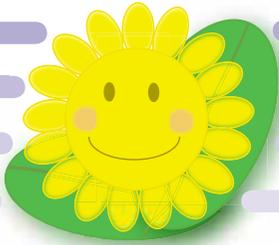


m

ご自由にお持ち帰りください

■企画・編集・発行 / マツダ病院広報部会  
■2010年2月発行  
■季刊誌



マツダ病院だより

# ひまわり

23

2010Winter



## Contents

- Introduction of the doctor  
皮膚科 間所 直樹 医師 「ドライスキンと痒みについて」
- 認定看護師のご紹介
- 教えて！医療保険 「肝炎インターフェロン治療費助成制度について」
- 安芸医学会・クリスマスコンサート
- 健康レシピ 「ごま風味の牡蠣の粕汁」
- 広島市安芸消防署からのお知らせ

乾燥する冬は、皮膚のトラブルが急増！  
正しいスキンケアで、皮膚を守りましょう！

冬の皮膚対策！

## 「ドライスキンと痒みについて」



間所 直樹 Naoki Madokoro

### 皮膚の乾燥について

暖冬と予想された今冬ですが、案外冷え込む日も多く空気が乾燥して皮膚の乾燥に基づくトラブルが増えてくる時期になりました。この時期には皮膚の最外層にあり「城壁」とも言える角層が含まれている水分量は、夏期と比較して10分の1に減ると言われており、皮膚疾患をお持ちの方もそうでない方も、多少なり皮膚の乾燥による変化や痒みを実感されたことがあるかと思います。そこで今回は乾燥肌、いわゆるドライスキンと痒みについての話をいたします。



### 痒みとは・・・

痒みという感覚は痛みと同様に何らかの異常が起きていることを知らせてくれる警報の様なものと考えられ、古くは痛みとの電気信号が弱い場合に痒みとして感じるとする「強度説」が一般的に信じられてきました。しかし最近では痛みを感じる神経と異なる性質を持つ「痒みを伝達する神経」の存在が明らかとなり、痛みと痒みの伝達経路は異なるとする説が主流となっています。さらに痒みの伝達経路は複数存在する可能性が高いと考えられており、痒みという感覚が様々な刺激、経路によって引き起こされるということがわかってきました。

### ドライスキンの疾患

さて、ドライスキンを呈する疾患では角層のバリア機能が破綻しているために様々な刺激に対する防御力

や保湿力が低下しており、また通常よりも皮膚の表層まで「痒みを伝達する神経」が伸びて来ていることが知られています。そのため外界の刺激を痒みとして非常に感じやすい状態となっており、蕁麻疹など痒みを生じる他の皮膚疾患と比べ、後述するような薬物治療に抵抗性であることが多いと言われています。

## 痒みに対する治療

ドライスキンとそれに伴う痒みに対する治療としては次の方法が挙げられます。

### ステロイド外用剤

### 抗ヒスタミン薬

### 冷却

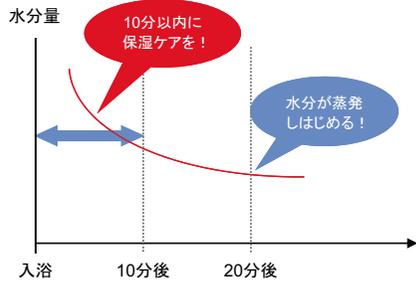
### スキンケア

など

なかでも④のスキンケアが最も重要な治療、予防策と言えます。

## スキンケアについて

スキンケアとは文字通り肌のお手入れをすることですが、ここで言うスキンケアとは単なる美容目的だけではない、医療の現場における「お手入れ」のことを指します。ドライスキンにおけるスキンケアの目的は、皮膚の清潔を保ち保湿することであり、具体的には入浴と保湿剤の使用が中心となります。清潔に保つと言う点では入浴、洗浄は必須と言えますが、洗浄力の強い洗剤の使用や強く擦り過ぎることで過度に皮膚の脂分を除去してしまい、却ってバリア機能の低下を招く危険をはらんでいます。従って乾燥肌用として調整されている洗剤の使用や泡で優



しく丁寧に洗い流すよう心がけるとが大事で、場合によっては発汗の少ない冬期のみ一日置きの入浴にすることで逆に改善することもあります。また保湿剤については多種多様の市販品がありますが、一般に市販品でも高い保湿効果を持つものが多く、使用感や実際の効果を見て製剤を選んで頂ければ良いと思います。さらに重要なことは、入浴後20分ほどで皮膚に浸透した水分は蒸発すると言われており、保湿剤の効果を十分発揮するためには入浴後10分以内の使用がより有効であるという点です。あくまで「保湿剤」であって「加

湿剤」ではありませんので、保湿剤の種類よりもむしろ私は塗るタイミングを重要視していただいた方が良いのではないかと考えています。また効果が不十分と感じる時はできる範囲で塗る回数を増やすことも有効な場合があります。

## 自分に合ったケアを

最後になりますが、ドライスキンや保湿剤にまつわる情報はインターネットや書籍などかなり多種多様な情報が飛び交っています。アトピー性皮膚炎ほどビジネスライクなものはないように思いますが、錯綜する情報に惑わされず、無理のない範囲で自分にあったケアの方法を探っていただければ良いのではないかと思います。当科ではスキンケアのみの御相談も承っておりますので、疑問に感じることがありましたら相談に来ていただければと思います。

# 認定看護師のご紹介



認定看護師ってなに？

日本看護協会認定看護師認定審査に合格し、ある特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を用いて、水準の高い看護実践のできる看護師のことです。



どんな認定があるの？

- がん化学療法看護
  - 救急看護
  - 手術看護
  - 新生児集中ケア
  - 透析看護
  - 皮膚・排泄ケア
  - がん放射線療法看護
  - 感染管理
  - 集中ケア
  - 小児救急看護
  - 摂食・嚥下障害看護
  - 糖尿病看護
  - 脳卒中リハビリテーション看護
- などがあります。



「皮膚障害などで日常生活に支障をきたしている  
患者さんをケアし、笑顔を取り戻したい」



外科外来 主任看護師  
認定看護師

松田 隼子  
(まつた れいこ)

「認定看護師にチャレンジしたきっかけは？」  
私は六年間外科・泌尿器科病棟に在籍し、多くのストーマ造設患者さんに出会いました。その中でも人工肛門（便・尿）二つを造設し、その後に瘻孔を形成し皮膚障害（発赤・びらんなど）で苦痛のため日常生活に支障をきたした症例を経験しました。患者さんの抱えている悩みを聞いて、局所だけではなく患者さんの全体像をイメージし、より専門的な知識、技術を身につけてケアをしていきたいと思い認定看護師を目指しました。



患者さんにケアをする松田さんと話をすると元気になるよと話して下さいました。

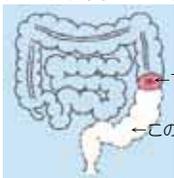
「患者さんへメッセージをお願いします！」

皮膚・排泄ケア認定看護師はストーマ（人工肛門）ケアだけでなく、褥瘡（床ずれ）や下肢潰瘍、失禁（尿・便）などに関する悩みにもお答えします。皮膚・排泄ケアの基本はスキンケアだと考えています。情報を提供し、共に考えて行きたいと思っています。どんなことでも遠慮なくご相談ください。

「認定看護師の業務を通して思うこととは？」  
悩みを解決していくためには、私一人の力では限界があり、チーム医療で関わりの必要であると思っています。患者さんを中心に、家族・医師・看護師・薬剤師・栄養士・地域連携などの多くの人と協働して皮膚障害の日常生活を送っていたりするように環境を整えていきます。今後もスキンケアのスペシャリストを目指して行きたいと考えています。

## ストーマとは

腸や尿管を使っておなかの外に引き出して造設した便や尿の排泄口のことです。便が排泄される消化器システムと尿が排泄される尿路システムがあり、それぞれ人工肛門・人工膀胱とも言います。



下行結腸ストーマ



回腸導管

## こんな症状でお悩みではありませんか？

- 皮膚の悩み（ただれている・痛い・痒い・出血する）
- 日常生活で困っている方
- 尿や便が漏れる
- 装具の漏れが心配で夜間眠れない方
- ストーマのことを相談する場所がない方 など

人に言えず悩んでいる尿もれや便もれ、尿や便が漏れるために起こる皮膚のただれや痛みについてご相談ください。



## 肝炎ウイルスに

感染していることがわかったら・・・

あなたの治療を応援するための情報をお知らせします！

# おしえて！医療保険

わかりにくい医療保険についてお答えします



## 肝炎インターフェロン治療費助成制度について

### 1 インターフェロンってなに？



肝細胞に直接働いて、ウイルスの増殖を防ぐ、抗ウイルス剤のことです。ウイルスの遺伝子型、量、肝炎の時期などを適切に選択することで、**ウイルスを排除、肝炎の症状を軽減したり進行を遅らせることができます。**

ただし、非常に高額であるため、患者さんの負担を軽減するために作られたのがこの制度です。



### 2 対象になるのはどんな人？



県内に住所があり、県が指定する専門医療機関で次に該当すると診断され、県が認定した方が対象になります。

① B型肝炎で、インターフェロン治療を行う予定の方、またはインターフェロン治療をされている方

② C型肝炎及びC型肝炎肝硬変で、インターフェロン治療を行う予定、またはインターフェロン治療をされている方

※肝がん予防を目的とした少量投与など、一部対象にならないものもあります。  
※対象者の詳細は県保健所へお問い合わせください。



### 3 どんな助成を受けれるの？



#### 助成の内容

条件	患者さんの窓口上限負担額 (月額)
世帯の市町民税所得割が 65,000 円未満	1万円
世帯の市町民税所得割が 65,000 円～ 235,000 円	3万円
世帯の市町民税所得割が 235,000 円以上	5万円

#### 助成期間

申請書を提出した月の初日から**原則1年間**  
(C型慢性肝炎の難治症例で、一定要件を満たす方は最大1年半助成)



### 4 手続きや制度の問い合わせはコチラ！



県庁健康対策課健康増進室 (県内全域)  
〒730-8511 広島市中区基町 10-52  
TEL 082-513-3078

最寄の県保健所(支所)  
安芸郡の方は→西部保健所広島支所(082-513-5526)  
呉市の方は→西部保健所呉支所(0823-22-5400)

## Mazda NEWS

### 安芸医学会開催 —安芸地区の医療連携が深まる



12月6日(日) マツダふれあい会館にて「第26回安芸医学会」が開催されました。この医学会は、安芸地区医師会の主催により安芸地区の病院、診療所、各種施設、消防本部等から医師、看護師、コメディカル、救急救命士などいろいろな職種の方々から研究発表や事例紹介が行われる医学会として注目されています。広島県医師会の碓井会長、安芸地区医師会の菅田会長のご挨拶から始まり、演題発表50件と今年も大変活発な医学会となりました。最後に広島大学大学院医歯薬学総合研究科岡島正純教授による特別講演で、今回の安芸医学会が締めくくられました。

### クリスマスコンサート開催 —冬の夜に、あたたかい歌声が



12月22日(火)に6階談話室でマツダ合唱団によるクリスマスコンサートを開催しました。今回は約60名と多くの方が見に来てくださり、女性団員の清楚な合唱と男性団員の力強い歌声と相俟ったゴージャスで迫力のある合唱を楽しみました。

とっておき！

# 健康レシピ

身近な食材で、手軽に栄養！

管理栄養士  
松原 純子  
Junko Matsubara



## ごま風味の牡蠣の粕汁

調理時間  
40分

1人あたりの栄養量

エネルギー  
168kcal

たんぱく質  
9.0g

脂質  
4.3g

炭水化物  
19.3g

塩分  
1.7g

### 材料 (2人分)

牡蠣	10粒
かぶ	200g (約1/3)
こんにゃく	100g
にんじん	50g (約小1/2本)
かぶの茎	少々
水	3カップ
酒粕	40g
味噌	20g
白ごまペースト	10g



### 今回の材料

#### 牡蠣 (かき)

体を作る基になる「たんぱく質」を豊富に含んでいます。



#### 酒粕 (さけかす)

味噌と一緒に、魚や肉を漬けて焼く等、調理法が広がる材料です。アルコールを含む場合があり、小児や車の運転には注意が必要です。

### Point

★今回はかぶを使いますので、牡蠣は、卸したかぶで掃除するのもよいでしょう。

★白ごまペーストは、火を止めて入れましょう。香りが残ります。

★白ごまペーストで、牡蠣の旨味に加え、汁全体にコクがでます。



### 作り方

- 1 牡蠣は洗い、ごみを除く。
- 2 かぶは大きめに、にんじんは小さめの乱切りにする。
- 3 こんにゃくは手でちぎり、下茹でしておく。
- 4 湯が沸いたら牡蠣を入れ、さっと通し、別の皿に取っておく。



- 5 4の鍋にかぶ、にんじん、こんにゃくを入れ、かぶ、にんじんが柔らかくなるまで加熱する。
- 6 根菜が柔らかくなったら、牡蠣を戻して火を通す。



- 7 アクが出ればすくう。
- 8 鍋のだしで、酒粕、味噌をそれぞれ溶く。
- 9 酒粕を入れる。
- 10 味噌を入れる。
- 11 火を止めて、白ごまペーストを入れる。
- 12 器に盛り、塩茹でしておいたかぶの茎をのせて出来上がり。

# 消防からのおしらせ



広島市安芸消防署からのおしらせ

## 救命士の業務拡大！早期処置で命を救う！

救急救命士がアナフィラキシー患者にエピペンの使用が可能になりました



虫刺され



食事の後



薬服用後

### 身体の異常



腹痛、全身性蕁麻疹、呼吸困難、下痢など

アナフィラキシーかも？！

**アナフィラキシーとは**  
植物、薬物、虫刺傷などで起こる急性かつ全身性のアレルギー反応で、症状としては、全身性の蕁麻疹と咽頭浮腫による呼吸困難、ショック、下痢、腹痛などが挙げられ、重症化すると死に至ることがあります。

**平成21年10月7日より、**  
アナフィラキシーになった患者自身が処方されたエピペンを所有している場合、症状により患者所有のエピペンを救急救命士が投与できることになりました。

**エピペンとは**  
アナフィラキシーに対する緊急補助治療の医薬品で、アナフィラキシーを起こす可能性のある患者が医師の診断を受け所有することができるものです。エピペンの成分はアドレナリンで、アナフィラキシーにより重症化した患者へは一刻も早いアドレナリン投与が最優先治療です。

アナフィラキシーに最も必要な治療は…



早期の

アドレナリンの投与

広島市安芸消防署 (安芸郡海田町堀川町 3-12)  
TEL 082-822-4349

## 毎月1回開催

### 公開医療講座のご案内

テーマ：「皮膚癌について」

講師：マツダ病院 皮膚科 部長 間近 直樹

日時：3月27日(土)  
10:30～11:30

場所：府中南公民館



## 糖尿病教室のご案内

当院では、毎月第3週、第4週に以下の内容で「糖尿病教室」を開催しています。無料でどなたでも参加できます。



- 「糖尿病の運動療法」 理学療法士
- 「糖尿病と動脈硬化」 医師(糖尿病内科)
- 「糖尿病の検査」 検査技師
- 「糖尿病とオーラルケア」 歯科衛生士
- 「糖尿病の生活指導とフットケア」 看護師
- 「糖尿病の薬物療法」 薬剤師
- 「糖尿病と眼疾患」 医師(眼科)
- 「糖尿病と皮膚疾患」 医師(皮膚科)

問い合わせ先： 565-5024



## 統計

項目	10月	11月	12月
紹介率(%)	50.5	46.9	42.2
平均在院日数(日)	15.0	15.9	15.4
手術件数(件)	198	157	170
日帰り手術件数(件) 再掲	17	16	6
外来一日患者数(人)	644	673	694
入院一日患者数(人)	232	236	237

# 外来診療 のご案内

			月	火	水	木	金
内科	午前	1診	/	折村	五明	五明	五明
		2診	清水	黒田	辻	保澤	辻
		3診	溝岡	高倉	清水	高倉	/
		5診	川合	田村	川合	田村	川合
		6診	住居	五明	住居	折田	益田
		7診(初診)	益田	辻	折村	黒田	折田
	午後		消化器外来 黒田	循環器外来 折田	肝臓外来 田村	循環器外来 住居	折村
TEL 082-565-5024 ※午後は急患と再診のみ							
小児科	午前		馬場 田坂	馬場 田坂	馬場 田坂	馬場 田坂	馬場 田坂
	午後		予防接種	乳がん・外来 一般外来	乳児健診	乳がん・外来 一般外来	予防接種
TEL 082-565-5292 ※午後は14時まで							
皮膚科	午前		間所 石川	間所 石川	間所 石川	間所 石川	間所 石川
	午後		間所 石川	手術	間所 石川	手術	間所 石川
TEL 082-565-5031 ※午後は15時30分まで							
泌尿器科	午前		米田	米田	長谷川	米田	長谷川
	午後		ESWL 検査	手術	ESWL 検査	手術	ESWL 検査
TEL 082-565-5032							
整形外科	午前	1診	菊川 (初)	月坂	菊川 (再)	奥平	月坂
		2診	金谷 (再)	金谷 (初)	/	菊川 (初再)	金谷 (初再)
		3診	中村 (初再)	中村 (再)	田中 (初)	田中 (初再)	田中 (再)
		4診	米川 (初再)	/	米川 (初再)	/	中村 (初)
	午後		/	手術	手術	手術	手術
TEL 082-565-5030 ※午前は11時まで							
外科	午前	1診	赤木	栗栖	赤木	栗栖	栗栖
		2診	田中	加納	加納	田中	羽田野
		3診	担当医	柴村	担当医	担当医	担当医
午後		担当医	担当医	柴村	担当医	担当医	
TEL 082-565-5027 ※午後は検査・手術又は特殊外来							
脳神経外科	午前	1診	中原	中原	中原	中原	中原
		2診	荒木	尾上	荒木	尾上	尾上
	午後		治療検査	検査	手術	手術	治療検査
TEL 082-565-5028							
眼科	午前		山崎	山崎	山崎	山崎	山崎
	午後		手術	予約検査	手術	予約検査	予約検査
TEL 082-565-5034							
耳鼻科	午前		佐藤 竹田	担当医	佐藤 竹田	担当医	佐藤 竹田
	午後		担当医	手術	検査	手術	担当医
TEL 082-565-5035							
精神科 神経科	午前		岩本	岩本	岩本	岩本	岩本
			松本	松本	/	松本	松本
	午後		岩本	岩本	岩本	岩本	岩本
		松本	松本	/	松本	松本	
TEL 082-565-5025 ※午後は予約再診のみ							
歯科 口腔外科	午前		坂本 有田 広大医	坂本 広大医	坂本 有田 広大医	坂本 有田 広大医	坂本 有田 広大医
	午後		坂本 有田 広大医	坂本 広大医	坂本 有田 広大医	坂本 有田 広大医	坂本 有田 広大医
TEL 082-565-5036							
画像 診断科	午前		豊田	石川	中西	稗田	福田
	午後		中西	中西	中西	中西	中西
TEL 082-565-5051							

- 緊急時や即日入院が必要な場合は、直接担当医師にご連絡ください。
- 担当医の(初)は初診、(再)は再診の日になります。

## 受付時間

午前 8:30 ~ 11:30 (整形外科、眼科、精神科神経科 8:30 ~ 11:00)  
午後 12:45 ~ 14:00 (歯科口腔外科 ~ 16:00、皮膚科 ~ 15:30)

## 休診日

原則として、土、日、祝日、年末年始

## マツダ病院理念

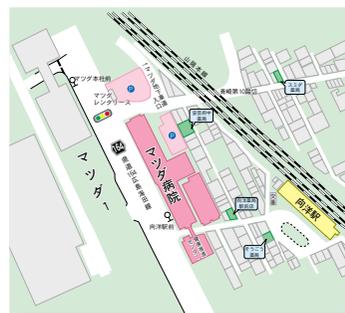
マツダ病院は温かい思いやりの心で最新・最良の医療を提供し社会に貢献します

## 基本方針

1. 患者さんの立場になって、心のこもった医療を提供します
2. 医療の安全を徹底し、信頼される病院を目指します
3. 地域の中核病院として、近隣医療機関との連携を図り、地域医療の向上に努めます
4. 最新・最良の医療を提供するため、常に研鑽に励みます
5. 自主・自律(立)の精神のもと、一人ひとりが生き生きとした、働きがいのある病院を目指します
6. 医療資源の活用を図り、健全な経営の確保に努めます

## アクセス

JR ご利用の場合  
JR 向洋駅より徒歩1分  
バスご利用の場合  
向洋駅前・マツダ本社  
前下車徒歩1分  
お車をご利用の場合  
駐車場約120台



病院機能評価認定病院



マツダ株式会社マツダ病院

〒735-8585 広島県安芸郡府中町青崎南2番15号  
TEL. 082-565-5000(代表) FAX. 082-565-5138

official site: <http://hospital.mazda.co.jp/>