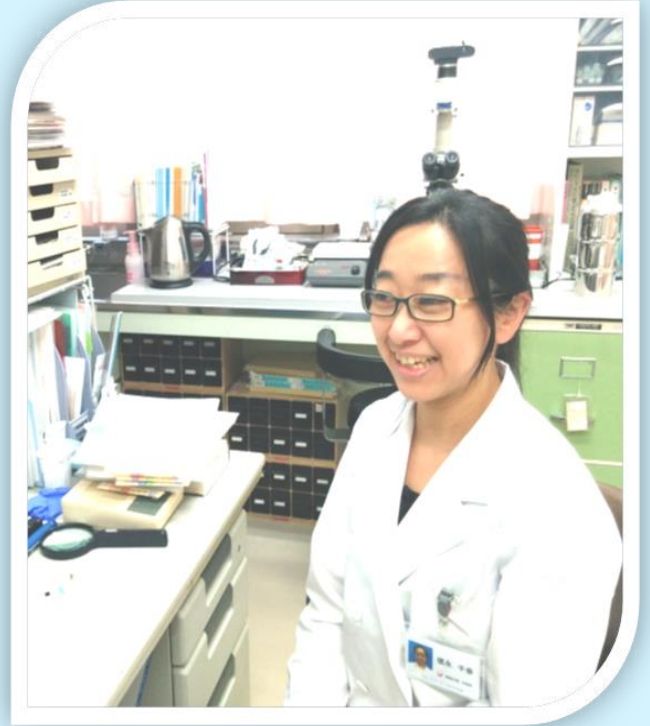


びょういん発

No52

2016

2月



<Index>

- ・市立病院のシンボルマークを制定
- ・皮膚のトラブルとその対処法
- ・採血室のプロに聞く！
- ・病院で働く人 ー診療情報管理士ー
- ・最近増えています！妊娠糖尿病
- ・災害拠点病院として～DMAT～

市立病院のシンボルマークを制定

当院は今年度開院60周年を迎え、記念事業の1つとして病院独自のシンボルマークを制定しました。左のマークですが、大和市の木である山桜の花びらに医療を連想させる白抜きの十字をあしらひ、大和市の市鳥であるオナガドリの羽を用いてYamatoのYをデザインしました。また、シンボルカラーは水色と制定しました。



市民の皆様から信頼される地域の基幹病院として
良質かつ適切な医療サービスを提供します

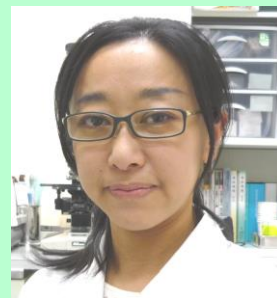


大和市立病院

特集

皮膚のトラブルとその対処法

皮膚科上級医長 徳永 千春



皮膚は人体を外界から保護すると共に、体を健康に保つ上で重要な働きをしています。中でもその皮膚の最外層にある角層は、水分の蒸散や病原微生物の侵入を防ぐ“バリア機能”を有しています。しかし寒冷期になると気温や湿度の低下、発汗量の減少、皮膚の血流低下などにより角層の水分含有量が減少し、皮膚は乾燥します。乾燥肌はバリア機能を低下させ、様々な皮膚のトラブルを引き起こします。そこで、冬季に多くみられる皮膚のトラブルとその対処法について紹介します。

1) 皮脂減少性湿疹

冬になると、“腰回りや背中、すねの皮膚がかさかさして痒い！”、そんな経験がありませんか？皮膚の乾燥から湿疹が生じると、保湿剤の外用だけでは痒みがとれません。一見、乾燥しているだけのように見えても、実は湿疹が混在していることがあります。その際には皮膚の状態に合った保湿剤やステロイド剤の外用、痒みの程度に応じた抗ヒスタミン剤（痒み止め）の内服を行います。湿疹が治った後は、皮膚の潤いを維持するために、保湿剤によるスキンケアを続けることが大切です。

2) 口唇の乾燥、口唇炎

唇の皮膚は薄く、常に外界に晒されているため、低湿度の環境で乾燥しやすくなります。唾液や食物、口腔内細菌、女性では口紅などの刺激が加わると皮膚炎を生じます。唇の乾燥が気になり始めたら、皮を無理に取ったり、舐めたりせずに、刺激の少ないワセリンなどの保湿剤を使用しましょう。赤くなったり、痒みを伴う場合は、皮膚科を受診して下さい。



3) 頭皮のフケ

シャンプー後も頭皮の痒みやフケがとれない場合、脂漏性皮膚炎かもしれません。皮脂の分泌の多い方にみられます。皮膚常在菌である真菌が悪化因子になるため、抗菌剤配合シャンプーをお勧めしています。治療はステロイド剤や抗真菌剤の外用を行います。

4) 手荒れ

頻回の手洗いで皮膚のバリア機能が低下し、冬期はお湯の使用で皮脂も取れやすくなります。手を濡らす回数を最小限にし、食器洗いや掃除の際にビニールまたはゴム手袋を（痒くなる場合は綿の手袋を中に着けて）使用しましょう。また、濡れた手を放置すると、皮膚についている水分と一緒に角層の水分も蒸発するため乾燥が強くなります。水分を早めに拭き取り、細目に保湿剤を外用して下さい。

5) 角質増殖型足白癬（水虫）

水虫は夏だけの皮膚病ではありません。踵のひどいカツキが保湿剤で軽快しない場合、疑ってみる必要があります。抗真菌剤の外用や内服で治療します。

最後に、乾燥肌を予防するための注意点をお伝えします。室内では過度の暖房を避け、適度の加湿を心がけましょう。入浴には、皮膚の清潔維持や保温、疲労回復などの効果があります。しかし体温の上昇のみが誘発されることがあるため、湯温は39℃前後にし、長湯を控えて下さい。入浴剤は、硫黄配合のものは脱脂作用があるため、乾燥した皮膚へ使用する際に注意が必要です。保湿効果や角質軟化作用を持つものは皮膚の乾燥に有効とされていますが、その成分が皮膚に合わない場合があります。また、体を洗う際に皮膚を強く擦ると痒みや湿疹を生じやすくなります。ナイロンタオルやスポンジを使わず、よく泡立てた石鹸を手のひらにのせて優しく皮膚を洗いましょう。そして入浴後、皮膚（角層）に水分を含んでいるうちに（できれば10分以内）ワセリンやヘパリン類似物質、尿素含有軟膏などの保湿剤を外用して下さい。乾燥肌のように見えて、湿疹やその他の皮膚疾患の場合があります。皮膚症状が改善しない場合は自己判断せずに、かかりつけの皮膚科へご相談下さい。



採血室のプロに聞く！

当院の外来採血室には、1日平均で約280人、多いときには400人を超える患者さんが来室されます。

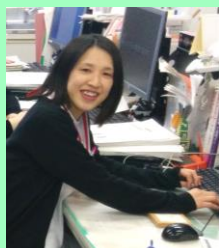


ここで採血された血液は2階にある臨床検査科に搬送され、検査種別毎に専門の検査室に振り分けられ、様々な機器で測定されます。数年前は採血をする日と、その結果を聞きに来る日が別々になってしまう場合が多々ありましたが、新規に測定機器を導入してからは、採血後約1時間で検査結果の報告が可能となり、ほとんどの患者さんが診察前に採血をして、その日に結果を聞いていただくことが可能となっております。

採血時に、何種類もの試験管に採取され疑問に思う患者さんいらっしゃいます。血液が固まらないようにしなければならなかったり、糖の分解を抑えなければならなかったりと、それ相応に処理された試験管を使用しており、正しい測定値を報告する為にそうなることを是非ご理解いただきたいと思っております。本数が多くても採取している量は平均10～15ml(ペットボトルのキャップ2.5杯)位で、貧血になるほどではありませんのでご安心ください。

採血室スタッフの鳥海さんにお話を伺いました。『採血する時は、患者さんが少しでもリラックスできるように声をかけてコミュニケーションを取るように心掛けています。患者さんの体質・体調、高齢の方、治療の影響等で採血の難しい患者さんいらっしゃいますが、常に痛くならないように、安心して腕を出していただけるように心掛けています。採血室混雑緩和のために、診療開始30分前の8時から採血業務を開始しています。また、混雑した場合は他の検査室スタッフの応援体制をとりながら、待ち時間の短縮に努めています。以前と比較したら、採血が上手な後輩がたくさん育ってきているので安心してしています。』と話してくださいました。

病院で働く人 ～診療情報管理士～



今回は、診療情報管理センターの診療情報管理士である工藤しのぶさんにお話を聞きました。診療情報管理センターとは、紙のカルテや電子化された診療情報等を管理する部署で、工藤さんの働く3階の診療録管理室には、膨大な量のカルテが保存・管理されています。工藤さんは『診療情報管理士』という四病院団体協議会および医療研修推進財団が認定する資格を保有しており、その他にも5名のスタッフがこの資格を持っています。

業務内容は、大まかに言うと『カルテの管理』になりますが、カルテの電子化が進む中、その内容は多岐にわたっています。主な業務として、カルテの貸出しや保管に関する業務、カルテの内容や書類に不足がないかなどカルテを点検する業務、また、カルテを見て病名を『ICD10(世界保健機関により定められた国際疾病分類)』を用いてコード化し疾病統計を取る業務などがあります。特に現在は入院の保険請求(DPC)でも『ICD10』が使われているため、適切な主病名が選択されるように、医師や医事課職員と連携を取ることも大切な業務となっています。当院はがん診療連携拠点病院であるため、多くのがん患者さんが治療を受けていますが、新規にがんと診断された患者さんの情報を収集し登録して、県と国へ報告することも業務の一つです。カルテが保管されている部屋はセキュリティ対策として静脈認証システムが導入され、個人情報もしっかり管理されていました。

診察や治療が終わった後も、たくさんのスタッフによって医療が支えられており、チーム医療なしには良質かつ適切な医療の提供は難しいのだと改めて感じるインタビューでした。



一緒に働きましょう！職員募集中！

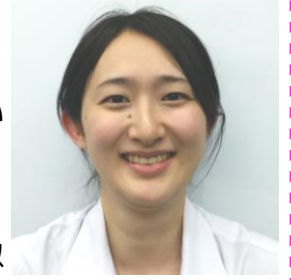
＜お問い合わせ先＞

病院総務課 総務調整担当

TEL:046-260-0111 内線 2347

最近増えています！妊娠糖尿病

管理栄養士
杉淵貴子



中高年に多いイメージのある糖尿病ですが、実は妊娠中の女性も気をつけなくてはなりません。それが「妊娠糖尿病」です。

妊娠糖尿病は、「妊娠中に初めて発見又は発症した、糖尿病に至っていない糖代謝異常」のことをいい、あきらかな糖尿病は含みません。妊娠糖尿病の原因は、妊娠中期以降に完成する胎盤から血糖値を下げるインスリンの働きを抑えるホルモンが分泌されたり、胎盤でインスリンを壊す酵素が作られるため、インスリンが効きにくい状態が強くなり、血糖値が上昇しやすくなります。多くの妊婦さんでは、インスリンがすい臓から多く分泌され、血糖値を上げないように調節ができます。しかし、以下にまとめた特徴の妊婦さんや食生活が乱れた妊婦さんがこの調整が上手くできず、妊娠糖尿病になるリスクが高くなる傾向にあります。

妊娠中の食事は、非妊娠期と比べて大差はありません。妊婦だからといって特別な食事にする必要はなく、基本的にはバランスの良い食習慣を守っていれば良いのです。妊娠初期に悪阻がひどく食生活が乱れ、悪阻が改善したあとも、乱れた食生活のまま暮らしていたり、野菜や肉・魚を取らず主食だけの食事になっていたり、1日2回しか食事をし

ていなかったり、砂糖入りの飲料を好んで飲んでいるなどが原因で血糖値のコントロール不良になりやすいので注意しましょう。妊娠糖尿病を予防する上で一番大切なことは、特に妊娠中期以降は規則的な食習慣を意識

《妊娠糖尿病になりやすい妊婦さん》

- ①糖尿病の両親もしくは兄弟がいる。
- ②巨大児出産、奇形児出産などの出産歴がある。
- ③非妊娠期から肥満体形である。
- ④尿糖異常がある。
- ⑤35歳以上である。
- ⑥過度の体重増加がある。
- ⑦以前または現在、妊娠高血圧症候群・羊水過多である。

し、バランスの良い食事をこころがけることです。

当院では、妊婦さんを対象にした両親学級で栄養士が妊娠中の食事についてお話をさせていただく機会があります。食事のことで気になること、不安に思っていることがあれば栄養士に直接聞いてみてください。また、妊娠糖尿病と診断された場合は、自己判断で食事を制限せずに主治医・助産師・管理栄養士の指導を受けて食事療法を実践していきましょう。

規則的な食習慣とは...

- ①1日3回食事をする。
- ②食事は腹八分目程度にし、1回の食事を食べすぎない。
- ③間食は時間、内容、適量を守る。
- ④主食・主菜・副菜が毎食揃うようにする。
- ⑤砂糖入りの飲料は控え、お茶・水など砂糖の含まれていない飲み物を主とすること。

災害拠点病院として～DMAT～

当院 DMAT(災害時医療チーム)は昨年9月に発生した茨城県常総市の水害に派遣されました。

水害による傷病者は幸いにしてほとんどおらず、水没した病院に取り残された患者の搬送と、避難所巡回が主な任務災害でした。大和市においても、いつ何時どのような災害に見舞われるかわからないことを身をもって感じた災害であり、日ごろの準備の重要性を再認識しました。



今年1月、テロ対策訓練が、警察、自衛隊、消防等と合同で行われ、サリンに暴露された患者に対する医療活動訓練を行いました。4年後には東京オリンピックが予定されるなど、テロ事件の発生も危惧されますので、貴重な訓練となりました。