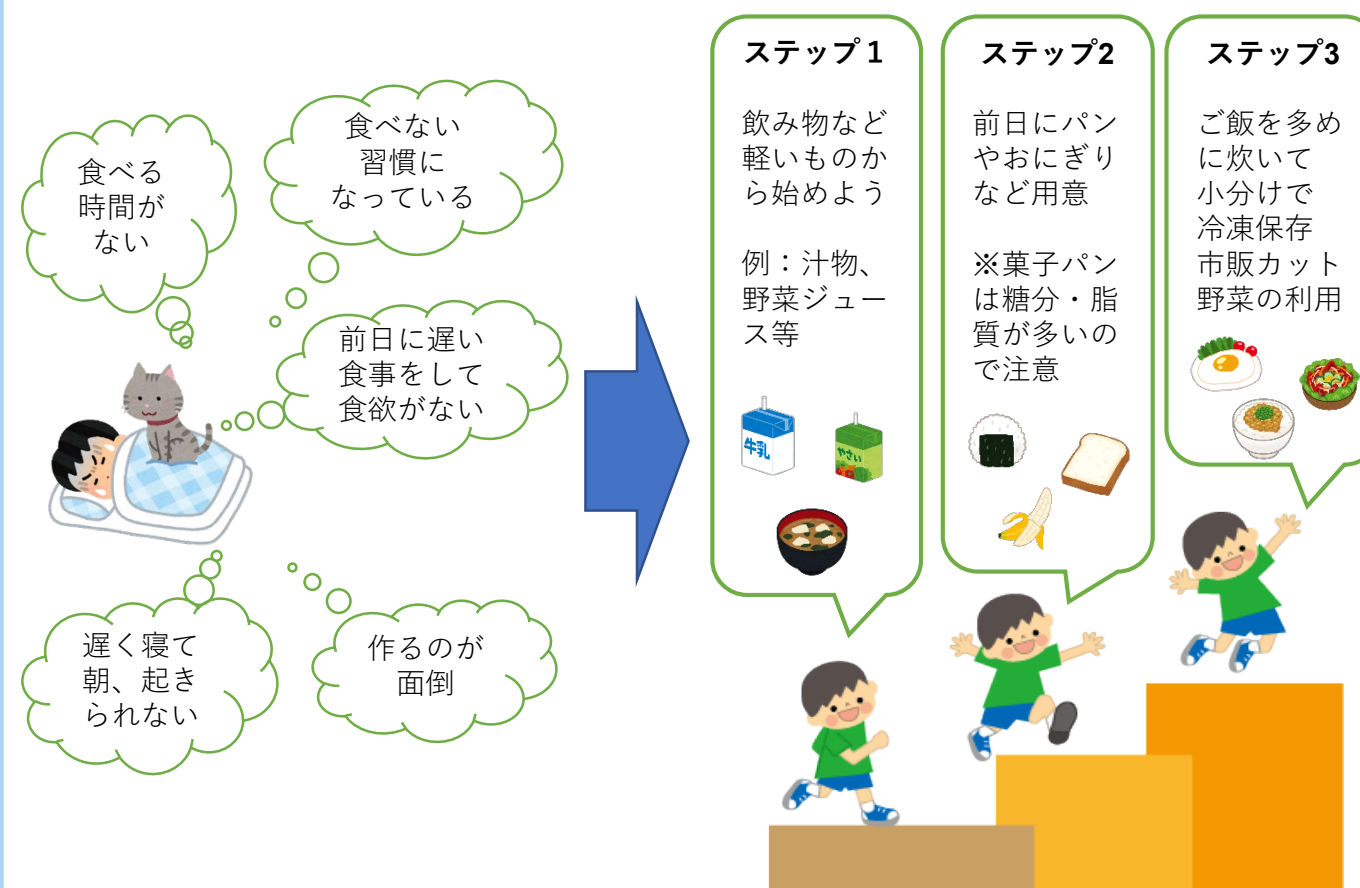
朝ごはんを食べよう！
～しっかり食べていますか？～

朝ごはんを食べないと、次の食事で血糖値が上がりやすくなります。少しでも良いので、朝ごはんを食べる習慣をつけましょう。

※夜、食べてすぐに寝てしまうと血糖値はなかなか下がらず、さらに使われなかったエネルギーが脂肪となり、肥満の原因になります！



～朝ごはんを食べて、身体のリズムを整えよう！～



当院では、管理栄養士による食事相談を行っています。

食事療法は、病気を治療する上で大切な治療法の一つです。医師の指示に基づいて、管理栄養士が患者様の症状に合わせ、食事をどうしたら良いのか、分かりやすくご説明します。ご希望の患者様は、予約制となっておりますので、主治医または看護師にご相談ください。

（管理栄養士：山上 有梨）

