



## 暑中お見舞いと 近況報告



いよいよ本格的な夏到来。  
暑中お見舞い申し上げます。  
「計画停電の予定スケジュール」が発表され、さまざまな「夏対応」に迫られる中、高齢者の入院が多い当院では冷房対策が深刻です。  
とりあえずはバッテリー内

臓扇風機を購入。外気温対策として遮光カーテンへの取り替えと窓ガラスには遮光対策フィルム。そして緊急時の発電装置の設置。滋賀県からの要請を受け、在宅患者が家庭で使用する医療機器のための貸し出し用の簡易型発電装置も併せて準備。準備はしたものの、やはり計画停電の無いことを正直願うこの夏です。その一方の節電対策。病棟蛍光灯の順次 LED 化に着手。まずは療養 4 階病棟が交換完了。明かり対策も見直し、ずいぶんと明るい病棟に生まれ変わりました。「病棟が生まれ変わる」ということでは、7 月 1 日、病棟再編成のための移動を行いました。A 棟回復期リハビリテーション機能が B 棟へ。B 棟療養機能が A 棟に移動。地域の皆さんの期待によりいっそう応えていけるように、今後のリハビリテーション機能の充実、療養機能の質の向上へとつなげていく計画です。来年は当院創立 30 年目の年。次代へのよりよい病院づくりへの挑戦を、どうぞご期待下さい。そして、多くの方々からのご意見をいただければと思います。

これからますます厳しい暑さの日々が予測されます。職員一同、患者の皆さんとともに汗をかきつつ、一生懸命頑張ります。地域の皆さまにはどうぞご自愛いただき、元気にこの夏を乗り切ってくださいようようお願いいたします。

## 脳卒中のおはなし② ～脳卒中の 予防について～

脳卒中は日本人の死因の第 3 位を占め、患者数は年々増加し約 150 万人に達しています。後遺症に悩む患者さんやご家族が多く、寝たきりや要介護となる原因の約 3 割が脳卒中です。高齢者の激増や、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病の増加により脳卒中の患者は 2020 年に 300 万人を超すことが予想されています。

脳卒中の予防には、高血圧や糖尿病にならないように注意する、たばこをやめる、大酒を飲まない（1 日に日本酒なら 1 合、ビールなら中ビン 1 本以下が目安）ことが重要です。高血圧の予防には、食べ過ぎに注意し、塩分控えめの食事、カリウム（野菜や果物に多く含まれています）、適度な運動（少し汗ばむ程度の早歩きを毎日 30 分など）をすることが重要です。既に高血圧、糖尿病、高コレステロール血症と診断されている方は、それらの治療を継続することが脳卒中の予防につながります。

心房細動は不整脈の一種で、高齢者に多いものですが、これがあると脳梗塞になりやすいことが分かっています。心電図で簡単に診断できますので、心電図検査を受け、心房細動があれば、脳卒中予防のための治療を受けましょう。



神経内科 片山 由理

（脳卒中専門医、神経内科専門医）

【外来診察日：火曜日午後、水曜日午前】