

みなみかぜ



南台病院 広報誌
平成29年 3月 Vol.9

南台病院のホームページをリニューアルしました。



この度、南台病院ホームページをリニューアル致しました。
各内容を見直し、見やすく、わかりやすい形に。
幅広い年代の方にもご覧頂ける様、スマートフォン表示にも対応しています。
今後も地域の皆さまのお役に立てるよう努めていきますので、宜しくお願いいたします。
ホームページアドレス：<http://www.minamidaihp.jp/>

「無料なんでも医療相談」のご案内

日 時：第5週を除く水曜日、午後3時～3時30分

場 所：南台病院 外来診察室

※事前の予約は不要ですので、受付窓口又は外来看護師まで、お気軽に声をお掛け下さい。

実施日	担 当	実施日	担 当
3月 1日(水)	勝見副院長	3月15日(水)	看護部
3月 8日(水)	薬剤科	3月22日(水)	食事サービス科

平均寿命(生物学的寿命)と健康寿命の間

日本人の平均寿命は男 79.5 歳、女 86.3 歳で世界でもトップクラスです。寿命にはもう一つ健康寿命があります。健康寿命とは他人の力を借りずに生きていける状態での寿命です。日本人の健康寿命は男性 70.4 歳、女性 73.0 歳です。平均寿命と健康寿命の間が男性で 9 年、女性で 13 年あります。この間の年数が介護されている年数です。寝たきり状態の人も多くいます。介護を受けるようになる原因は 60-70 歳代では脳卒中、認知症、転倒による骨折が主な原因ですが 80 歳以上になるとフレイルが一番多くなります。フレイルとは英語の frailty の日本語訳で日本老年医学会が採用しました。平たく言えば老衰です。老衰というと加齢で不可逆的な老いた状態の印象がありますがフレイルは早期に発見し介入すれば生活機能の維持、向上を図ることが出来るのです。老衰とは異なるのでフレイルとしたのです。そのためには運動や蛋白質の多い食品を摂取して筋力の維持に努め、多くの人々と接触して社会性を維持していくことが大切です。高齢者が各自意識してフレイルにならないように心がけるようにしたいものです。健康寿命を延ばすことは介護費用を減らし日本の経済にも良い方向に作用すると思います。

『特養』ってどんなところ??

(特養＝特別養護老人ホーム、介護老人福祉施設)

要介護度が3以上の方であれば入所申し込みができ、常時の介護が必要で在宅での生活が困難な方が利用する施設です。介護度が重い方の受入れが優先されるような仕組みがあります。

利用期限は特に無く、施設によっては看取りまで対応している所もあるようです。体調が安定していれば終身利用出来る施設です。

申込みする方も多いため、仮に何か所も申込みをしても、早くても数か月、状態に応じては入所まで数年かかってしまう方も居ます。

申込んですぐに入れるというわけではないので、最終的には特養をお考えであれば、時間に余裕があるうちに見学や申込みをしてみても良いかもしれません。



当院では毎週土曜日の午前・午後とも外来診療を行っております。ご利用下さい。

診療受付時間 (月曜日～土曜日) 午前：8時30分～11時30分 午後：1時～4時

社会福祉法人黎明会 南台病院 〒187-0032 東京都小平市小川町1-485

電話番号：042-341-7111 (代) ホームページ：<http://minamidaihp.jp/>