



こんな症状はありませんか？～ヘルニアについて～

「立ったときに足の付け根に膨らみがある」

「下腹部に違和感・不快感がある」

「手で押さえたり、横になったりするとふくらみがなくなる」

それはもしかしたら鼠経ヘルニアかもしれません。

鼠経ヘルニアは一般に“脱腸”と呼ばれる良性の病気です。

足の付け根（鼠径部）の組織が弱くなることで内臓を覆っている腹膜が脱出し、さらに進むと腸が元に戻らなくなり腐ってしまいます。

自然に治ることはなく、原則として手術で修復を行います。

鼠径部の弱くなった部分に人工補強材を使う方法が主流で、最近は腹腔鏡で行うようになり、キズが小さく、術後の痛みも軽く、早期に社会復帰ができるようになりました。

鼠経ヘルニアでお悩みの方や、「ヘルニアかな？」と思われた方は、できるだけ早く診察を受けられることをお勧めします。



船岡山に行こう

京都市紫野地域包括支援センターが実施する地域の集いの場で当院の言語聴覚士（ST）が講師をつとめさせていただくことになりました。みなさん、是非おこしく下さい。

日 時 2021年12月8日（水）9：30～10：30

※雨天中止

場 所 船岡山（広場のよこ、藤棚の下）

持ち物 タオル、飲み物、帽子、マスク着用

テーマ 認知症と誤嚥性肺炎を予防しよう

講 師 京都からすま病院 言語聴覚士

申込先 京都市紫野地域包括支援センター

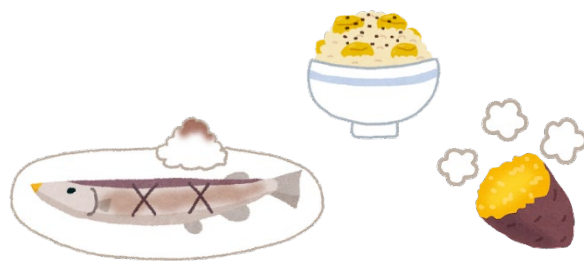
（電話：075-494-3346）

言語聴覚士とは…？

医師の指示のもと、言語機能または聴覚に障害のある人に対して、その機能向上を図るため言語訓練やその他の訓練を行います。具体的には、音声・言語機能障害や摂食・嚥下機能障害の方へ訓練を実施していきます。



栄養科のご紹介



手作りの美味しさ

当院の栄養科は直営給食管理で院内調理を行っており、患者さんに安全安心で美味しい食事を提供すべく管理栄養士1名、調理師2名、調理補助10名の総勢13名で日々奮闘しています。

冷凍食品や既製品、化学調味料をなるべく使用せず、手作りの良さと家庭的な味付けにこだわっています。米飯やお粥はガス火の釜で米から丁寧に炊きあげ、煮豆類は乾燥大豆を水に戻すところから手作りしています。冷凍野菜の使用はごく一部に限っており、なるべく生野菜からの調理で素材の良さを生かすことを大切にしています。献立のバリエーションや使用する食材の種類は決して多くないですが、ハンバーグは具材を混ぜてひとつひとつ成形し、フライものは下味と衣をつけるなど人気の手作りメニューがたくさんあります。また、月に1回手作りおやつの日があり、季節を感じ楽しんでいただけるような工夫をしています。一方で温度管理や嚥下食調理などについて設備面や技術的な課題もいくつかあり、より良くしていく事への追求を続けています。



食事は大切なバロメーター

食事がしっかり食べられるかどうかは、患者さんの心身状態の大切なバロメーターです。様々な要因で食事が進まず栄養状態が悪化されている方が、いろいろな職種の間わりを通じて少しずつ食べられるようになり全身状態が改善されることが、栄養科にとって何よりもやりがいになります。また、しっかり食べることが難しい患者さまも、食べることが苦痛にならないようなサポートを目標にしています。まだまだ課題も多いですが、良い部分を大切に継承しながら求められる課題にも取り組んでいきたいと考えています。