



[院是] すべては患者さん・利用者さんのために

# 南東北 ふくしま

令和4年7月1日 Vol.137

[発行] 南東北福島病院・リハビリ南東北福島  
〒960-2102福島市荒井北三丁目1-13/TEL024-593-5100

## 脳の手術ってどうやるの？



南東北福島病院  
脳神経外科 佐藤 園美

皆さんこんにちは。南東北福島病院は、脳や神経の病気を患った方が多く受診される病院です。今回は、脳の病気で手術を行う場合（開頭術）の一般的な方法についてお話ししたいと思います。手術を行うことがありますが、脳の病気を下に挙げますが、これらの病気でも点滴や内服等の内科的な治療だけで対応できる場合は多く、手術が必要になる場合は限られています。手術には、頭を開ける手術（開頭）やカテーテルによる治療があります。開頭術は全身麻酔をかけて、頭を切り、頭蓋骨を外して繊細な脳の組織を操作する手術ですので、必ず何らかのリスクや身体の負担があります。もちろん、薬やカテーテル治療も体の負担やリスクがありますが、確実な治療ができるならばその方がいいに決まっています。しかし、手術でないと治療ができない、または手術の方が確実だという病気も多くあります。一般の方が脳の手術とか、頭を開けるとか聞いたら、怖い！と思われるのは当然ですので、開頭

術の詳しい方法を知っていただければいいと思います。

術の詳しい方法を知っていただければいいと思います。

術の詳しい方法を知っていただければいいと思います。

**今月のなかみ**

- ▼2面Ⅱ内視鏡室より、リハビリテーション科より
- ▼3面Ⅱお口の健康教室「歯ブラシの選び方」、栄養ひとロメモ「桃」、薬剤科だより
- ▼4面Ⅱゆきうさぎ通信、今月のレシピ「牛乳プリン」



**脳神経外科手術の対象となる代表的な疾患**

- 脳出血
- クモ膜下出血
- 脳腫瘍
- 頭部外傷
- 脳を養う血管の閉塞、狭窄
- 顔面痙攣
- 三叉神経痛 など

一般的な開頭術の方法  
1.全身麻酔または局所麻酔  
全身麻酔では注射薬、吸入する麻酔薬などを用いて深く眠っていただきます。  
2.頭の皮膚の切る  
頭のどの部分をどのように切るかは、病気の性質や程度により様々です。切る位置は髪の毛の生えているところですので、術後にフランケンシュタインのように創が目立つなんてことはありません。また、髪の毛を丸坊主にしたりはせず、創の周りを1〜2センチ切る程度です。で、手術直後も髪の毛で隠れるくらいです。

ドリルや骨切り器で、数センチから10センチ程度頭蓋骨を切って一旦取り外します。  
4.頭蓋骨の下の膜を切り、必要な脳内の手術操作を行う  
脳は硬膜という丈夫な膜に覆われていますのでそれを切ると脳の表面が見えます。その後、手術用の顕微鏡を用いてそれぞれの手術操作を行います。  
操作の例：動脈のコブにクリップをかける、血液や腫瘍を取り除く、血管をつなぐなど  
5.切った硬膜を縫い、外した頭蓋骨を戻し、筋肉や皮膚を縫って終了  
外した頭蓋骨は、後ですれたりしないようにチタン製のプレートとネジで頭蓋骨に固定しますがMRI等の検査の支障にはなりません。皮膚は通常は医療用のホチキスで縫い合わせます。翌日から食事でもでき、起きて動いていただき、順調であれば1週間程度で抜糸です。

年齢など）、意思（その方の人生のモットーやご希望）、生活環境（元気で活動的なのかそうでないのか、ご本人・ご家族の生活状況、お仕事の都合など）を総合して考え、患者さんに合ったオーダーメイドの治療をご提案しています。患者さん個人の情報と、それぞれの治療法の長所やリスクを天秤にかけて、どの治療がご自分に合っているのかをご相談し、治療方法を決定しています。わからないことは質問していただき、ご納得された上で治療に臨むことをお勧めします。

# そろそろ！胃がん検診を受けよう

## 内視鏡室より

みなさん、胃がん検診を受けていますか？

胃がんは40歳代後半以降に急増します。

ピロリ菌の感染や生活習慣（食事・アルコール・喫煙）とも関係するといわれています。

早い段階で自覚症状が出ることは少なく、進行しても無症状の場合があります。

内視鏡検査は胃の粘膜を直接観察するので、がんが疑われた場合、病変の組織を採取し確定診断をつけることができます。胃がんは早期発見が可能です。

胃がんは早期に発見することで治すことができるので検診を受けることがとても有効です。

また、胃痛や胸焼けなどの症状がある場合は、原因を探り病気に合わせた治療に繋げることができます。

検診では50歳以上の方を対象に2年に1回の内視鏡検査を行っています。胃がんリスクの高い方は年に1回の検査を追加することが望ましいです。

でも、「もう二度と胃カメラは受けたくない!」「想像しただけで不安!」という方もたくさんいらっしゃると思います。

鼻からカメラを入れる経鼻内視鏡検査は、経口内視鏡検査に比べてゲーっとなる嘔吐反射が少ないので比較的楽に検査を受けることができます。

ただ、細い内視鏡では画質や操作性に違いがあるので、医師の判断で経鼻内視鏡での検査が受けられないこともあります。

他に、鎮静剤を使用し苦痛を和らげることもできます。

検診を受ける際に鎮静剤の使用や経鼻内視鏡での検査が受けられるか事前に確認されるといいです。

また検診センターと内視鏡室に検査を楽に受けるコツが案内されているので、そちらもぜひ参考してみてくださいね。

この紙面をご覧になった機会に胃がん検診を受けていただけると嬉しいですよ。

(内視鏡検査室 看護師 藤倉 佐江子)

# シーティング

## リハビリテーション科より

私達は普段、目的や環境に合わせて様々な姿勢を取り、その姿勢を変えることで日々の生活を営み、その結果として身体機能を維持しています。

シーティングとは、長時間座位姿勢をとる方の心身機能や生活状況を考慮し、快適な座位姿勢が確保できるように、最適な車椅子を選定・調整する手法です。

車椅子の種類は多く、様々な機能の違いがあるため、対象者の身体状況や希望する生活スタイルに応じて活動しやすい車椅子座位を想定し、その人に合った車椅子の選定・調整を行います。快適な座位姿勢は食事場面などの日常生活動作の改善や社会活動への参加、自立度の向上に伴う介助者の介護負担軽減など多数のメリットがあり、最終的には本人の生活の質(QOL)の向上につながるとされています。

当院のリハビリテーション科でもPT(理学療法士)、OT(作業療法士)、ST(言語聴覚士)など多職種で連

携しながらリハビリテーションを展開し、患者さんへ快適な座位姿勢を提供できるようシーティングに取り組んでいます。

## 当院で使用されている車椅子



(リハビリテーション科  
シーティング班 理学療法  
士 淵澤愛理沙)

# 歯ブラシの選び方

## お口の健康教室

先月に続き歯ブラシについて、今回は歯ブラシの選び方のお話をさせていただきます。

歯ブラシは様々販売されていますが、ヘッドの大きさ・ブラシの硬さの2つに注目して選んでいきます。

①形状 幅はコンパクトでブラシの厚みのないものが奥や細かい部分に毛先を届けやすくなります。一度に多く磨きたいと幅の広いものを選ぶ場

合は奥を磨く際は動かし方や当て方を工夫することで磨くこともできます。

②硬さ 一般的にはふつうの硬さの歯ブラシをお勧めしますが、硬めの歯ブラシを好まれる方もいらつしやると思いが、弱い力でも歯や歯茎を傷付けやすいため積極的に使用は推奨しません。やわらかめの歯ブラシは歯周病等

歯茎が腫れている場合、歯茎との境目をよく磨くことに向いています。毛先がやわらかいと、歯の表面の汚れは落と

しにくいので、やわらかめのブラシは普通のものと同用することが大半です。

前回お伝えしたように1か月の交換が目安ですが、ふつうの硬さで1-2週間で毛先が広がってきってしまう方はブラッシング圧が強い可能性がある。なので注意が必要です。

歯ブラシは使用後は流水でよく洗い、水気をしっかりと切ったうえで乾燥しやすいところで保管し細菌の繁殖がないように注意しましょう。

(歯科口腔外科 歯科衛生士 佐藤奈津子)

## 栄養ひとくちメモ

### 【桃】

桃の原産国は中国で、日本では弥生時代から食べられていたといわれています。主な品種の収穫時期は7月下旬から8月中旬頃までですが、品種によっては9月下旬頃まで収穫することが可能です。

桃は血圧を下げる効果のあるカリウムを多く含んでいます。黄肉種にはカロテンが豊富です。ビ

タミンEと協力して抗酸化作用を発揮します。食物繊維も豊富なので、便秘の解消にも役立ちます。

桃は収穫後、徐々に果肉が軟らかくなります。甘さは増しませんので好みの固さでいただきます。冷やしすぎると味が落ちるので、食べる直前に冷やすのがおすすめです。

桃の甘さが足りない時はシロップ煮にすると美味しくいただけます。水に砂糖やレモン汁を加えてシロップを作り、皮をむいた桃を

加え軽くひと煮立ちさせれば完成です。シロップごとゼリーにしても美味しいです。果肉を凍らせれば桃のシャーベットになります。耐熱容器を使用すれば電子レンジでも作ることができます。(参考:JAグループ とれたて大百科)

(栄養管理科 管理栄養士 佐藤あゆみ)



## 薬剤科だより

熱中症が気になる季節になりました。外出自粛生活が続く、身体が外の気温に慣れていない人も多く、脱水に気が付きにくいといわれています。さらに今年の夏は電力需給の逼迫が想定され、節電要請も発表されています。エアコンの使用を控えることで、室内温度が高くなっていることに気が付かず、熱中症になって倒れてしまったなんてこともあるかもしれません。熱中症のひとつの原因として、脱水が挙げられます。

では『脱水』とはどのような状態を指すのでしょうか。脱水は、身体から水と塩分を失うことを言います。わたしたちの身体の半分以上は、水分でできており、この水分は「体液」と呼ばれ、大切な役割を担っています。体液が失われると、脱水状態に陥り、症状として、微熱・口の渇き・尿や汗の減少・頭痛・悪心、嘔吐、筋肉痛など体液の多い臓器に異変が生じます。この体液は年齢と共に減少し、成人では体重あたり60%、高齢者は50%と言われています。体液をため

る筋肉が少ない・飲食の減退・のどの渇きに気づかないなどの理由で、高齢者は脱水を起こすリスクが高くなります。対策としては規則正しい食生活を送ることです。それでも脱水状態になつてしまったら、経口補水液を速やかに補うことが大切です。経口補水液とは、水と塩分と糖分をバランスよく含み、身体へ速やかに吸収されるよう作られています。スポーツドリンクでもいいのでは?と思われる方も多いと思います。スポーツドリンクは、経口補水液よりも電解質濃度が低く、糖分が高くなっています。ですので、通常の水分補給には適していませんが、発熱、嘔吐、激しい発汗などで脱水状態になっている場合は経口補水液が適しています。

今年も猛暑になると予想されており、熱中症対策として自宅に経口補水液を準備しておいてはいかがでしょうか?

(薬剤科 薬剤師 山田智子)

# ゆきつらつら通信



発行 リハビリ南東北福島

## 大運動会



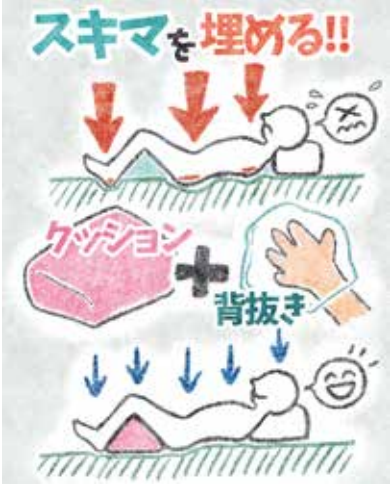
毎年5月はリハビリ南東北福島恒例の大運動会の季節です。感染が落ち着いていた頃は、各フロア利用者様、職員が集合し全員で開催していましたが、今年もコロナ禍のため各フロアでの実施となりました。運動会が始まる前に頭にはち

## 「除圧」ってどうすればいいの？ 自宅でもできる！床ずれ予防！

床ずれってご存じですか？床ずれとは骨が出っ張っている部分の血流が悪くなることで皮膚に障害が生じた状態です。寝たきりの方に多く見られますが、麻痺や認知症の方にも起こりやすくなっています。床ずれの進み具合によっては、治るのに非常に長い時間がかかるため、予防することが大切とされています。「床ずれ予防」には「除圧（圧を取り除くこと）」が重要です！「除圧してくださいね。」と言わ

まきをつけると、多くの利用者さんが「気合いが入るね」「はちまきをつけるとやる気が出てくる」などと話されており、どの利用者さんからも気合いが感じられました。フロアに国旗も飾り準備万端。いよいよ運動会の始まりです。開会の言葉から始まり、事前にお願ひしていた利用者さん2名による息の合った選手宣誓、ラジオペ操、各競技の順で行われました。玉入れは、職員が玉入れ用のカゴを持ち、利用者さんの近くまで移動し2分間で玉を投げるというルールで行いました。ど

れども、具体的にどうすればいいの？  
今回はそんな悩みを解決します！  
ポイントは3つ！  
①すき間を作らない！  
②適度に寝返り！  
③忘れがちだけど重要な背抜き！  
【解説】①ベッドと身体が接する所に圧を集中させないために！  
②2時間おきに来るのが理想ですが、難しい場



合は①③をしつかり行うかマットレスの調整を検討するのも一つです。  
③ビニール袋に手を入れて行っても◎！



の利用者さんも真剣そのもの!! 応援の声もあり、終始白熱した玉入れが行われ、試合終了後にはまさかのアンコール。結果は引き分けとなりましたが、どの利用者さんからも「すごく楽しかった」「良い運動になった」などの声も聞かれ、大成功となった大運動会でした。

# 今月のレシピ

## 牛乳プリン



なめらかな  
口どけデザート\*  
練乳の  
やさしい味わいが  
口いっぱい  
広がります♪

### 作り方

- ゼラチンは牛乳大さじ2(分量内)に振りまいて、ふやかし、電子レンジなどで加熱し溶かしておく。
- 牛乳を温め、練乳をいれよく溶かす。練乳が溶けたら①のゼラチンを入れ溶けるまでかき混ぜる。
- 粗熱がとれたら容器に入れ冷蔵庫にいれ冷やし固める。

### 効用

牛乳と聞くと、カルシウムを思い浮かべる人も多いかと思いますが。カルシウムには骨を丈夫にする働きがあります。他には、牛乳に含まれる乳糖は、腸で善玉菌を増やしたり、腸の働きを活発にしてくれるので、便秘を防ぐ作用があります。

### 材料(4人分)

- 牛乳 .....400cc
- 練乳 .....大さじ3~4
- ゼラチン .....5g



南東北 ふくしま vol.137

発行日 令和4年7月1日  
発行 (一財)南東北福島病院  
リハビリ南東北福島  
住所 〒960-2102  
福島市荒井北三丁目1-13  
☎024-593-5100  
印刷 石井電算印刷株式会社