

武蔵野陽和会病院広報部 2024年1月15日
むさしの陽和会だより 78号目次

これからの高齢者医療について 病院長 長倉 和彦

団塊の世代が全て後期高齢者（75歳）になり生産人口が急激に減少する2025年を節目として、誰もが質の高い医療を受けられ、安心して暮らせるよう、将来の医療のための法律が2014年に公布されました。東京都では2016年に地域医療構想が発表されました。

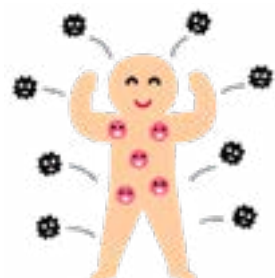


関節リウマチについて

関節リウマチは、遺伝的素因と環境要因の影響の中で自己免疫応答を生じ、それに伴い関節滑膜に炎症を生じる疾患です。人口の約0.5～1.0%が罹患する比較的多い疾患で、男女比は1：3～4と女性多く発症します。

冬の感染対策について

新型コロナウイルス感染症に翻弄され続けておりましたが、2023年5月より5類になりました。それに伴い、いろいろな制限が少しずつ緩和されています。しかし、5類になっても感染対策に変わりはありません。



たんぱく質とは

たんぱく質はご飯やパン、お肉や魚など様々な食材に入っています。しかし、たんぱく質ばかり食べても、自分の筋肉にはなりません。たんぱく質の吸収は一定量しかできないと言われています。また、糖質や脂質など、エネルギーになるものが一緒にないと効率よく身体に使われません。

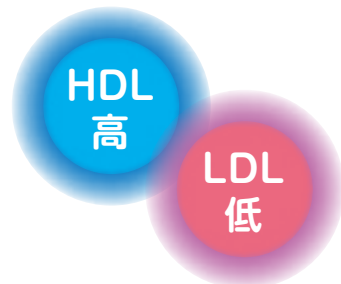


節分の豆が余ったら…

季節の変わり目には邪気が入りやすいと考えられており、邪気を追い払って幸運を招くために節分には豆まきが行われています。煎り豆が余ったら、簡単にできる炊き込みご飯はいかがでしょう。

コレステロールってなに？

コレステロールは脂質の一種で、動脈効果の原因と言われています。何かと嫌われてばかりいますが、細胞膜を維持する大切な役割を担っており、細胞膜の材料となる他、ホルモンや食べ物の消化吸收を助ける胆汁の材料としても使われています。



介護老人保健施設“ハウスグリーンパーク”のご案内

ハウスグリーンパークは、緑豊かな地区に位置し、明るく広くゆったりとした介護施設です。

2000年7月に開設し、今年で24年目を迎えました。介護、看護、リハビリの必要な方の在宅復帰や在宅生活の継続を支援するためのサービスを提供しております。

