

徳島県立三好病院



今号の 内容

- ◆脳卒中について
- ◆かかりつけ医を持ちましょう

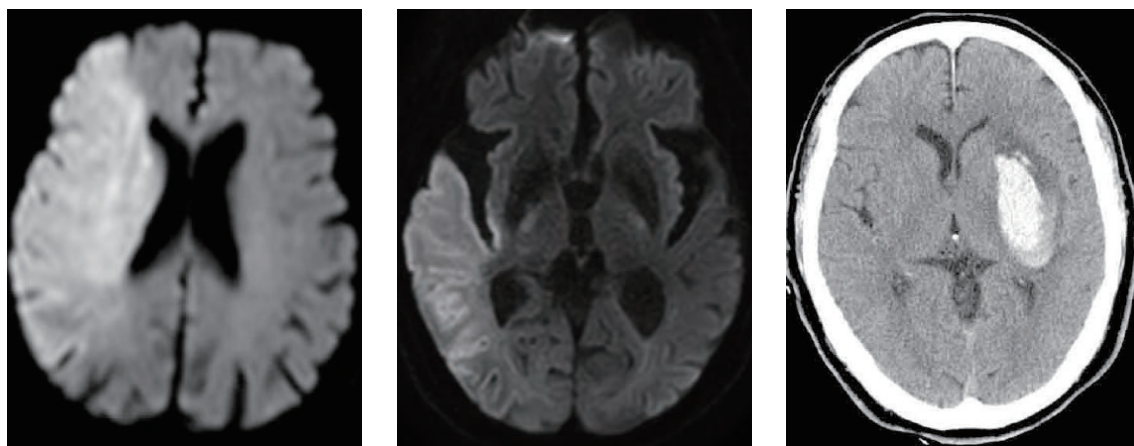


脳卒中

脳卒中の発症率は年齢とともに上昇する傾向があります。特に高齢者の多い徳島県西部では、全国平均の約2倍の割合で発症しています（徳島県西部における脳卒中患者数 人口8万人あたり約210人）。

2017年人口動態報告（厚労省）では、脳卒中はわが国の死因の第3位でした。

脳卒中は脳梗塞、脳出血、くも膜下出血を含む表現です。その中で脳梗塞は全体の75%と高い割合を占めています。高血圧や高脂血症、糖尿病といった生活習慣病から体中の血管の動脈硬化を引き起こし、結果として脳梗塞を生じます。喫煙は特に重要な危険因子で、脳梗塞患者の約半数で喫煙が認められています。高齢になると不整脈、特に心房細動を合併することが多くなり、これも重篤な脳梗塞の原因となります。



<脳卒中画像>

少しでも脳卒中の知識を広めるため三好病院ではこれまでに、生き生き講座などでの活動を行ってきました。今回、認定看護師からの発案のもと「脳卒中予防教室」を毎週開催することになりました。

毎週火曜日、午後3時30分から、3階病棟・談話室にて脳卒中の勉強会を行っています。脳梗塞や脳出血で入院した患者さんはもちろん、他疾患で治療中の患者さんや御家族の参加も自由です。

家族・親族に脳卒中の人がいた、という方は多いと思われます。少し話を聞きたいな、と思われたらどうぞ気軽に御参加ください。

徳島県立三好病院 脳神経外科 医師 三宅一央

脳卒中予防十か条 （日本脳卒中協会）

- 1 手始めに**高血圧**から治しましょう
- 2 **糖尿病** 放っておいたら悔い残る
- 3 **不整脈** 見つかれば すぐ受診
- 4 予防には **たばこ**を止める 意志を持って
- 5 **アルコール** 控えめは薬 過ぎれば毒
- 6 高すぎる **コレステロール**も 見逃すな
- 7 お食事の **塩分・脂肪** 控えめに
- 8 体力に合った**運動** 続けよう
- 9 万病の引き金になる **太りすぎ**
- 10 脳卒中 **起きたらすぐに 病院へ**





火曜日午後3時30分～3階病棟 談話室

いつまでも
元気で過ごして
ください



「脳卒中予防教室」始めました！

脳卒中（脳梗塞・脳出血・くも膜下出血）は生活習慣に影響を受ける病気です。

三好病院に脳卒中で入院される患者さんは、毎年200人を超えています。

脳卒中は麻痺などの後遺症を残すことが多いですが、軽症で退院できることもあります。

しかし治療後も脳卒中を繰り返すことが多く、そのたびに症状がひどくなってしまいます。

脳卒中の再発を予防するためには、生活習慣を見直すことが大切です。

そのため、どのようなことに気をつければ良いのかを知っていただきたいです。

また、脳卒中になってしまった場合には、できるだけ早く病院へ行くことが重要です。

速やかに治療を開始することで、後遺症を軽くすませることができ、可能性が大きくなります。

そこで三好病院では、今年の9月から「脳卒中予防教室」を始めました。

脳卒中を治療して退院される患者さんやそのご家族、また脳卒中予防に興味のある方に対して生活・食事などに関して見直していただきたいことを紹介しています。

この教室は3階病棟の談話室で毎週火曜日の午後に開催しており、脳神経外科医師、認定看護師、管理栄養士、薬剤師などが講師を担当しています。

参加は自由で予約なども必要ありません。

「ちょっと聞いてみようかな」と思われた方は、ぜひ気軽にご参加ください。



脳卒中予防教室



目的 脳卒中をくり返さないための生活について知る機会とする

対象 脳卒中で入院中の患者さんご家族
(それ以外でも興味のある方はどなたでも参加できます)

日時 毎週火曜日 午後3時30分～午後4時10分
(その後、個別相談にも応じます)

場所 3階病棟の談話室



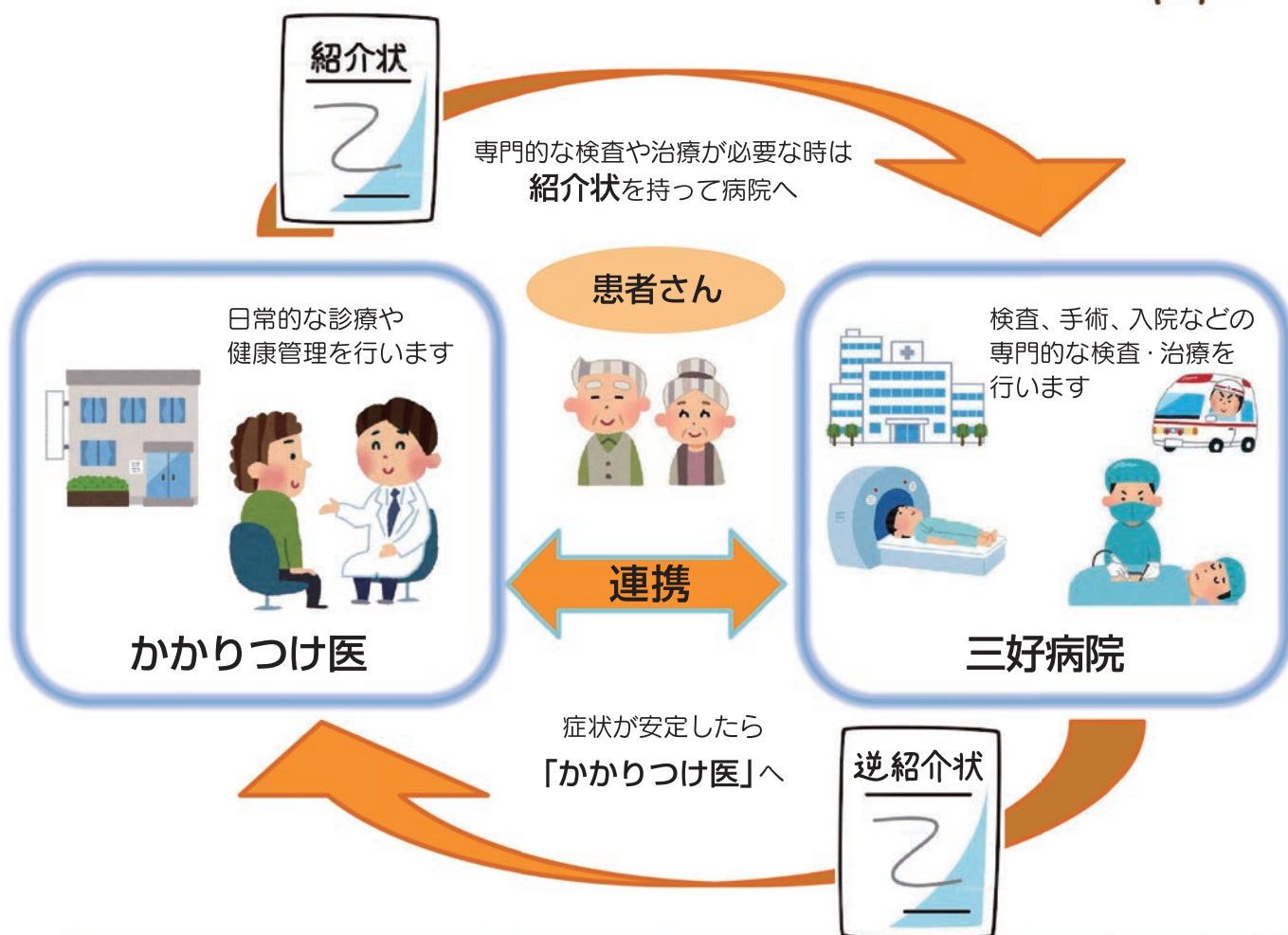
地域のお医者さんはあなたの身体をずっと見守ってくれています

「かかりつけ医」を持ちましょう！

～医療にも役割分担があることをご存知ですか～

徳島県立三好病院は地域の急性期病院として、専門的な検査や治療、手術および入院が必要な患者さんを主に受け入れる役割があります。

紹介状であなたの正確な訴えが伝わります。



「かかりつけ医」と当院が役割分担することで検査や投薬などの重複を避けることができ、的確な医療の提供や待ち時間の短縮にもつながります

徳島県立三好病院 患者支援センター

～県立三好病院基本理念～

『誠実』で『信頼』される病院となる

〒778-8503 徳島県三好市池田町シマ815-2
TEL 0883-72-1131 FAX 0883-72-6910
発行 徳島県立三好病院 広報委員会

臨時看護師募集

随時募集しています。詳しくは当院ホームページをご覧ください。
<http://www.miyoshi-hosp.jp>

ご意見・ご要望がございましたら、ホームページ、または院内でご意見箱までお願いします。
広報バックナンバーは、ホームページ <http://www.miyoshi-hosp.jp> にてご覧になれます。

令和元年11月発行