

ALP、LDHの測定方法が変わります

日本国内のALP、LDHの測定方法が世界的に普及している測定方法に変わります。これにより、日本国内の測定値は各国の測定値と互換性を持つことになり、検査のグローバル化が進みます。



現行測定法: JSCC法 (JSCC:日本臨床化学会)
新測定法: IFCC法 (IFCC:国際臨床化学連合)

ALPは測定値が現行法の約1/3になります。基準値が変わります。(成人男女)

[現行測定法] 104 ~ 338 U/L
↓
[新測定法] 33 ~ 113 U/L

LDHは、測定値、基準値ともに現行法と変わりません。

ALP、LDHって何の検査?

ALP

肝疾患と、骨疾患における骨芽細胞の活動の指標です。肝疾患、胆道疾患、骨疾患、甲状腺疾患、などで高くなります。乳幼児期と10 ~ 20歳頃は、成人の3 ~ 4倍程度高いです。妊娠後期にも高くなります。

LDH

体内全ての臓器に分布しており、細胞の変性や壊死を反映するので、スクリーニング検査(一次検査)として重要です。肝障害、心疾患、筋肉疾患、血液疾患、肺疾患、悪性腫瘍などで高くなります。乳幼児期は成人よりも2倍程度高いです。

肉巻きアスパラガス



材料名	分量(4人分)
アスパラガス	10本
豚ロース肉 (しゃぶしゃぶ用)	20枚 (約300g)
塩	少々
こしょう	少々
植物油	適宜
濃口しょうゆ	大さじ1.5
酒	大さじ1
A みりん	大さじ1
砂糖	小さじ2

作り方

- ① アスパラガスは硬い根本部分を切り落とし皮むき器で根元側の皮を3cmほどむき取る。続けてアスパラガスの長さを半分に切り、沸騰した湯で1分30秒程度下ゆです。
- ② ①のアスパラガスに豚ロース肉を巻き付け、塩・こしょうで下味をつけておく。
- ③ フライパンに植物油を少々入れ中火で熱し、②を焼く。(巻き終わりが下になるようにおくとよい。)
- ④ 全体的に焼き目が付いたら、Aの調味料を入れる。火加減は中火のまま煮詰めタレを絡める。

ひとくちメモ アスパラガスの最もおいしい時期は露地栽培で春から初夏にかけてです。アスパラガスに含まれているアスパラギン酸は新陳代謝を高め疲労回復を促します。

<栄養量(1人分)>
エネルギー: 232kcal、たんぱく質: 14g、食塩: 1.2g、食物繊維: 0.45g

広報誌

せんだん便り

2021 春号 vol.152 発行: 社会医療法人仁生会三愛病院 印刷: 近森謄写堂
http://www.sanai-hospital.jp/top/

社会医療法人 仁生会

三愛病院 あうん高知

三愛病院 ☎ 845-5291 グループホームいろは丸 ☎ 846-0168 高知市布師田一宮地域包括支援センター ☎ 845-6382
あうん高知 ☎ 846-1515 デイサービスいろは ☎ 846-1681 訪問リハビリテーション三愛 ☎ 845-5291
FAX 共通 ☎ 845-5611 居宅介護支援事業所「一宮」 ☎ 845-7107 各部署にお気軽にお問い合わせ下さい。

高知市 新型コロナウイルスワクチン 接種開始のお知らせ

予約開始 4月23日(金)から **接種開始 5月6日(木)から**
※三愛病院 6月1日(火)開始予定です

高知市新型コロナワクチンコールセンター 0120-920-737 (受付時間9:00~17:00)

予約方法 WEB予約・電話予約
※いずれの予約方法でも接種券が必要です(マイナンバーは不要)

接種を受ける際の費用
全額公費で接種を行うため、**無料**で接種できます。

接種回数と接種の間隔
現在国内で使用しているワクチンは、ファイザー社のワクチン(販売名: コミナティ筋注)です。1回目の接種後、通常3週間の間隔で2回目の接種を受けてください。(接種後、3週間を超えた場合は、できるだけ速やかに2回目の接種を受けてください。)



- 予防接種を受けることができない人、注意が必要な人**
- ★**受けることができない人**
- 明らかに発熱(通常37.5℃以上)している人
 - 重い急性疾患にかかっている人
 - コロナワクチンの成分に対して、アナフィラキシーなどの重度の過敏症の既往歴のある人
 - 上記以外で、予防接種を受けることが不適当な状態にある人
- ★**注意が必要な人**
- 抗凝固療法(いわゆる「血をサラサラにする薬」)を飲んでいる人、血小板減少症または凝固障害のある人
 - 過去に免疫不全の診断を受けた人、近親者に先天性免疫不全症の方がいる人
 - 心臓、腎臓、肝臓、血液疾患や発育障害などの基礎疾患のある人
 - 過去に予防接種を受けて、接種2日以内に発熱や全身性の発疹などのアレルギーが疑われる症状がでた人
 - 過去にけいれんを起こしたことがある人
 - コロナワクチンの成分に対して、アレルギーが起こるおそれのある人



※妊娠中、又は妊娠している可能性がある人、授乳されている人は、接種前の診察時に必ず医師へ伝えてください。その他、ワクチンを受けてよいかご不明な方は、その病気で見てもらっている主治医にご相談下さい。

ワクチン接種後、15分または医師から指示を受けた時間、接種した施設で待機していただきます。

祝100歳!

「おはようございます」 今日も明るい声といっしょに笑顔がやってきます。あうん高知通所リハビリテーション、通称「デイケア・ファイト」の一日がスタートです。



ん? 何だか今日は職員のウキウキが一段と感じられます。原因は…?

聞き耳を立てていると、利用者の100歳のお誕生日祝いをするというではありませんか。その主役を目で追うと、椅子に座りリハビリ中でした。「100歳のお誕生日おめでとうございます。」との職員の声掛けに、「口達者は二十歳(はたち)」と破顔一笑。この顔に、みんなキュンキュンしてしまいます。ファイトからはお祝いに色紙とバルーンで作った花かごをプレゼントしました。

後日、お孫さんからシルバーカーがプレゼントされたことを聞きました。ずっと元気でいて欲しいとの気持ちがこもった贈り物の後押しで、ますますリハビリにも力が入ってるようです。今日もまた、ユーモアたっぷりの受け答えを聞きつつ、まだまだ人生半人前の私は、「豊かに生きる」ことの修業中です。少しでも長く、目標をもって通っていただけるよう、これからも皆で努めていきますので、半人前へのご指導もよろしくお願いいたします。



あうん高知よりご報告

昨年、高知市より増床許可を受けて年明けから工事を行い、皆様にも色々ご協力いただくことができました。4月より75床での運営を開始できる運びとなりました。3年毎に行われる介護報酬改定に合わせ、各種指針やサービス提供に係る計画書などの見直しを行っております。今まではエレベーターホールの壁を利用して、運営規定などの提示を行っていましたが、今後は各階ごとにいつでも閲覧していただけるよう、指針などを含めた資料ファイルを設置しましたので、お知らせいたします。

また、例年5月に開催している、あうん高知家族会総会及び「和っしょい! 皆来い交流会」は、昨年度に引き続き総会は書面評決に、交流会はフロアごとの縮小運営とさせていただきます。家族会会員の皆様には、書面評決と合わせて、サービス提供に関するご意見を頂戴しましたので、それらまとめは後日議事録として、会員の皆様に対して報告させていただきます。

リハビリ室に新しい機器が導入されました!!

この度、リハビリ室に近赤外線治療器(以下スーパーライザー)・体成分分析装置InBody・レッグプレスの3つの新しい機器が導入されました。

一つ目のスーパーライザーは体の深いところまで届く温かい光(近赤外線)で、血流をよくして痛みのもとを和らげる機器です。痛み・皮膚疾患・アレルギーなどの改善に効果があります。

二つ目のInBodyは体に微弱な電流を流すことで体成分を分析し、水分量や筋肉量・栄養状態まで測定することができる機器です。

三つ目のレッグプレスでは、下肢筋力測定を行い、その人に合った負荷量を調節し効率よく下肢筋力を鍛える機器です。

例えば、InBodyで体成分を分析し、筋肉量の少ない箇所をレッグプレスなどを使用して訓練することで、歩行や立ち上がり動作などが楽になり、より健康的な体を作ることが可能になります。痛みのある箇所には、スーパーライザーを使用して痛みを和らげます。

この様に機器を使用することで、評価結果を元に効果的・効率的な訓練を行い、患者さんの機能向上に取り組んでいます。

詳しくお知りになりたい方はリハスタッフへお声掛け下さい。



介護医療院さんあい

介護医療院さんあいは地域や家庭との交流機会の確保や患者さんの日常生活動作の維持・向上を目的に外出レクリエーションを行っています。

穀雨の候、皆様におかれましては、ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

さて、介護医療院「さんあい」を令和2年4月に開設し、今年4月ではや1年が経過しました。昨年度は新型コロナウイルスへの対応で面会ができない状態が長く、入所者様、ご家族様には大変ご心配をおかけしました。現在も制限がかかっている中、皆様にはご理解とご協力を頂き、施設の運営を行うことができ大変感謝をしております。

今回、令和3年4月に介護報酬の改定がありました。入所者様には快適な療養環境の提供ができるようにということと、ご家族の方にも満足して頂けるような体制を構築していきます。

また、地域の方との交流についてもしっかりと計画していきます。尚一層の努力をしていきますので、今後とも介護医療院「さんあい」をよろしくお願い申し上げます。



お花見

昨年度は、新型コロナ感染の影響もあり、思うようにレクリエーションが出来ませんでした。感染予防のため、3月27日(土)の午後院内の中庭の桜を見に行きました。

窓越しの花見となりましたが、普段は発語の少ない入所者さんから、桜が見えると「凄い、綺麗」と繰り返し元気な声が聞かれました。

目を閉じられている入所者さんに声をかけると、目を開け「ニッコリ」笑い顔がされていました。また「来年も連れて来てよ」と喜んでくれました。

