

平成30年8月 診療予定表

(午前:9:00~12:00 午後:3:00~6:00) ※予告無く変更となる場合があります。

日	曜日	午前診				午後診			糖尿病	当直	
		内科・一診	内科・二診	内科・三診	小児科	内科・一診	内科・二診	内科・三診			
1	水	岸	多田羅	佐尾山	濱田	岸				岸	
2	木	佐尾山	多田羅		辻	佐尾山	隈元			山田	
3	金	前田隆	多田羅	佐尾山	辻	佐尾山				本田	
4	土	前田隆	鈴木康		濱田	前田隆			谷口	高橋	
5	日	休診(日直 高橋)									
6	月	前田純	前田隆	加藤	濱田	前田純	多田羅			竹崎	
7	火	前田純	河野	佐尾山	辻	佐尾山	河野			河野	
8	水	岸	多田羅	佐尾山	濱田	岸				岸	
9	木	佐尾山	多田羅		辻	佐尾山			鈴木一	山田	
10	金	前田隆	多田羅		辻	佐尾山			鈴木一	本田	
11	土	休診(日直 藤原)									桑原
12	日	休診(日直 桑原)									
13	月	前田純	前田隆	加藤	濱田	前田純	多田羅			竹崎	
14	火	前田純	河野	佐尾山	辻	佐尾山	河野			河野	
15	水	岸	多田羅	佐尾山	濱田	岸				岸	
16	木	佐尾山	多田羅		辻	佐尾山	隈元			山田	
17	金	前田隆	多田羅	佐尾山	辻	佐尾山				本田	
18	土	前田純	鈴木康		濱田	前田純				桑原	
19	日	休診(日直 桑原)									湯澤
20	月	前田純	前田隆	加藤	濱田	前田純	多田羅			竹崎	
21	火	前田純	河野	佐尾山	辻	佐尾山	河野			河野	
22	水	佐尾山	多田羅		濱田	佐尾山				津田	
23	木	佐尾山	多田羅		辻	佐尾山	隈元			山田	
24	金	前田隆	多田羅	佐尾山	辻	佐尾山				本田	
25	土	前田隆	鈴木康		濱田	前田隆			谷口	古川	
26	日	休診(日直 古川)									
27	月	前田純	前田隆	加藤	濱田	前田純	多田羅			竹崎	
28	火	前田純	河野	佐尾山	辻	佐尾山	河野			河野	
29	水	岸	多田羅	佐尾山	濱田	岸				岸	
30	木	佐尾山	多田羅		辻	佐尾山	隈元			山田	
31	金	前田隆	多田羅		辻	佐尾山			鈴木一	藤原	

専門外来	消化器内科	前田純 河野寿明	糖尿病外来	鈴木一永 谷口洋
	消化器外科	鈴木康之 隈元謙介	泌尿器科	多田羅潔
	呼吸器外科	加藤歩	小児科	濱田嘉徳 辻正子



当院では、正面玄関や病棟に「ふれあいの箱」というご意見箱を設置しておりますので、当院に対するご意見・ご要望等ございましたらご遠慮なくお聞かせください。

善通寺 前田病院

広報 純心便り



トピックス

- 今月の一言………理事長
- 熱中症について
- 蜂窩織炎について
- 旬の素材で簡単料理………給食

「純心会理念」
信頼される医療
想いと優しさの伝わるケア
私たちはそれを目指します



理事長 前田隆史

今月の一言

八月に入りましても猛暑が続いており、地方によっては豪雨にみまわれております。

八月六日は広島原爆記念日です。唯一の被爆国である日本が核兵器禁止条約に賛成しないというのはなぜでしょうか。政府は本当に国民の心根が分かっていのでしょうか。上面だけの国民のためとの声明のようです。昔からの純粋な日本人の心から徐々にかげ離れていく国の舵取りのよくな気がしてなりません。国民全体がそのようなになると恐ろしいことです。一歩立止まって考え直して欲しいものです。

八月四日より甲子園球場で高校野球選手権大会が始まりました。今夏は特に暑く選手の体調管理が是非必要です。七日の試合でも下肢筋肉にけいれんを起こす選手が二・三人出ていました。普段使う筋肉は相当鍛えており、少しの力がかかっても大丈夫のようですが、いつもと違う力のかけ方になった時にけいれんを起こすようです。今回も少し休んで再登場されていました。

サッカーの試合でみられるけいれんはほとんどがふくらはぎですが、野球でみられるのは大腿筋など少し違うようです。野球の試合では特別な筋肉に負担がかかることもあるようです。それともサッカーではそのような筋肉も普段から使っているというところででしょうか。ともあれ無事に体調管理をして下さい。各選手の一杯の健闘を祈って。



熱中症について

この夏は日本各地で猛暑日が続く、集中豪雨や逆走台風などの異常気象が相次いで起こっています。

今年に入り熱中症で救急搬送された人数は8月現在で約6万人になり今年も異常気象を物語っています。

人体には体温を一定に保とうとする機能があります。暑いときには汗をかいたり血管を広げて体温を逃がそうとします。その働きは主に自律神経で行われています。しかし、体力が低下した人や子供、高齢者などは自律神経のバランスを崩しやすいため正常な機能を維持することができなくなり、そのため上図のような症状があらわれます。

大量の汗
頭痛、めまい、だるさ、意識障害
吐き気、嘔吐
手足の運動障害
筋肉痛、腹や足のけいれん

熱中症になるもう一つの要因は脱水です。汗で大量に汗をかくと体内の水分と塩分が失われ、体液のバランスが崩れてしまうため筋肉や血流、神経などに影響を及ぼします。そうすると手足がったり筋肉けいれんなどの症状があらわれます。

特に高齢者は喉の渇きに対して鈍くなりやすいため水分摂取量が減ってしまいます。時間を決めこまめな水分摂取を心がけましょう。また、水分だけでなく塩分などのミネラル補給も重要です。簡単に作れる経口補水液をご紹介します。

砂糖 20g
塩 1.5g
水 500ml
大さじ 2杯強
小さじ 1/2杯弱

※レモンなどをしほって入れると飲みやすくなります

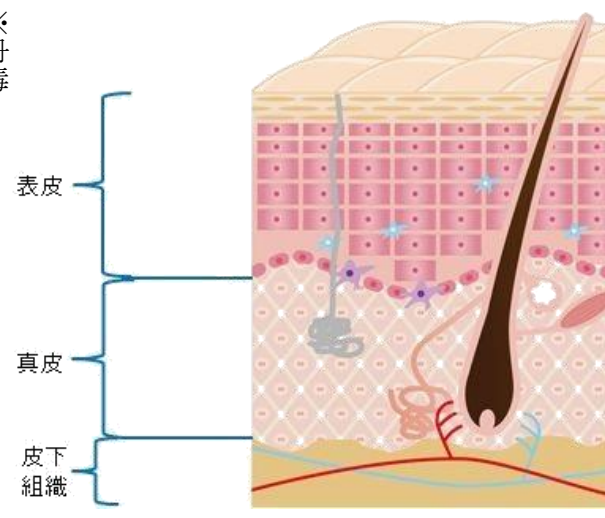


蜂窩織炎について

蜂窩織炎とは

蜂窩織炎(ほうかしきえん)は皮膚深部から皮下脂肪の部分にかけて細菌が感染した状態のことをいいます。人の皮膚の下には皮下脂肪があり、皮下脂肪の下には筋肉が存在します。この皮膚の層構造の深いところから皮下脂肪にかけて細菌が感染した状態を蜂窩織炎と呼びます。

ちなみに、皮膚の浅層に細菌が感染した状態は「丹毒」と呼ばれ、蜂窩織炎と区別されます。



※丹毒

溶連菌による皮膚の化膿性炎症。上皮表層に限局した蜂窩織炎の特殊な形態。

蜂窩織炎の原因

人間の皮膚は細菌に対して非常に強いバリアを持っています。通常、細菌が皮膚に付着したからといって、簡単には感染しません。

しかしこの強力な皮膚バリアが「何らかの理由」で破られてしまうと、そこから細菌が侵入して感染します。「何らかの理由」としては次のような場合が挙げられます。

- ① 虫刺されや擦り傷などの外的な損傷を負っている場合
- ② アトピーや湿疹のために皮膚が弱っている場合
- ③ 伝染性膿痂疹(とびひ)や白癬(水虫)などの感染がもともと存在する場合



原因となる菌

原因となる菌としては、溶連菌と黄色ブドウ球菌の2種類が一般的です。これらはどちらも私たちの生活環境に生息する菌で、いたるところに存在しています。

蜂窩織炎の症状

蜂窩織炎は、脚の皮膚に最もよく生じますが、体のどの部分にも発生します。通常は、片手や片脚など、体の片側だけに生じます。

最初に現れる症状は、感染部の皮膚の発赤、痛み、圧痛です。これらの症状は、細菌そのものと、感染から体を守るうとする体の反応の両方によって生じます。

感染部の皮膚は熱をもって腫れます。感染部の皮膚に液体で満たされた大小の水疱ができることもあります。

蜂窩織炎が起きた人の多くは、体調がすっきりしない程度ですが、なかには発熱、悪寒、頻脈、頭痛、低血圧といった症状が現れる人もいます。

細菌感染が広がるにつれ、感染部位に近いリンパ節が腫れて、押すと痛むようになり(リンパ管炎)、リンパ管が炎症を起こすこともあります(リンパ管炎)。



検査と診断

蜂窩織炎の検査では、採血やレントゲンなどを行うことがあります。蜂窩織炎の場合、一般的に、採血では白血球やCRPが上昇しています。

ただ、蜂窩織炎に特別な検査はありません。医師の病歴聴取と身体診察と検査結果を組み合わせて、診断に至ります。

※CRP(C反応性蛋白)

細菌・ウイルスに感染する、がんなどにより組織の傷害がおきる、免疫反応障害などで炎症が発生したときに、数値が上昇します。

- 感染症
 - 細菌感染症
 - ウイルス感染症
- 膠原病
 - 関節リウマチ
 - リウマチ熱
 - 全身性エリテマトーデス(SLE)
 - 血管炎
- 悪性腫瘍(広範な転移を伴ったもの)
- 心筋梗塞



定性:陰性定量:0.3(mg/dL)以下

治療

蜂窩織炎の一般的な治療は抗菌薬による薬物療法です。軽症の蜂窩織炎の場合、経口薬(のみぐすり)で対応が可能です。医師から特別な注意がなければ、日常生活を送りながら、悪化しないかどうか経過を観察しましょう。ただし、次のような入院治療が望ましいケースがあります。

- ① 発熱を伴う場合
- ② ぐったりしているなどの全身症状が強い場合
- ③ 症状の進行スピードが速い場合
- ④ もともと他の疾患をもっており、感染が重症化するおそれがある場合
- ⑤ 経口薬で治療を開始したもののなかなか状態がよくなる場合
- ⑥ 入院しての安静が必要な場合



治療期間と予防

「治療期間」

多くの場合、5日〜14日程度の抗菌薬治療が行われます。ただ、状態によって治療期間は様々で、一概に述べることはできません。

治療を終了するタイミングは、最初の症状の程度、原因となった菌の種類、治療を開始してから回復する速さ、免疫力などを踏まえて決定されます。

入院治療の場合、症状が改善して、経口薬での治療に変更可能となれば退院することができます。

また、見た目の症状がよくなっても、処方された薬の服用を自己判断で中止することは非常に危険です。症状が再発する可能性があるため、ご自身で治療を終了せず、医師から指示された治療期間を守り、薬の服用を継続しましょう。

「予防」

蜂窩織炎を完全に予防することは難しいですが、感染する可能性を下げるために次の2点が大切になります。

- ① 皮膚バリアを保つ
- ② 細菌を寄せ付けない

皮膚バリアを保つために、皮膚の病気(アトピーや湿疹や水虫など)があればしっかり治療しましょう。そして、細菌を寄せ付けないための対策として、手洗いの徹底が重要です。さらに、虫刺されやけががある場合は、水道水で入念に患部を洗い、清潔に保つことが大切です。



入院の場合は、静脈注射で抗菌薬を投与します。経口薬は消化管から吸収されて最終的に血管内に到達し、全身に行き渡ることによって薬の効果が発揮されますが、内服してから効果が出るまでに時間がかかってしまいます。さらに必要な量が吸収されず、治療が不十分になる可能性があります。これに対して注射薬は直接血管内に入るため、即効性があり、より強力な治療が可能となります。

牛乳の約14倍のカルシウムを含む『ゴーヤ』で夏バテ予防



●●●ゴーヤのチーズ入り肉詰め●●●

- 【作り方】
- 1.ゴーヤは半分に切り、種を取り除き2cmの厚さに切る。塩水に浸しておく(塩は分量外)
 - 2.玉ねぎをみじん切りにする
 - 3.チーズは切り分けたゴーヤの数に等分する

- 【材料】(2人分)
- ゴーヤ・・・1本、玉ねぎ・・・1/8個、豚ひき肉・・・150g、スライスチーズ・・・1枚、溶きほぐした卵・・・大さじ2、しょう油・・・小さじ2、塩・こしょう・・・少々、小麦粉・・・適量、サラダ油・・・適量、☆しょう油・・・大さじ2、☆酒・・・大さじ2

- 【作り方】
- 4.ボウルに豚ひき肉、玉ねぎ、卵、しょう油、塩、こしょうを加え混ぜ合わせる・・・以下Aとする
 - 5.ゴーヤの水気をキッチンペーパーで取り全体に小麦粉をまぶす
 - 6.ゴーヤの厚さの1/3くらいまでAを入れ、その上にチーズを置く。さらにAを重ね入れる
 - 7.両面に小麦粉をまぶす。フライパンにサラダ油を熱し、中火でこんがり焼く
 - 8.両面に焼き色がついたら1cm位の高さまで水を入れ、蓋を少しずらしかぶせ蒸し焼きにする
 - 9.水気が飛んだら☆を加え強火でザッと絡め完成♪