

外来診療予定表 (5月)



塩田記念病院だより

Vol.46 2017年5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

病気の豆知識～胸痛の症状のポイント～

胸痛を来す重篤な病気は、狭心症、急性心筋梗塞、肺血栓塞栓症、気胸、大動脈解離があります。ここでは、個々の病気の説明をするのではなく、医療機関に直ぐ相談すべき胸部症状のポイントを説明させていただきます。

- ①強い症状(胸痛・呼吸困難感)、特に汗を伴う場合は、迷いなく、救急要請をして医療機関を受診しましょう。
- ②心配な症状は、すぐに治まる胸部症状です。症状が治まるために自宅で様子を見る方が少なくありません。そしてそのような病気の代表が狭心症です。症状が消えたからといって放っておいてはいけません。狭心症は、心臓を栄養する血管の動脈硬化で起こる症状です。特徴は、**数分続く、胸全体の胸痛**です。胸痛は、「痛み」と書きますが、痛みと認識せず、**締め付けられる・ぎゅーっとされる感じ・抑えつけられる**と訴える方も少なくありません。これらを総称して胸痛といいます。**急ぎ足などで毎回起こり、安静で治るとい状態は、より狭心症を強く疑います。更に心配な症状は、安静でも同様の症状が起こる場合、もしくは10分以上続き、汗を伴う場合は危険です。決して数分で症状が消えたからといって、病気が治ったと判断せず、必ず医療機関に御相談して下さい。**
- ③では、数秒の胸痛や500円玉サイズの胸痛を感じられた場合は、どうしたら良いかという・・・、焦る必要はないことが多いです。その他、**チクチクする数秒の胸痛や一瞬の胸痛が数分の間に何度か起こる症状**は、重篤な心臓の病気を疑う症状ではなく、期外収縮という不整脈が原因である場合があります。焦る必要はないのですが、初めての胸の症状のため不安を抱かれると思いますので、困っていれば医療機関に問い合わせをして下さい。①②のような直ぐ相談すべき症状でないことを判断出来るだけでも、少しでも不安は除くことができると思います。

病気のことを深くまで理解するのは難しいかもしれませんが、命に関わる病気は一刻を争うこともあります。前述した①～③のポイントを念頭において相談して頂けると、医療機関でも速やかに適切な診療やアドバイスが可能となります。とはいえ、もっと大切なことは、狭心症の原因となる糖尿病、脂質異常症、高血圧、肥満、喫煙などのリスクファクターを可能な限りなくすことです。これから暑い季節がやってくると思いますので、ご家族、ご友人とプールなどで効果的な動脈硬化予防を行って下さい。また、熱中症対策も忘れないで下さい。話は反れますが、不眠症の方はこの運動だけでも、睡眠導入剤が減らせることもあり、良いことばかりなのでお勧めです。いつまでも皆様が健康な人生を送れることを願っています。困ったことがあればご連絡して下さい。可能な範囲でサポートさせていただきます。



循環器内科医師 増田 太一

病院からのお知らせ

- 総合診療部からのお知らせ
 - (1) 新たに**伏見 航也**医師が着任しました。金曜日の診療は午後も行わせていただきます。お気軽にご相談下さい。
診療日: **毎週金曜日午後** 受付時間: **13:30～16:30(初診患者様は16:00まで)**
 - (2) 5月2日より外松 哲彦医師の受付時間に変更となります。
受付時間: **13:30～16:00(初診患者様は15:30まで)**
- 婦人科 遠藤名誉院長の診療日が変更となります
火曜日: 午前のみ 水曜日: 午後診療 ※午前中は千葉大医師が診療を行います
- 循環器内科 増田医師が木曜日の診療を行います
第3・5木曜日午前 ※予約をされていない患者様は、担当医師が変更になる場合があります。

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)	青木(悠)(外科) (予約制)	井上部長 (呼吸器内科・内科) (予約制)	鈴木(外科) 初診受付16:00まで	佐久間(外科)	赤松(内科) 第1.3 新野(内科) 第2.4 ※午後休診※
	午後	白銀(外科) 初診受付16:00まで	青木(悠)(外科) 受付16:00まで	★土屋 (糖尿病外来) 初診受付16:00まで		伏見(外科) 初診受付16:00まで	
	午前	君塚(内科) (予約制) 第2.3.4.5	井上部長 (呼吸器内科・内科) (予約制)	—	松谷(内科) 初診受付16:00まで	君塚(内科) (予約制)	大木 (肝臓内科・内科) 第2.4
	午後		外松(内科) 初診受付15:30まで 受付16:00まで				—
	午前	—	—	—	—	—	—
	午後	高柳 (糖尿病外来) 初診受付16:00まで	—	—	—	—	—
脳神経外科	午前	足立 第1.3.4.5	—	平井	—	青柳院長	平井
	午後	佐藤 足立 第1.3.4.5 初診受付16:00まで	—	平井 (予約制)	交代制 (要問合せ) 診療15:00から	青柳院長 髄膜腫・ 神経鞘腫外来	—
整形外科	午前	塩田副院長	塩田副院長 第2 石井	塩田副院長	塩田副院長	塩田副院長 第3.5 石井 第2.4	塩田副院長 第2.4 石井
	午後	—	石井	石井	塩田副院長	塩田副院長 第3.5 (脊椎・脊髄外科外来) 石井 第4	—
	午前	—	松林	—	★大見 第3	金城	山田 第1.3 蔵本 第2.4
	午後	—	松林 第1.4.5 初診受付16:00まで	—	—	金城 第4 金子 第3(予約制) 初診受付16:00まで	—
循環器内科	午前	中津センター長	大橋	増田	高木 第2.4 増田 第3	中津センター長	大橋 第1 中津センター長 第2 高木 第4 ※午後休診※
	午後	高木 (予約制)	—	—	—	大橋 (予約制)	—
	午前	※予約外の患者様は、担当医師が変更になる場合があります。					
婦人科	午前	遠藤名誉院長	遠藤名誉院長	千葉大(交代制)	遠藤名誉院長 第2.4	—	遠藤名誉院長
	午後		—	遠藤名誉院長 診療14:30から	—	—	
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	★細萱 初診受付16:00まで	帝京大(交代制)
	午後	—		—	★スミス 第3 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、急休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

※お電話をおかけの際、診察券をお持ちの方はお手元にご用意ください。

栄養士のひとりごと

新緑がまぶしい季節となりました。田んぼには美しい緑の苗が風に揺れるのを目にすることができる時期になりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。今月も独り言にお付き合いくださいませ。

4月末から5月にかけては例大祭が各地で執り行われます。千葉県内では南房総市千倉町の高家神社（たかべじんじや）にて春の例大祭として庖丁式奉納（大漁祈願祭）が行われます。そこで今月は庖丁式奉納についてお話しします。

まずは高家神社について。今から約千八百年前、第12代天皇が日本武尊（やまとたけるのみこと）により平定された東国を訪れた折に、侍臣の「磐鹿六雁命（いわかむつかり）」が安房国で堅魚（かつお）と白蛤を獲り、膾（なます）と焼き物にして天皇にお出ししたところ、その美味しさを喜び、勅命をもって子々孫々、大膳職長（おおかしわでのおさ）に任ぜられたことに由来します。

日本で唯一料理の神様を祀る神社で、尊称を高倍神（たかべのかみ）とし、宮中醫院（ひしおつかさ）においても醤油醸造、調理の神とするいわれが示されていることから、料理関係者や味噌・醤油などの醸造業者からの信仰を集め、一年を通して料理関係者を中心に全国から参拝に訪れるそうです。

さて例大祭で奉納される庖丁式とはどのようなものなのでしょう。庖丁式奉納は烏帽子（えぼし）、直垂（ひたたれ）をまとい、庖丁とまな簞を用いて、一切手を触れることなく調理する古式に則った伝統を今に伝える儀式のことで、その歴史は今から千百年あまり昔、光孝天皇の時代（平安時代）から朝廷をはじめ、貴族社会の人々によって宮中行事の一つとして行われるようになったとのこと。人間が生きていくために殺生をしなくてはならないことに対する気持ちから、犠牲となった生き物を供養し、霊を鎮める儀式となり現在に至っています。

五穀豊稔を願って各地で行われるお祭りはたくさんありますが、料理の神様としては祀られているのは唯一こちらの神社のみとのこと。千葉県は海の幸も山の幸も豊富な土地、その神様が千葉県にいらっしゃるとは、偶然ではないのかもしれないですね。

管理栄養士は料理・食に携わる職業です。一度お詣りしなければと思いましたが。今月は食品や料理についてではなく、料理に関わる行事についてお話ししました。日々気候が変化する時期となっています。ご自愛くださいませ。次回もお楽しみに。

管理栄養士 戸矢 静華



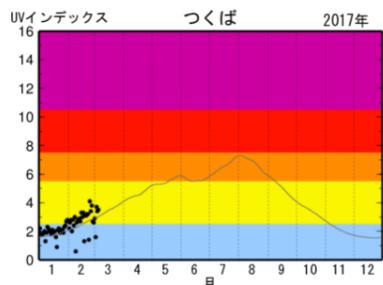
参考：東安房漁業協同組合HP

紫外線の知識と薬剤性（貼付剤）の光線過敏症

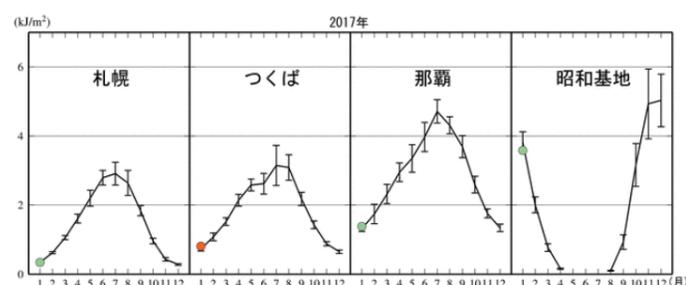
貼り薬を使って皮膚が赤くなったり、腫れたり、水ぶくれができたような経験がありませんか？これらは、刺激性接触皮膚炎、アレルギー性接触皮膚炎、光接触皮膚炎などにより起こりますが、今回、紫外線による光線過敏症についてお話しします。

I. 紫外線の特徴について

- 5・6・7月は、年間を通じて紫外線が最も強くなる（図1）季節ですが、紅斑紫外線量は、札幌から那覇に南下するに従い高くなっている（図2）ことが判る。また、太陽光に含まれる紫外線を継続的に浴びると、皮膚が赤くなる（紅斑）などの変化が起き、これが長年繰り返されると、皮膚がんや白内障の発症率の増加など健康に悪影響を与えることが知られている。



(図1) UVインデックスつくば年間推移グラフ (気象庁資料より)



(図2) 日積算紅斑紫外線量の月平均値グラフ (気象庁資料より)

(紅斑紫外線量は、波長によって異なる影響度を考慮して算出した紫外線量で表します。)

- 2) 近紫外線（波長 200-380 nm）と遠紫外線（波長 10-200 nm）に分けられ、さらに、近紫外線は、以下の3分類に分けられる。

- ①UV-A（波長 315-380 nm）
皮膚の真皮層に作用し蛋白質を変性させ、皮膚の弾性を失わせ老化を促進するが、細胞の物質交代の進行に関与し細胞を活性化させる。また、UV-Bによって生成されたメラニン色素を酸化させて褐色に変化させる。
- ②UV-B（波長 280-315 nm）
表皮層でメラニンへの生成に影響（日焼け）を及ぼし、ビタミンDの生成に関与する。
- ③UV-C（波長 200-280 nm）
オゾン層により地表には通常到達しないが、オゾン層が地球温暖化やフロンガス等で破壊されると人類への大きな影響が出ることが解っている。また、強い殺菌作用があり、生体に対する破壊性が最も強い。

以上、紫外線について理解して頂き、今回、貼り薬（貼付剤）を使用していて起こる光線過敏症（光アレルギー性接触皮膚炎）について説明をします。腰痛・筋肉痛・腱鞘炎・変形性関節症など整形外科領域を中心に、経皮鎮痛消炎剤として多くの疾患に汎用されている貼付剤の中でも特にケトプロフェンテープ剤（商品名モーステープなど）での有害事象が有名です。この他、化粧品やニューキノロン系抗菌薬、サイアザイド系利尿薬、フェノチアジン系など内服薬や点滴等でも起こることが知られています。

II. 症状について

- 1) 紫外線が原因による光線過敏症と一般的な接触皮膚炎のかぶれによる、カユミ・紅斑・発疹・発赤などとは、症状的にも重なる部分が多く判別は難しい。
- 2) 通常のかぶれは、剥がした後自然治癒しますが、光線過敏症は、剥がした後に発症する場合は、ほぼこれに当たり症状も酷くなる傾向がある。

III. 光線過敏症の原因について

- 1) 皮膚に付着した薬物に対する光線過敏（光アレルギー性や光毒性）による反応は、光接触感作の成立によって発症する。
- 2) 光により薬の成分が変化した場合は、吸収する作用波長の光が十分量照射されることによって生体内で免疫反応が起こり発症する。
- 3) 医薬品が原因物質であるが、代謝異常、ビタミンやミネラルの不足、食事など様々なことが関連している。

IV. 対策について

- 1) 重症化すると全身に広がる恐れもあるので、発症したら直ちに貼付剤の使用を中止する。
- 2) 非ステロイド系消炎鎮痛薬のケトプロフェンは、外用部位の光線過敏状態が1~2か月続くことがあるので、遮光を継続する必要がある。
- 3) 被覆部であっても、薄いシャツなどでは紫外線が透過するので症状が誘発されることがある。
- 4) 患部が直接光に当たらないように気を配り、光が透過しにくい黒い服などで遮断し、皮膚を清潔に保護して様子を見る。
- 5) 薬剤使用を中止した後も、外用部位以外の露光部に皮疹が現れることがあるので、改善が見られない場合は早めの皮膚科など医療機関を受診する。

V. 光線過敏症の危険性を予防するには

- 1) 原因成分を患者に告げ、薬剤カードを発行し、以後その成分を含有する薬剤の使用を禁止する。
- 2) 受診時には、必ず処方医師や薬剤師にその成分を告げる。
- 3) 市販薬にも注意が必要である。特に、ケトプロフェン、スプロフェン、ピロキシカムなどの鎮痛薬は、貼付剤、ゲル、クリーム、ローション、軟膏、坐薬など幅広い剤形を有することに注意する。
- 4) 特に貼る部位が首筋や手首など、光に当たりやすい場所であれば、服装の工夫やサポータの使用など、直接光が当たらないようにする注意が必要となる。

最後に、紫外線は、しみ・そばかす・しわなど皮膚に老化を与え、特に海水浴やアウトドア・スキーなどは、過剰の紫外線を浴びてしまう危険性があるので、日焼け止めクリーム(UVカット)を塗るなどで、紫外線による皮膚トラブル防止に心掛けて下さい。



塩田記念病院 薬剤科 薬剤師 元吉 喜信
塩田病院 薬剤科 薬剤師 畝本 賜男