



医療法人社団 **徳耀会**  
 Medical Corporation Tokuyukai  
 令和5年1月199号 発行  
 徳耀会 医科・歯科・介護

# 医療福祉情報

## 年頭所感

令和 五年 一月 元旦

医療法人社団 徳耀会理事長 榎本安行

令和五年・癸卯(みづのと・う)

皆様におかれましては、健やかに新年をお迎えになられた事とお慶び申し上げます。

さて、此処数年 はるか昔のスペイン風邪流行当時を 思い起こすと同時に、猛威を振るう 人類史上、世界中に 新型コロナウイルス感染症に悩まされ翻弄された年でありました。

今年も コロナウイルス感染症に 未だ 第八波の猛威にさらされている現状と、同時に 今年はいんフルエンザまでもが 猛威を振って降りまじりながら、しかしながら、世界の叡智と努力により コロナワクチン・インフルエンザワクチンと言う ワクチン開発・接種等が進み ポストコロナインフルエンザの罹患予防 また、コロナ以前のマスク無し生活の日常が 今一步の所まで 進んで参りましたが、油断禁物、免疫力の低い高齢者・幼児・基礎疾患を有する感染者は 重症化の恐れが多分に有りますので 自身を守る為にも 他に感染させない為にも ワクチンの接種は行なうて戴きたく思います。

昨年・一昨年と同様に思う事ですが、『明けない夜は無い・きつと必ず朝が来る』の愛言葉通り いつの日にか コロナ禍・コロナ感染を 乗り切り乗り越えて 穏やかに明るく元氣いっばい 笑顔で迎えられる日々を願って、医療法人徳耀会スタッフ職員一同 一丸となり 頑張つてまいる所存であります。

本年も ご協力・お力添えの程 宜しくお願い申し上げます。 感謝 拝

## 国際性



心療内科精神科 車地先生

日本に永く住んでいる中国人に、日本での生活の感想を聞くと、「物価が安い。食べ物がおいしい。空気がきれい(北京との比較)」など、確かにそうかなと思わせる答えが返ってきて、彼らの満足感の理由の一つに生活しているようである。中国人と言えは、華僑と呼ばれる適応能力の高い人達を思い浮かべ、その適応力のひとつに住む場所(外国)の長所を確実につかみとる能力があるのかもしれない。また、嫌なところには誰も住みたくないだろう。

外国人からい国と言われることはやはりうれしい。ただし、前述した三つの理由に、自分自身はさほど貢献しているとは思えない。このほかにも、「街がきれいで、ごみが少ない」などは、日本での生活環境に関する誉め言葉として、たびたび耳にする。ところが日本人そのものの国民性となると気がかりである。「昔の日本人はもともと親切だった」など、いきなりの批判も耳にする。このあたりになると、個々の日本人の意識と行動が関与してくる。あえて言えば、日本国内に住みながらの「国際性」への連動である。

## Long COVID-19



心療内科精神科 田村先生

皆さんは、Long COVIDという名前を聞いたことがあるでしょうか。COVID-19感染後に、一般的に治癒と認められた後も長期間続く、いわゆる「コロナ後遺症」を指す用語です。具体的な症状として、非常に強い疲労感、自発性の低下、頭に霧がかかるといった感じ(brain fog)、起立不耐症、睡眠障害、嗅覚異常などが挙げられ、その総称がLong COVIDです。ただし、これは標準化された病名や症候群ではなく、社会において自然発生的に広まった俗称であるため、定義や診断基準も統一されていないのが現状です。興味深いことに、これらの症状はCOVID-19で初めてクローズアップされたものではなく、1918年のスペイン風邪では生存者の約4割に慢性的な倦怠感、嗜眠、集中力低下が認められたほか2002年の重症急性呼吸器症候群(severe respiratory syndrome: SARS)でもそれぞれ約3割、約2012年の中東呼吸器症候群(Middle East respiratory syndrome: MERS)でもそれぞれ約3割、約2割に同様の症状が認められていたと報告されています。すなわち、COVID-19に限定されたものというよりは、「ウイルス感染」との関連が考えられています。現在、Long COVIDはウイルスの関与が強く疑われている筋痛性脳脊髄炎(myalgic encephalomyelitis: ME) / 慢性疲労症候群(chronic fatigue syndrome: CFS)との関連も指摘されています。

現在もお、Long COVIDの症状で苦しめられている方が日本国内だけでも非常に多くいらつしやる状況があり、一刻も早い病態解明と治療の確立が望まれる今日この頃です。

\*本文は、佐々木信幸「Long COVIDに伴うbrain fogと反復性経頭蓋磁気刺激(rTMS)を用いた治療介入」(Japan Rehabilitation Med 2022;59:277-284)を参考に記載しました。

## 抜歯を行う際に注意すること



歯科医師 山本先生

歯周病の進行や根尖病巣の重篤化などによりどうしても抜歯を選択せざる負えない症状もあります。親血処置を行うため注意しなければいけない項目を一部紹介させていただきます。

- ①服用薬の確認  
脳梗塞や脳出血などの既往がある方は抗凝固薬の服用されている場合が多いため後出血に注意が必要、また骨粗鬆症の薬を服用している場合は腐骨形成のリスクあり。
- ②アナフィラキシーの確認  
抜歯を行なう際、麻酔を使用しますがこれにアレルギーがでる方がいます、ショック症状で命に関わる場合もあるため既往の確認や対応薬の用意などの準備が必要になります。

外科処置は確認を怠ると取り返しが効かなくなる可能性が高いため患者さんのリスク回避のためにも、問診や医科との連携、情報の共有が大切になります。

## 足関節リウマチ



穴沢 理学療法士

高齢者に多い足指のトラブルには爪の変形や痛み、色の変化など様々なものがあります。ただ人目につきにくい場所の為、相談できないことも多いようです。リハビリ利用者様を見ていると爪甲鉤彎症(かぎ爪・肥厚爪)や巻き爪はとて多い印象です。それぞれ簡単に説明すると前者は特に足の親指に多い病気で、爪が何層にも重なって厚くなり、前方にフックのように彎曲(わんきょく)している状態です。後者は爪を先端からみると「つ」の字や「の」の字の形に巻いた状態になり、歩行時に痛みを伴うようになります。悪化すると何もしないときでも痛みを感じます。両者に共通するのは指先に正しく力が加わらないことが原因の一つとされています。そのためあまり歩行しない運動不足の方に生じやすいです。またサンダルやスリッパを履くことで足指の傾向になり、正しい姿勢で歩行が出来ていない方も多いため、悪化した場合は放っておいて治るものではないので、早めに病院で診てもらつていただくことをお勧めします。

## ご報告

当法人では、毎月、グループホーム入居者様、並びに当法人職員及びヘルパーのPCR検査を実施しております。

## GHゆとりあ 利用料変更について

令和5年1月より諸々の事情により利用料等、若干値上げしたく関係部署と現在協議につき詳細が決まり次第、御連絡させて頂きたく、ご理解の上、宜しくお願い致します。

## 医療スタッフコラム

協衛生士



多田衛生士



お口の中には、食べ物のかすが残りやすく温度や湿度が口の中の菌にとって住みやすい環境であるため、細菌が繁殖しやすいです。

- ①お口の中を清掃し細菌が引き起こす歯周病や誤嚥性肺炎への予防にも繋がります。
- ②清潔に保つ事で話す食べるなどのお口の働きや舌の機能を向上させる事ができ、生活の中の食事の楽しみが増幅し、健康維持にも繋がります。

食事後、歯を磨く事が難しい様であればブクブクうがいをするだけでも効果があります。

歯ぎしりは眠っている間に起こるため、意識して止めることはできません。そのため、最も簡単にできる歯ぎしりへの対処法は、眠っている間に装着するマウスピースを入れることです。厳密には、マウスピースは歯ぎしりを止めるものではなく、歯ぎしりの害から歯や顎関節を守るものです。ですが、これをやるだけでも、歯や顎は守られますのでかなり違います。

根本的な解決を希望する場合、「歯ぎしりをしない」と寝る前に自己暗示をかけるのも効果的だという話もあります。

また、歯ぎしりを起こしやすくするアルコールの過剰摂取や、ストレス解消、また、逆流性食道炎への対処をするのも有効だと言われています。是非試してみるといいかもしれません。

## 金看護師



皆さま、新型コロナ第八波に突入しましたが引き続き感染対策を取りつつ日常生活を有意義にお過ごしでしょうか？前回に引き続き今回も私の感染対策を一部お伝え致します。

- ・ドアノブにふれた後に手指をアルコール消毒する。
- ・洗面台の水道が蛇口を捻るタイプの場合、手に触れるところを手指を洗う時に一緒に石鹸で洗う。
- ・電車乗車の際にノーマスクの方が傍に居る時は席を移動する、または伊達眼鏡を掛ける。

コロナ感染者には無症状感染者の方もおり、家族に感染者が居たり、特別検査をしなければ、その方たちはご自身が感染してとは思いませんし、普通に日常生活を送られています。また、発症2日前から感染力がありますが症状の出た感染者の方も症状が出る前までは普通に日常生活を送られています。

どこでもコロナに感染する可能性はありますよね。なので、ゆとりあの入居者さまや職員に影響が出ないように神経質だと思つていただくといいと思います。皆さまも年末年始を楽しく過ごされるためにも良いと思われた事があれば実施してみてください。

## 介護コラム

榎本施設長より



ここ数年間は、世界中がコロナ感染の状態が続き、とても大変な時期でもありました。GHゆとりあの利用者様、ご家族様、関係者皆様におかれましては、同じ状況かと存じます。まだまだ感染者が増加する中で、ご健康に気をつけつつ、今年一年どうぞ宜しくお願い申し上げます。又、ご家族様とのご面会についてはご遠慮させて頂いております。どうぞご理解賜りますようお願い致します。

横尾ケアマネジャーより



あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしく願い申し上げます。GHでは、2023年の干支は「うさぎ」ということで12月に入ってから、模造紙に大きく描いたウサギの絵に細かくちぎった折り紙を貼り付ける「貼り絵」を作る作業をコツコツと実施。ピンク色のウサギや背景にも工夫した作品が完成し、それを飾り眺めて楽しんでます。皆様の一年が明るく、ウサギのように力強く飛翔して過ごせますようお願いを込めました。