

地域リハビリテーション広域支援センター 令和5年度 地域リハビリ研修会

**骨粗鬆症を予防して  
いつまでも元気で  
暮らそう** **第1回**

11/17(金) 14:00-15:00  
通算123回

今年度は地域の皆様向けに、骨粗鬆症予防についての講座を2回シリーズで開催しました。第1回は骨粗鬆症と薬をテーマに、佐々木医師と小原薬剤師が解説しました。4年ぶりの現地開催でしたが、22名の皆さんにご参加いただきました。好評だった研修会を一部ご紹介します。

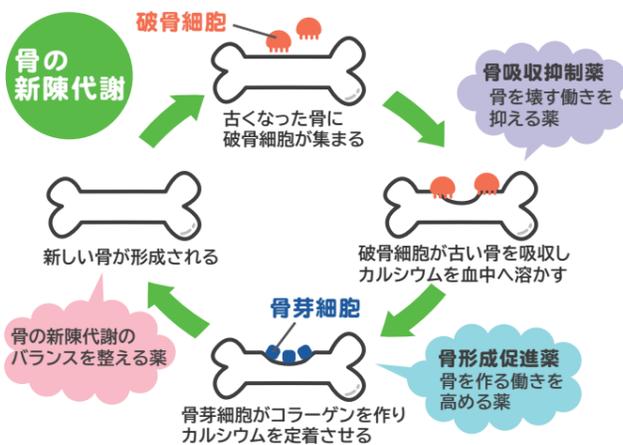


**骨粗鬆症とは?**

骨の代謝バランスが崩れ、骨強度が低下し骨折しやすくなる病気です。骨密度が低い方や高齢女性の発症リスクが高いといわれています。骨粗鬆症予防には、運動、栄養、日光浴、薬、転倒予防が挙げられます。

**骨の新陳代謝**

骨は、毎日作り替えられています。破骨細胞が古い骨を壊す「骨吸収」と、骨芽細胞が新しい骨を作り出す「骨形成」のバランスが大切です。健康な生活習慣を心がけたり、お薬を正しく服用したりして、骨を元気に保ちましょう。



**骨粗鬆症の治療薬**

1. 吸収抑制薬 ビスホスホネート、デノスマブ、SERM
2. 骨形成促進薬 副甲状腺ホルモン薬、ロモソズマブ
3. 骨の新陳代謝のバランスを整える薬 活性型ビタミンD3薬

\\ 次号では、予防のための運動や栄養について解説します //

ニュース

2023.12.29  
一点深掘り表彰式

12月に行われた朋和会の質向上活動である一点深掘り発表会の表彰式が行われました。優秀賞に輝いたのは、西館2階のチームです。病棟内での転倒予防対策、安全な環境を提供するための仕組み作りを行い、高い評価を得ました。



優秀賞を受賞したチーム  
転倒予防サポーターズ

2024.1.17  
第41回 合同症例検討会

今回は、花の丘の介護予防事業へ参加後、当院の訪問リハビリを利用された利用者さんの生活事例を基に行いました。障害を抱えた患者さんがより効果的にその人らしい生活を送ることができるよう、意見交換を行いました。



2024.1.11  
病院見学

医療法人敬愛会リハビリテーション天草病院から、拡散型体外衝撃波shock wave 治療の見学のため、来院されました。実際の痙縮治療の様子や院内をご覧になり、質疑応答などが行われました。



2024.1.4~1.17  
緊急防災研修  
「大規模災害時の対応」

全職員を対象に、災害時に適切に対応できるよう、マニュアルやルール、安否確認などについて再確認を行いました。



2024.1.4~1.17  
研修  
「人工呼吸器操作説明」

人工呼吸器は、患者さんの命を守るため、大変重要です。安全かつ正確に使用するための知識や操作技術の向上を目的とした研修を行いました。

採用のお知らせ



なかむら さおり  
中村 さおり  
(准看護師)  
花の丘 3階

1月の辞令です。  
よろしくお願いいたします。



[発行・編集]

(財)日本医療機能評価機構認定病院 西広島リハビリテーション病院 事業局  
〒731-5143 広島市佐伯区三宅6丁目265番地  
TEL : (082)921-3230(代) FAX : (082)921-3237  
https://www.welnet.jp E-mail: wel@welnet.jp



2月

行事についての詳細は院内掲示をご覧ください。職員にお問い合わせください。

1	木	先負
2	金	仏滅
3	土	大安
4	日	赤口
5	月	先勝
6	火	友引
7	水	先負
8	木	仏滅
9	金	大安
10	土	先勝
11	日	建国記念の日 友引
12	月	振替休日 先負
13	火	仏滅
14	水	大安
15	木	赤口
16	金	先勝
17	土	友引
18	日	先負
19	月	仏滅
20	火	大安
21	水	赤口
22	木	先勝
23	金	天皇誕生日 友引
24	土	先負
25	日	仏滅
26	月	大安
27	火	赤口
28	水	先勝
29	木	友引

ワンポイントアドバイス!

認知症の方へ接する時のポイント

認知症で一番不安なのはご本人です。接する時は「驚かせない」「急かさない」「自尊心を傷つけない」ことが重要です。ご本人やご家族が安心して暮らせるよう、主な認知症の症状や対応をご紹介します。

認知症とは

認知症とは、記憶や判断を行う脳の機能(認知機能)が低下し、様々な状況に対する判断が適切にできなくなるなど、日常生活をする上での支障が少しずつ増えていく脳の病気です。

主な症状と対応

認知症の症状に寄り添って接することが大切です。



「今日は、何月何日?」  
→日時がわからなくなる  
答えられなくても問題視せず、大きな日めくりカレンダーをかけておくなどの工夫をする。



「ごはんは、まだ?」  
→全体の記憶の障害  
「できるまでこれ(お茶やお菓子)を食べて(飲んで)いてね」などと話題を変えて納得してもらう。



「あなたは、誰?」  
→家族を忘れる  
家族の名前を忘れてたり、自分とどういう関係なのかわからなくなっても、別人になりきってふるまう。

認知症の進行を遅らせるリハビリ?

家事、買い物、散歩、趣味など、できることは今まで通り続けることがリハビリになります。役割があると気持ちの安定にもつながります。

気になる症状がある場合は、医師に相談しましょう。