

まごころ高槻

2023

Vol. 23

1 Jan.

特集

皮膚科

うおのめ、巻き爪でも油断しないで

新年のご挨拶

冬場に多い皮膚疾患-手湿疹-について

新任医師紹介

TOPICS

認定看護師コラム

イベント開催報告

診療所のご紹介

Let's COOKING! From栄養課

INFORMATION



新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。昨年COVID-19感染は相変わらず猛威を振っていました。病院職員は、見えないウイルスに勤務外の私生活でも世間以上に行動制限が課され、非常に疲弊しました。中には心労で自身の健康を害する職員もいました。様々な賞賛批判がありますが、病院職員は本当に頑張ってくれています。本当にありがとうございます。しかしながら感染初期と比べて、重症化率が低下し、政府も5類感染症への引き下げの議論が始まるなど、コロナ禍のゴールがようやく見えてまいりました。このまま収束に向かってくれることを祈念しております。

さて昨年から申しておりました、50周年記念事業の一環として高槻みどりヶ丘病院の新棟建設が始まりました。予定より約1年遅れておりますが、手術室や感染災害病棟が含まれた建物になります。新しい建物で効率かつ安全な業務を遂行出来るように、完成を急ぎます。社会医療法人として断らない救急をめざし、公的病院として、地域支援病院として、災害に強く安心安全な病院運営を強化する所存です。

我々みどりヶ丘ヘルスケアグループは真心の医療と福祉を通じて地域の人々に貢献してまいります。そのために、皆様のご指導ご鞭撻のほど何卒よろしくお願い申し上げます。



社会医療法人祐生会
理事長

甲斐 史敏
Fumitoshi Kai

皆様におかれましては、健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。旧年中は多くのご支援ご協力をたまわりありがとうございました。

いまだコロナ渦にある状態ですが、昨年を振り返りますと、みどりヶ丘病院におきましては、一般診療の制約のある中でも急性期医療の更なるレベルアップをはかってまいりました。その一つには脳神経外科の神経内視鏡システムの導入で、より患者さんにやさしい治療を行っています。他の診療科におきましても新技術の導入を行っています。

当院では祐生会の理念である「私たちは真心の医療と福祉を通じて地域の人々に貢献します」をもっと身近に感じていただけるように、安心安全な医療の提供、患者さんへのサービス向上に取り組んでまいります。そのためにも近隣の医療機関や施設との連携強化、予防医学講座や健康講座を通じて、皆様との結びつきをさらに深めていきたいと考えています。

新しい年にはコロナが収束し、保健・医療・介護領域における活動が平常に戻ることを切に願います。そして、地域の方々や職員一人ひとりが自らの健康づくりに精進し、明るく健やかな一年でありますように祈念いたします。



社会医療法人祐生会
みどりヶ丘病院 病院長

新井 基弘
Motohiro Arai

特集

うおのめ、巻き爪でも油断しないで 健康寿命を損なう足トラブルに要注意

皮膚に現れる疾患は、市販の薬を使ってご自身でケアされることも多いかもしれません。しかし高齢者の場合は特有のケアの難しさがあり、長引くと健康寿命を損なう原因にもなります。皮膚科の医師と、フットケア外来を担当する看護師に、高齢者の足トラブルのケアと、その重要性についてお聞きしました。

健康寿命のために足のケアを

小谷 高齢者には、うおのめ、たこ、巻き爪、陥入爪といった足のトラブルが意外と多く見られます。巻き爪などの爪のトラブルに関しては、腰が曲がりにくく手が届かないため爪切りができない、巻き爪になってしまうとご家族の方や介護者もどう切ればいいのかわからない、無理に切ると痛みが増すという事情もあり、「爪切り難民」という言葉があるほど足のケアが行き届いていない方が多いと言われています。また高齢者は基礎疾患をお持ちの方が多く、その基礎疾患が足のトラブルの原因になり重症化しやすい傾向にあります。しかも人に足を見せることに心理的抵抗がある方が多く、ご家族にも相談できず見過ごされることがあるようです。足のトラブルを放置していると重症化して皮膚潰瘍になったり、痛みが強くなってやがて歩けなくなる場合もあります。高齢者の場合、体を動かさなくなると筋力や内臓機能が低下し、寝たきり状態に至ることも考えられます。生命や健康寿命に関わる重大な事態に発展する可能性もあるので、足のトラブルは早めにご相談ください。

当院では患部の処置だけでなく、義肢装具士による足底板の製作も行っています。足底板は加齢によって変形した足に合わせて製作する靴の中敷で、これにより痛みなく歩けるようになります。また、巻き爪治療では保険適用内の治療のほか、自費の巻き爪マイスター、VHO(ワイヤー治療)法も提供しており、患者さんのご要望や適性に応じてお選びいただけます。



糖尿病フットケア外来
比毛 美幸
Miyuki Himou
糖尿病看護認定看護師

チーム医療で全身管理

比毛 糖尿病患者さんは血流障害や神経障害が原因となって、うおのめ、靴ずれ、乾燥、角化といった足病変を引き起こします。また高血糖状態が原因で感染症にかかりやすくなったり、足病変が重症化して皮膚潰瘍になり、足を切断しなければならなくなるリスクにもつながります。そのため当院ではフットケア外来で糖尿病患者さんの足病変予防とケアを提供し、保湿、薬の塗布、爪切りといったケアだけでなく、患者さんご自身が毎日ケアできるよう指導もしています。

小谷 うおのめが痛いからと受診された方が、実はその背景には血流障害があるということも考えられます。そのほか足のトラブルから全身疾患を見出すこともあり、その疾患を専門とする診療科につなげる連携も、皮膚科としての重要な役割だと考えています。

円形脱毛症専門外来も開設

小谷 円形脱毛症の診療枠も設け、重症度に応じて外用療法や光線療法、入院治療などを行っています。円形脱毛症は心理的な負担も大きく、中には深刻に悩んでいる女性や、脱毛のせいで学校に行きたくないというお子さんもおられます。心身ともに健やかな日常を送るためにも、お悩みの方はぜひご相談ください。



皮膚科部長
小谷 はるみ
Harumi Kotani

日本皮膚科学会専門医、日本アレルギー学会専門医
京都府立医科大学医学博士、日本褥瘡学会認定褥瘡医師
弾性ストッキング・圧迫療法コンダクター



冬場に多い 皮膚疾患—手湿疹—について

皮膚科 部長 小谷 はるみ

手湿疹は成人の10%程度に見られ、女性に多いと言われています。また、理美容師さんや調理師さんなどでも、よく見られます。

手湿疹の種類

① 刺激性接触皮膚炎

石鹸を用いた手洗いなどを繰り返すと、洗剤の化学的な刺激や手をこすることからの物理的な刺激により、手湿疹ができやすくなります。これを刺激性接触皮膚炎と言い、手湿疹の7割を占めます。利き手の指先や手掌・爪周囲に湿疹ができることが特徴です。

② アレルギー性接触皮膚炎

洗剤やゴム手袋・食品にかぶれてできる手湿疹をアレルギー性接触皮膚炎と言います。このタイプでは、物質が付着する手首や前腕にも湿疹ができます。

※アトピー性皮膚炎の患者さんは、刺激性の皮膚炎もアレルギー性の皮膚炎も起こしやすいと言われています。

原因の特定

手湿疹は、原因の可能性が高いものを取り除くことが大事です。治療すれば症状はおさまりますが、原因がわからないと繰り返すおそれがあります。原因となるアレルゲンを特定するには「パッチテスト」という検査が役立ちます。また、カンジダ性の爪囲炎や細菌感染についても、注意が必要です。

手の保護

保湿剤、手袋を用いた手のスキンケアが大切で、これが十分でないとなかなか良くなりません。そして、スキンケアをした上で湿疹のある部位にはステロイド外用を4週間程度行い、効果を確認します。

ハンドクリームについては、様々なものが市販されており、軟膏・クリーム・ローション・フォームタイプなどがあります。乾燥に気がいたら、できるだけこまめに塗ることが大切です。たっぷりハンドクリームを塗ってから、手袋をすることも効果があると言われています。また、手洗いの際には熱いお湯や冷たい水も好ましくありません。できるだけぬるま湯をご使用ください。



新任医師紹介

脳神経外科

2022年10月より赴任しました脳神経外科の金光拓也と申します。脳梗塞や脳出血などの脳卒中、脳腫瘍などの他、首や腰などの脊椎の疾患を診療しています。

これまでの経験を活かして、症状や生活背景に合わせた治療をご提供していきたいと考えています。お困りのことや気になる症状があれば気軽に受診してください。どうぞよろしくお願いいたします。



金光 拓也

Takuya Kanemitsu

大阪医科薬科大学医学博士
日本脳神経外科学会脳神経外科専門医

リハビリテーション科

2022年10月より赴任してまいりました。10年以上呼吸器内科医として診療してきたなかで、内科的治療では治癒が困難ながんや呼吸不全患者さんのQOL(生活の質)について考える機会が多くございました。嚥下や筋骨格系へのアプローチ、動作方法、環境調整などのリハビリテーションの知識を得ることで、患者さんのQOLを改善する一助になるのではないかと考え、2020年よりリハビリテーション科で研鑽を積み重ねていただいています。リハビリテーション科医としては駆け出しではございますが、よろしくお願い申し上げます。



竹田 倫世

Tomoyo Taketa

日本内科学会認定内科医
日本内科学会総合内科専門医・内科指導医
日本呼吸器学会呼吸器専門医・指導医

TOPICS

FUJIFILM 回診用X線撮影装置 「CALNEO Go PLUS」を導入しました

本体には19インチの大型ディスプレイが搭載され、病室での撮影直後の画像確認が可能のため、撮影時間が短縮されます。撮影には高画質、低線量を両立させるFPD[®]カセットが搭載されています。そのため、患者さんへの身体的負担が軽減され今まで以上に安心して検査を受けていただけるようになりました。

※FPD(Flat Panel Detector)：一眼デジタルカメラのように撮影した画像がモニター上にリアルタイムで出力される装置



認定
看護師
コラム



冬場は特に心臓にやさしい生活を



慢性心不全看護認定看護師 井本 美由紀

心不全は、心臓が悪いために息切れやむくみが起こり、だんだん症状が悪化して生命を縮める病気です。特に冬場は、心不全の発症や増悪を起しやすい時期です。心不全を起こす要因として一番多いのは塩分や水分の過剰摂取と言われています。お正月にいただくおせち料理や身体の温まる鍋料理などを食べる機会が増えますが、意外に塩分が多く含まれています。塩分を摂りすぎると身体が水分を蓄えるために血液の量が増えて心臓に負担がかかります。次に多いのは感染症です。新型コロナウイルスだけでなく、冬場はその他の感染症も蔓延しやすくなります。

いつも以上に手洗いやうがいを励行し、感染予防につとめましょう。感染対策のためには換気も大切ですが、屋外と室内での気温差や入浴前後、起床時などは急激な温度差に身体が対応しようとするため血圧や脈拍の変動も大きくなります。血圧の変動は心臓への負担も増えますし、血管にもストレスがかかります。換気による気温差にも注意しましょう。普段からご自宅でも血圧を測り、ご自身の普段の血圧を知っておくと心臓病や脳血管疾患の早期発見につながります。今年の健康管理の目標の一つとして取り入れてみるのもよいかもしれません。

イベント開催報告

◆健康教室を開催しました

2022年10月22日(土)14:00~15:00 サンシティ高槻内サンシティホールにて健康教室を開催し、下記講演を行いました。

おしっこのことで困っていませんか?
～人生百年時代!高齢者の排尿障害とその治療について～
泌尿器科部長 濱口 卓也 医師



◆第4回市民公開講座を開催しました

2022年12月17日(土)14:00~16:00 クロスパル高槻8Fイベントホールにて、市民公開講座を開催し、下記講演を行いました。

講演①
人工股関節手術を受けるべき時期
副院長 兼 整形外科部長 藤岡 幹浩 医師

講演②
もしかして脳卒中?～多彩な症状や最近の治療について～
脳神経内科部長 三間 洋平 医師



◆第1回グループ学会を開催しました

2022年10月29日(土)14:30~16:30 立命館いばらきフューチャープラザ内グランドホールにて、社会医療法人祐生会第1回グループ学会を開催しました。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、WEB配信となりましたが、みどりヶ丘病院をはじめグループ施設のスタッフが、日ごろの業務で得た知識をもとにした発表を行いました。

診療所のご紹介

当院では地域の開業医の先生方と緊密に結びつき、大切な患者さんの紹介や逆紹介などの連携を行っています。スムーズな情報共有によって当院と共に地域の医療を支える「医療連携協力機関」をご紹介します。

吉田耳鼻咽喉科

■開院の経緯

2018年ごろより吉田耳鼻咽喉科医院で診療をさせていただいていましたが、2022年9月をもち閉院となりましたので、11月よりジオタワー高槻ミュージアムフロント3Fにて吉田耳鼻咽喉科を開院いたしました。

■ご専門分野について

医大の耳鼻咽喉科では鼻、甲状腺、めまい、腫瘍の専門外来に携わってまいりました。当院では内視鏡や聴力検査に加えエコー検査、レントゲン検査、さらに高槻市の耳鼻咽喉科クリニックには珍しいCT検査も可能です。耳鼻咽喉科領域全般で何かお困りのことがございましたら是非当院へお越しください。

■地域のかかりつけ医としての想い

耳鼻咽喉科単科ですべてをまかなうことはやはり難しいのですが、受診される患者さん一人ひとりのご希望に沿う治療をさせていただくこと、またみどりヶ丘病院さんをはじめ総合病院さんとも密に連携して患者さんの健康を守ることが大切かと考えます。

■メッセージ

皆様初めまして、吉田耳鼻咽喉科の吉田です。患者さんの訴えによく耳を傾け、患者さんに寄り添った治療をすることを心掛けています。耳鼻咽喉科領域全般で何かお困りのことがございましたら、いつでもご相談いただければ幸いです。よろしくお願いいたします。



院長 吉田 卓也



〒569-1116 大阪府高槻市白梅町4-8
ジオタワー高槻ミュージアムフロント3F
TEL 072-682-5055
http://yoshida-jibika.net/
【休診日】木曜日午前、土曜日午後、日曜日、祝日

Let's COOKING! From 栄養課

豚バラねぎ巻き

冬に旬を迎える白ねぎ。特有の強い香りが印象的ですが、これは硫化アリルという成分によるものです。硫化アリルは血行を良くし、疲労物質を分解してくれるため、肩こりや疲労回復に効果があります。また、ビタミンB1の吸収を助ける働きもあるため、ビタミンB1を豊富に含んでいる豚肉とは相性抜群です。さらに、硫化アリルには強い殺菌作用や鎮静効果もあるため、風邪を治すのにも効果的だと言われています。ねぎも含め寒い時期に旬を迎える野菜たちは、寒さに耐えるよう糖分をたくさん蓄えているため、他の時期に食べるよりもより一層甘く感じます。なので、ねぎは独特の辛さがあり苦手という方にも、是非一度食べていただきたいおすすめ料理です。



- Recipe
- 材料 (1人分)
- 白ねぎ …… 30g (1/3本)
 - 豚バラ肉 …… 70g
 - 塩・胡椒 …… 0.3g
 - 酒 …… 大さじ1/2
 - 塩 …… 0.2g
 - わさび …… 2g

作り方

- ①白ねぎを電子レンジで20秒加熱する。
- ②白ねぎに豚肉を巻き、上から塩・胡椒をふる。
- ③フライパンに油をひき②を入れて中火で焼く。
- ④豚肉にほんのり焼き色がついたら、※を入れ、さらに焼く。好みの長さに切る。

1人当たりの栄養価	エネルギー… 299kcal	脂質… 25g
	たんぱく質… 10.6g	食塩相当量… 0.8g



INFORMATION

外来診察受付開始時刻・玄関解錠時刻変更のお知らせ

2022年10月1日(土)より、外来診察の受付開始時刻・玄関解錠時刻を下記の通り変更しています。
※診療開始時刻(9時)に変更はございません。8時15分までは院内(風除室も)入室ができません。



消防訓練を行いました

みどりヶ丘病院施設内にて、消防訓練を行いました。
119番通報や避難誘導、屋内消火栓・消火器を使用した初期消火訓練を行い、実際に火災が起こった場合に適切な対応ができるよう訓練しました。今後も、有事の際適切に対応できるよう訓練を継続します。



新たに専門の資格を取得しました

日本消化器内視鏡学会 指導医

消化器内科部長 兼 内視鏡センター長 占野 尚人 医師

日本アレルギー学会専門医

皮膚科 部長 小谷 はるみ 医師

日本脳神経超音波学会認定 脳神経超音波検査士

脳神経内科 千葉 哲矢 医師

日本心臓リハビリテーション学会 心臓リハビリテーション指導士

循環器内科 河合 弘幸 医師

公認心理師

リハビリテーション部 理学療法士 富上 佳一郎

リハビリテーション部 言語聴覚士 小田 美奈



社会医療法人 祐生会

みどりヶ丘病院



〒569-1121 大阪府高槻市真上町3丁目13-1

診療受付時間 8:30~12:00 ※受付終了時間は診療科によって異なります。

休診日 日曜日、祝日、年末年始

時間外診療 24時間365日対応 お問い合わせ:072-681-5717(代表)

<https://www.midorigaoka.hospital/>



広報誌に関するご意見・ご感想・
お問い合わせは 祐生会広報まで

祐生会広報電話番号

072-681-5764

✉ midori-info@midorigaoka.or.jp

みどりヶ丘ヘルスケアグループ一覧

医療施設

みどりヶ丘病院 TEL 072-681-5717
茨木みどりヶ丘病院 TEL 072-622-1515
城北みどりヶ丘病院 TEL 06-6922-6721

訪問看護サービス

みどりヶ丘訪問看護ステーション TEL 072-681-5605
みどりヶ丘ケアプランセンター TEL 072-681-5794
みどりヶ丘ケアプランセンターつかはら TEL 072-697-0037
茨木みどりヶ丘訪問看護ステーション TEL 072-665-8144
茨木みどりヶ丘介護相談所 TEL 072-623-7744

高齢者向け介護施設

みどりヶ丘介護老人保健施設 TEL 072-692-3111
グループホームみどりヶ丘荘 TEL 072-692-3287

保育園

みどりわかば保育園 TEL 072-683-8221
茨木みどり保育園 TEL 072-665-9996