



塩田記念病院だより

Vol.33 2016年4月号

医療法人SHIODA塩田記念病院 総務課発行 ホームページ: <http://www.s-fmc.jp>
 〒297-0203 千葉県長生郡長柄町国府里550-1 Tel:0475-35-0099 Fax:0475-35-0098

外来診療予定表

平成28年4月更新

診療科		月	火	水	木	金	土
総合診療部 (内科・外科) 内視鏡 等	午前	塩田総院長 (外科)	井上部長 (呼吸器内科・内科)	井上部長 (呼吸器内科・内科)	松谷 (内科) 初診受付16:00まで	正木 (内科) 初診受付16:00まで	赤松 第1.3.5 (内科) 小森 第2.4 (内科) ※午後休診※
	午後	白銀 (外科) 初診受付16:00まで	外松 ※4/12~ (内科)	—	—	—	—
	午前	—	君塚 (内科) (予約制)	君塚 (内科) (予約制)	鈴木 (外科) 初診受付16:00まで	佐久間 (外科)	大木 第2.4 (肝臓内科・内科)
	午後	—	—	—	—	—	—
	午前	—	青木 (外科) 受付10:30まで	★篠崎(内科) 初診受付16:00まで	—	—	—
	午後	—	青木 (外科) (予約制)	—	—	—	—
脳神経外科	午前	足立 初診受付16:00まで	青柳副院長	平井	—	青柳副院長	平井
	午後		佐藤	平井 (予約制)	—	青柳副院長 髄膜腫・ 神経鞘腫外来	—
整形外科	午前	塩田副院長	石井	塩田副院長	塩田副院長	石井 塩田副院長 第1.3.5	石井 塩田副院長 第1.3
	午後	—		石井		塩田副院長 第1.3.5 (脊椎・脊髄外科外来) 石井 第4	—
	午前	—	—	立岩 第3 初診受付16:00まで	★大見 第3 初診受付16:00まで	吉峰 第2.4	山田 第1.3.5 蔵本 第2.4 金子 第5
	午後	—	—	—	—	金子(予約制)第3 吉峰 第2.4 初診受付16:00まで	—
循環器内科	午前	中津センター長	大橋	森口	高木 〔中津センター長〕 第3.5(予約制)	中津センター長	森口 第1.5 高木 第2 大橋 第3 中津センター長 第4 ※午後休診※
	午後	高木	交代制		森口	大橋	—
婦人科	午前	遠藤院長	遠藤院長	千葉大(交代制)	遠藤院長	千葉大(交代制)	遠藤院長
	午後		遠藤院長 第2.4.5	—	—	—	—
サイバーナイフ 外来	午前	—	—	—	宇野	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
脳神経内科	午前	—	—	平田	—	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
耳鼻咽喉科	午前	—	小谷 初診受付16:00まで	—	★スミス 第 3.5	★清水 初診受付16:00まで	帝京大(交代制)
	午後	—		—	★スミス 第 3.5 原田 第2.4 初診受付16:00まで		—
泌尿器科	午前	—	—	—	飯ヶ谷 初診受付16:00まで	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
皮膚科	午前	—	—	—	—	—	—
	午後	—	河原 受付14:30から	—	—	—	—

★印は女性の医師です。◎赤字は変更となった診療です。◎診療予定は変更となる場合があります。院内『お知らせコーナー』や『ホームページ』または、電話にてご確認ください。◎当日、急遽休診になる場合がありますので、ご了承ください。◎保険証は毎月確認させていただきますのでお持ちください。

受付時間: (月~金) 8:30~11:30/13:30~16:30 (土) 8:30~11:30

予約専用ダイヤル: 0475-35-0002 (月~金) 8:30~17:00

サイバーナイフ専用ダイヤル: 0475-35-0109 (月~金) 8:30~17:00

病気の豆知識~腱鞘炎(けんしょうえん)~

腱鞘炎(けんしょうえん)という言葉をお聞きになったことがあるでしょうか。整形外科診療の中で比較的よく見かける疾患です。ここでは代表的なばね指「弾発指(だんぱつし)」と手関節の腱鞘炎「ドゥ・ケルヴァン病」についてお話しします。

腱鞘は靭帯(じんたい)のような組織でできています。骨に付いており、その中を腱が通ります。腱がたるみ骨から浮き上がるのを防ぎ、筋肉の力を有効に骨に伝える役目をしています。

腱鞘炎は、腱鞘や腱に炎症が起こり腫れ、腱がスムーズに腱鞘内を通過できないために起こる病気です。

ばね指は掌(てのひら)に起こる腱鞘炎です。指が曲がりにくくなりますが、指の部分ではなく掌の一番指よりの部分に起こります。曲げた指を伸ばそうとすると引っかかってなかなか伸びず、力を入れて伸ばすと「カクツ」といった感じで伸びる(弾発現象)ので、ばね指という病名が付けました。ばね指は多くの場合多少の痛みを伴います。重症例やかかってからの時間が経った例では指が曲ったまま伸びなくなることがあります。また、逆にしっかり曲げることができなくなることもあります。

ドゥ・ケルヴァン病は、手首の親指側に起こる腱鞘炎です。手首を小指側に曲げた時に最も強い痛みが出ます。ばね指のような弾発現象は見られず、主な症状は運動時痛と圧痛です。

腱鞘炎の原因としては、使い過ぎや局所の機械的刺激、妊娠などによるホルモンバランスの変化などが考えられていますが、詳細は不明です。

治療法はまずは局所の安静です。ドゥ・ケルヴァン病の場合は手首を装具やギプスで固定することもあります。痛み止めの軟膏や湿布を使用することもあります。治りにくい例にはステロイドの注射が効果的ですが、それでも治らない場合や再発を繰り返す場合には手術を行うことがあります。手術は局所麻酔で腱鞘を切開します。入院せずに比較的簡単に行えます。



塩田記念病院 副院長
整形外科 部長
塩田 匡宣

新たに医師達が塩田記念病院で診療を行います

塩田記念病院に呼吸器内科 井上明 医師、脳神経外科 平井作京 医師を始め多くの医師が着任しました。地域に根ざした病院として、より充実した医療の提供をおこなってまいります。またそれぞれの診療科の診療日が大きく変わります。いままで休診日だった診療科も診療を行うようになりました。詳しくは裏面、外来診療予定表をご覧ください。

【常勤】

呼吸器内科 井上 明 部長 (前・千葉県循環器病センター) 毎週 火曜日午前・水曜日午前
 脳神経外科 平井 作京 医師 (前・東京ベイ・浦安市川医療センター) 毎週 水曜日・土曜日午前

【非常勤】

総合診療部 青木 悠人 医師 (日本医科大学) 毎週火曜日
 外松 哲彦 医師 (いすみ医療センター) 毎週火曜日午後
 松谷 正一 医師 (千葉県保健医療大学) 毎週木曜日
 赤松 雅俊 医師 (JR東京総合病院) 第1・3・5土曜日午前

整形外科 大見 博子 医師 (東海大学) 第3木曜日

婦人科 千葉大学より交代制 毎週 水曜日午前・金曜日午前

脳神経内科 平田 秀爾 医師 (安房地域医療センター) 毎週水曜日午前

耳鼻咽喉科 原田 勇彦 医師 (帝京大学ちば総合医療センター) 第2・4木曜日午後
 清水 理花 医師 (帝京大学ちば総合医療センター) 毎週金曜日



婦人科外来が毎日あります

4月より水曜日・金曜日の午前中の外来がスタートします。
千葉大学より交代制で診療を行います。

	月	火	水	木	金	土
午前	遠藤院長	遠藤院長	千葉大学 交代制	遠藤院長	千葉大学 交代制	遠藤院長
午後	遠藤院長	遠藤院長 第2,4,5	—	遠藤院長	—	—

【診療受付時間】 午前8:30~11:30 午後13:30~16:30
※千葉大学交代制は担当医師が変わります。

いきいき教室「糖尿病とくすり」のご案内

今月のいきいき教室は当院薬剤師による糖尿病とくすりについてのお話です。春になり暖かくなってきました。お出かけも兼ねてお気軽に参加してみたいかたがでしょうか。

4月27日(水) 14:30~ 塩田記念病院2階カフェスペース
「糖尿病とくすり」 薬剤科 畷本賜男・足立かおり

【問い合わせ】0475-35-0099(代表) 栄養科 戸矢 苑

申込不要
参加無料

栄養士のひとりごと

桜も開花し春満開の季節となりました。

今月も二十四節気にちなんだ食材や食文化をお話いたします。

四月(卯月)には「清明(4日)」と「穀雨(20日)」です。「清明」とは字のごとく、芽吹く緑のすがすがしい時期をいい、「穀雨」とは温かい雨が百穀を潤す時期をあらわします。

農業を営む方にとっても大切な雨の時期ですから、4月は山の幸では芽吹き季節、タラの芽やのびるなどの山菜類やアスパラガスやウドなどの若い芽を楽しむ野菜、葉の香りを楽しむミツバやパセリ、ふきなどが旬を迎えます。

山の幸だけでなく、海が暖かくなり、海の幸である貝が甘くおいしくなる時季です。

今回はアサリとハマグリについてお話しします。

潮干狩りシーズンもうすぐ始まり、アサリやハマグリなどはご当地の千葉では産地として有名です。

どちらも鉄分を多く含むため、貧血予防に効果を期待できます。そして、タウリンや、鉄・亜鉛などのミネラルを豊富に含んでおり、コレステロールを下げ、動脈硬化や高血圧症を予防する効果、そして滋養強壮に効果を期待できます。

さらに野菜などからは摂取できないビタミンB12を多く含み、体内のDNA合成や調整に大きく関わり、正常な細胞の生成や赤血球の生成を助ける働きや、神経を正常に機能する働きなどがあります。

こんな栄養価も高い貝類ですが、食べる時に注意しなければいけないこともあります。

生息する環境によっては食中毒を引き起こすウイルス(ノロウイルスなど)や細菌類を含むものもあります。

購入する際は、調理法の注意書きに従うことが大切で、生食の際はきちんと管理されている環境であるか確認できるものを選びましょう。

来月は新緑の季節。鮮やかな緑のまぶしさを感じられるのが待ち遠しいですね。

次回もお楽しみに。

管理栄養士 戸矢 静華



褥瘡(じょくそう)について

褥瘡とは体と支持面(多くはベッド)との接触で血行が不全となって、周辺組織に壊死をおこすものをいい、床ずれ(とこずれ)ともいいます。人の体で、骨が出っ張っているところで起きる皮膚の圧迫やズレなどが長く続くと、その場所の血行が悪くなり壊死が起こり、その部分の欠損や潰瘍(かいよう・皮膚などの表面に穴ができる)を生じます。

褥瘡の原因

患者様が病院で寝たきりの状態を思い起こされる方もいらっしゃるかも知れませんが、自宅で体調を崩し、食欲もなく数日間寝込んでしまうと、栄養状態も悪くなり、入浴も億劫で清潔が保てなくなったりします。自力で寝返りがうてなくなって血液循環が悪くなり、皮膚への悪い刺激がどんどん重なった時に褥瘡ができやすいといわれています。また、麻痺や認知面での問題があり、体の一部が圧迫されていることが分からないことなどもあげられます。

- 1・体の外に原因がある場合
①弾力を失った皮膚がさらに圧迫され続けている状態
②皮膚と接触しているところ(衣類やオムツなど)の間に摩擦やズレの続いている状態
- 2・体の中に原因がある場合
①低栄養(特に血液中のたんぱく質や亜鉛の不足)、麻痺、加齢、乾皮症などの皮膚の状態

褥瘡の好発部位

褥瘡は骨の出っ張ったところに多くできやすく、好発部位といえます。病院や自宅で過ごす体位で分けてみます。

- 1・仰臥位(ぎょうがい・仰向け)の場合
後頭部、肩甲骨、肋骨、背骨、仙骨、尾骨、踵骨(しょうこつ・かかとの骨)
- 2・側臥位(そくがい・横向き)の場合
側頭骨、耳、肩先、肩甲骨、肋骨、骨盤、大転子(だいてんし)、腓骨(ひこつ)、くるぶし
- 3・座位の場合
仙骨、坐骨 など

褥瘡の予防

褥瘡は簡単に発生しますが、悪化(大きく・深く)すると治療を続けなければなりませんし、長く時間がかかるケースもしばしばです。まず褥瘡をつくらないようにするために、早期発見・早期対処しましょう。

- 1・自力で寝返りできるか、骨の出っ張っている部分がないか
- 2・皮膚が赤くなっていないか、皮膚に異常はないか
- 3・傷ができていないか、傷になりやすい病気はないか、食事は摂れているかなどです。

- 1・体圧分散寝具の使用や好発部位の圧迫を減らす(介護保健での貸与対象) 褥瘡予防のクッションやムートンも有効です。 体位変換・・・体の向きを変えることをいいます。間隔の基本は2時間とされていますが、使用している寝具やご本人が楽に動ける姿勢を工夫することでもう少し長い間隔が可能です。
- 2・体を拭いたり(清拭)、オムツ交換など援助・介助する時に皮膚の状態を良く観察することが大切です。濡れたオムツを長時間あてていたり、皮膚がふやけやすい状態(汗やむくみなど)になっていないか確認します。入浴はとても効果的ですが、無理な場合は足浴などで血行を促し、清潔を保ち気分転換を図ることも大切です。
- 3・食事が摂れなくなったら、医師に相談しましょう。血液検査で不足している成分を知り、治療や管理栄養士の食事指導を受け、栄養の摂り方を工夫しましょう。

褥瘡の治療

褥瘡は進行度により深さや大きさが徐々に拡大してきます。〈疑い〉から〈骨の壊死・骨髓炎・敗血症〉までたくさんの分類に分かれます。創の状態により保存的治療(外用薬と被覆材)と外科的療法があります。乾燥は創の治癒を防げます。毎日微温湯を使い、弱酸性の泡石鹸で優しく洗い、よくすすぐが決してこすらない。医師の指示した外用薬と被覆材で処置します。外科的療法は皮膚潰瘍内に壊死組織がある場合に、壊死組織を除去するために行われる方法です。

治せる褥瘡は多いですが、治せない褥瘡もあります。病気の重さや老衰が原因での褥瘡は治癒が期待できないこともあります。

褥瘡委員会
看護部 副部長 崎山 綾子

