

2022年12月発行

tsunagu



新年に向けて

新任医師のご紹介 その胃薬合ってる!?



福岡市西区今津3810番地

グループホーム シーサイド 092-806-9067

ケアプランサービス シーサイド 092-805-7862

シーサイド病院訪問リハビリテーションセンター 092-806-7273

シーサイド病院通所リハビリテーションセンター 092-806-7273

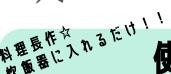
ホームページアドレス: https://www.seaside-hp.or.jp/







San D



える!万能やわらかチキン



《材料》

鶏むね肉 400g

・オリーブオイル 150cc

・シーズニング(アヒージョ) 1回分パック ※ 今回は、S&Bのアヒージョの素を使用

・炊飯器

・ジップロック 1枚

《 作り方 》

- ① ジップロックに鶏むね肉、オリーブオイル、シーズニングを入れて、10分位揉み込み、ジップロックの 空気を抜いてキッチリ閉める。
- ②炊飯器に①とお湯(①が完全に浸る位)を入れて、保温スイッチをオン
- ※ ジップロックが浮く時は、小皿などを重しにして、浮いてこないようにする。
- ③7~8時間程で出来上がり☆そのまま冷やす。

就寝前に炊飯器にセットすれば、朝起きた時に出来ているので、楽チンです。

また、すぐに食べない時は、氷水で冷やしてから冷蔵庫で保管可。

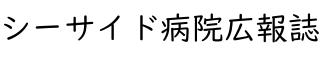
冷蔵庫で1週間、冷凍庫で1ヶ月程保存可能です。

チキンだけでも、旨味の出たアヒージョオイルだけでも使えるので、作り置きしておくと便利ですよ!

☆ 万能やわらかチキンを使ったアヒージョ ☆

作ったチキンを一口大にカットし、アヒージョオイルとボイルしたブロッコリー、プチトマトと一緒に 器に盛り付け、電子レンジでチンするだけ!

その他、アヒージョオイルとスパゲティで、ペペロンチーノもおすすめです。 ホームパーティなどにもお勧めのレシピですので、是非チャレンジして下さい。ボナペティ☆



新春に向けて



令和4年の1年間ももうすぐ終わり、新たな年を迎えよう

今年も新型コロナウイルスの第6波で始まり、7波、8波 と収まる気配がありません。

多くの高齢者をお預かりする我々の様な介護医療施設で何 よりも恐ろしいのはクラスターですが、当院でも8月に病棟 でクラスターが発生してしまいました。

職員の皆様の大変な努力で大きなトラブルに発展すること なく短期間で終息できたことは不幸中の幸いだったと思って

来年こそ新型コロナが終息し、患者様に安心して療養に専 念していただけることを願ってやみません。当院は福岡市の 今津地区にあり、周囲は緑が豊かで静かに広がる博多湾を目 の前に望む高台にあります。

お近くにお越しの際はぜひ当院にもお立ち寄り頂き、介護 医療現場における様々な活動についてお話しすることができ れば大変幸いです。

> 令和4年12月1日 医療法人永寿会 シーサイド病院 院長 杉﨑 勝教

新任医師のご紹介



嚥下検査の様子

歯科部長原田真澄

2022年11月1日よりシーサイド病院に勤務となり ました。

以前勤務していた福岡市内の病院で、高齢の方や病気を お持ちの方の歯科治療に従事しておりました。 歯科治療のみではなく、摂食・嚥下の検査やリハビリ

テーションも得意としております。

病棟の主治医の先生やスタッフと連携し、それぞれの患 者さんにあった食事を召し上がっていただけるよう努めて

どうぞお気軽にご相談ください。

日本障害者歯科学会認定医 日本老年歯科医学会認定医

Profile

岡山県出身 出身大学:九州大学 趣味は、旅行・食べ歩きです。

最近、習い始めたゴルフも上手になりたいと思っています。



チのTC (ス) (ス) 期にス的的受工間制イにとけ、 は限ッ1した効 薬用方 とら薬多すさい れま量まがめ療

医薬品」のを副作用のを副作用のである。 といいます。 したものを「スノ W (OTC 医薬品) に といいます。 イ に の 薬 転 高 品

°和消るりた**た** す化消まれれ

クイしせくし度 ◆ もプよず「、な過あやう、胃自病度

る挿悟かん°で

ッタま置引少過

る。 用の薬は1成分のものが多くイッチOTC薬を除く)、一方されたものが大半を占める一、市販薬は主に複数の成分 Pのが多くを占めい、一方で医療と、、一方で医療を占める。(スを占める。(スを扱の成分が配合

を酸性て痛 ● ↓保のが、む空**空**

●さしこむような胃の痛み です。この場合は胃のけいれんを です。この場合は胃のけいれんはスト はこされます。胃けいれんはスト はいれんしていることが原因で引 が原因で引 制護分高胃場腹腹 °を多下引胃 おいレきが

血障い他 糖害もの R等さまざまで 場によるむ、軽度なれて が、軽度として でく皮て

個人差があります。
個人差があります。
こさなることで胃痛が発生します。
こさいった場合は、野薬を毎日服用していると胃酸がリバウンドし、胃酸過多状態でがむのをやめたら胃が痛くなった、で飲むのをやめたら胃が痛くなった。とまんまと術中に?ハマります。のですが、計画的に漸減しています。例がのですが、計画的に漸減しています。例がのですが、計画的に漸減しています。例がは可能です。 め眠な疹 ま気るがい、出 が集吐るかまり気力

デすこ イかれ ケーションパラの症状を ンの話へいたすべて 薬

入り うましてと言ったと言ったと しル言 な(よフえ いタ し歴水能れ移染0ん うメま

カメラを飲んだことのな

『その胃の原

用ってあ ええ副る らと置力

のがが 作こ 低すか体用と の低下、動悸がするがする、下痢、便秘がかわく、お腹が痛体がかゆくなる、作用は起こります。で用は起こります。ではないがった。

の薬の違

制酸剤・胃粘膜保護薬分泌をおさえる薬や、胃の制度時に胃がキリキリ・シクトの場合は、胃酸が過剰に分泌腹時に胃がキリキリ・シクトの場合は、胃酸が過剰に分泌をおされている。

状にあっ 《調律》

タ六総**化**ブ痙セス**粘**ガ酸 ナ君合**剤**ス薬ルク膜ス剤 ベ子胃・コ ベラ保タ 胃湯器**健**パ ール護 芍薬甘草

でやりくり.だろうと忙.

ししの

てい痛

いこみると

を原 理因

由は

に大市人

販レ

けてきたな

た方に飲みたくない

い

便便が

のようだが気により真っ黒で海苔の気

して煮

い状

います。 いなどで、服用された事のあるの薬の副作用で胃荒れを予防するとで、服用された事のあるの薬の副作用で胃荒れを予防するに、胃薬を自己判断で服用していませんか? していませんか? 一言に『胃痛・吐き気・鎮痛でしょうか? に『胃痛』と言っても、痛していませんか? していませんか? に『胃痛』と言っても、痛りなどで、服用で胃荒れを予防する。 していませんか?

服用したり

しみ

ルフ薬

るする 方る も 目等

胃薬の種類(市販薬)