

ももたる便り

春号

Spring.2016年



すっかり暖かくなり、桜の開花とともに新年度がスタートしました。皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。今年の4月は診療報酬の改定がおこなわれました。団塊世代が75歳以上となる2025年に向けて地域包括ケアシステムの推進、医療機能分化・強化、連携を充実させる内容となりました。在宅医療は『かかりつけ医』だけではなく『かかりつけ薬局』まで評価されています。住み慣れた地域で安心してすごせるように医療・介護提供のシステムが構築されつつあります。

さて、当院はこの春から定期訪問している患者さんを対象に眼科診療を始めました。眼科医による診療のご希望がありましたらお申し出下さい。地域で必要とされる医療機関を目指し、今後も職員一同、努力して参りますのでよろしくお願い申し上げます。



高齢者を知ろう！

～加齢と睡眠～

年齢を重ねると若い頃のように眠れなくなってくる事が多いですね。高齢者は若い人に比べて、夜中に目覚める、朝早く目が覚める早朝覚醒といった、生活リズムが崩れて様々な問題が起こることがあります。

【高齢者の不眠の原因】

- ① 加齢に伴い生理機能が徐々に低下し必要とする睡眠時間が短くなるため。
- ② トイレが近くなり夜間目を覚ます。
- ③ 外出するなど運動する機会が減るため、足腰が弱り痛みが出やすくなる。
- ④ 薬の服用が多くなる。(睡眠を妨げる成分を含む薬がある)

【改善策】

★昼間、日光を浴びて日中の活動量を増やそう。

(日中に活動することで昼と夜のメリハリをつける。人と会って話をすることで心地よい疲れが得られ自然と眠れるようになります。)

★眠気がないのに早い時間から床に入るのはやめ、夕食後は団欒の時間や趣味の時間を過ごすなどして遅めに就寝してみよう。



ナースももこ

職員紹介

NO IMAGE

【医師】

はらだ さちえ
原田 幸枝

4月よりお世話になっております原田と申します。これまで内科医として主に病院で勤務していましたが、今後は在宅医療の分野で地域医療に取り組んでいきたいと考えております。皆さんよろしくお願ひ致します。



【非常勤医師】

かわだ けんご
河田 健吾

普段は岡山大学の乳腺・内分泌外科に所属しております。これまで病院と在宅との連携に関わる機会も多くございましたが、在宅の皆様のため、自身のさらなる向上のため、これからも頑張っ参ります。趣味は音楽鑑賞など多数です。お会いできるのを楽しみにしておりますので、なんでも気軽に話しかけてください。



【非常勤医師】

眼科
たいら ゆき
平 由起

眼科は診察や検査に多くの機器が必要な科です。その意味において眼科訪問診療でできることは外来診療に比べ限定されてしまいますが、自分や家族が訪問診療を受ける立場になったつもりで、精一杯力を尽くします。



【非常勤医師】

あんどう あけみ
安藤 明美

これまで皮膚科医として在宅医療にかかわらせていただくことがありました。現在は岡山大学病院で内科を中心として、幅広く勉強させていただいております。そうした中で、より患者の皆様やそれを支えるご家族や周囲の皆様の身近で診療をさせていただき、皆様に寄り添えるような医療を行うことで地域に貢献できればと思っております。どうぞよろしくお願ひいたします。



支える医療へ

医療法人ガイタック ももたろう往診クリニック

TEL : 086-242-3232

FAX : 086-242-3233

MAIL : info@momotaroclinic.jp

URL : www.momotaroclinic.jp