



# けんこう だいいち

## 【理念】

患者さまの立場に立ち、その方の終生にわたり健康を支え、質の高い診療と心地よい療養環境を提供します。

## 【基本方針】

- ★ 患者様のニーズと負担を考慮し、適正で効率的な医療を提供します。
- ★ 医療スタッフによる十分な説明と患者さまの選択に基づく開かれた医療を進めます。
- ★ 地域に根ざし、患者さまに終生かわり合いを持つ医療を目指します。
- ★ 患者さま、職員にとって「心地よい環境」の向上に努めます。



《 INDEX 》	P. 1	表紙 <佐賀 バルーンフェスタ > 病棟看護師より提供
	P. 2	私の主治医 <AGAについて>
	P. 3	くすりの謎 <風邪薬について>
	P. 4	ナースこーる <感染性胃腸炎とは>
	P. 5	院内講話・第50回緩和ケアフォーラムin岡山
	P. 6	クリスマスコンサート2019
	P. 7	成人用肺炎球菌予防接種のご案内
	P. 8	第8回 医療法人誠和会 地域連携の会



## 私の主治医

### 『AGA (エ-ジ-エ-)』について

テレビCMなどでAGA (androgenetic alopecia) という言葉を耳にしたことがあるという方もいらっしゃると思います。AGAとは、男性型脱毛症の略称です。成人男性によく見られる髪が薄くなる状態のことで、思春期以降に額の生え際や頭頂部の髪がどちらか一方、または両方から薄くなっていきます。一般的に遺伝や男性ホルモンの影響などが主な原因と考えられています。

AGAは全国で1,260万人、そのうち気にかけている人は800万人、何らかのケアを行ったことがある人は650万人と言われていています。脱毛症の一種である円形脱毛症では通常、急に脱毛が進行しますが、AGAは徐々に進行性していくのが特徴の一つです。最初は髪のハリやコシが失われ、うぶ毛のような頼りない毛に変わっていきます。その後抜け毛・うす毛がゆっくと進行していきます。

毛髪にはヘアサイクルという周期があります。通常の毛髪は、成長期→退行期→休止期という周期を繰り返しており、このうち毛髪が太く伸長する成長期は2年から6年ほどあります。AGAの方は、この成長期の期間が正常よりも短くなってしまい十分に成長しないため、髪の毛が太く長く育たないうちに抜けてしまいます。治療としては、塗り薬や飲み薬によって抜け毛の進行を抑える治療をおこないます。

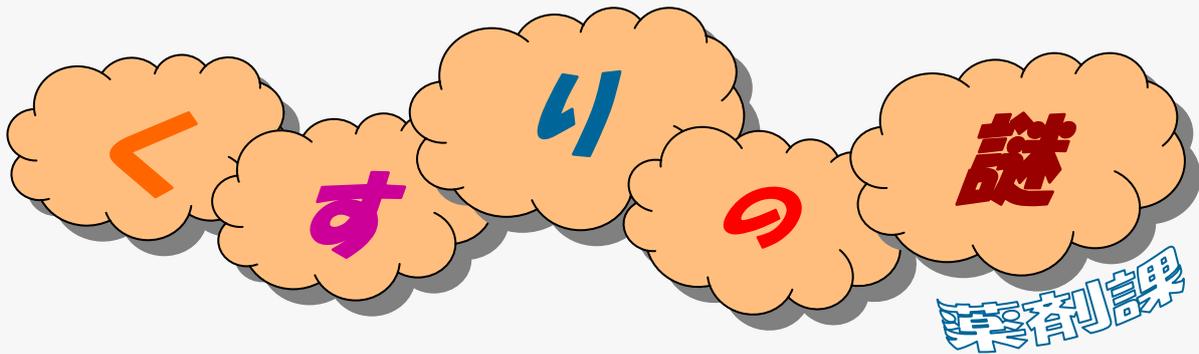
AGAの診察・治療は保険証を使わない自費診療です。AGA治療は主に内服薬・外用薬が使用されていますが、当院ではプロペシアという世界60カ国以上で承認されている内服薬を処方し治療を行っています。一般的に6か月经過した頃から内服薬の効果が出ると言われていています。しかし、効果には個人差がありますので、必ずしも6か月で効果が出るとは限りません。1日1錠の服用で、継続した服用が重要です。通院は約1～3ヶ月に1回必要です。半年から1年に1回血液検査（自費）を行う場合もあります。

診察を希望される方は、皮膚科受診にお越しく下さい。

皮膚科の診療は、午前は月曜日から金曜日まで毎日、  
午後は火曜日・水曜日に行っております。



～皮膚科より～



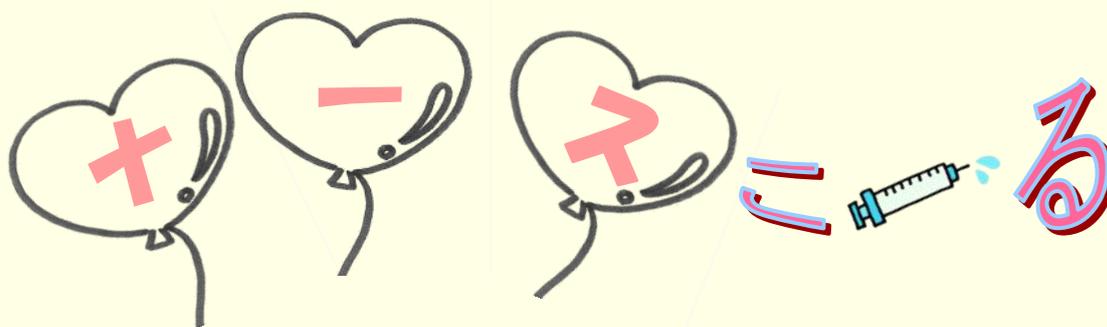
## ～ 風邪薬について ～



- 風邪症状とは：正式には風邪症候群と言い、鼻や喉などが炎症を起こすことです。主にウイルスが粘膜から感染して炎症を起こすため、くしゃみ・喉の痛み・鼻水・発熱・咳などの症状がでます。
- 風邪薬の種類について  
今回は咳、痰、発熱、鼻水の4つの症状に対するお薬について紹介します。
  - ① 咳：異物が侵入した時咳を起こすよう脳にはたらきかけることで咳が起きます。咳は気道をきれいにしてくれるのでむやみに抑えるべきではありません。ただし咳がひどい場合体力消耗や睡眠不足の原因にもなるため、咳止めを使うことがあります。
  - ② 痰：痰の成分を変えて出しやすくしたり、痰を薄くして粘り気をなくすことで痰がからむのを抑えます。
  - ③ 発熱：風邪の原因となるウイルスが体内に侵入した場合、発熱することで免疫を高めてウイルスとたたかいます。高熱が続くと体力を消耗し治りにくくなることもあるため、熱を和らげる薬を使うことがあります。
  - ④ 鼻水：鼻水は鼻に入った異物やウイルスが体内に入るのを防ぎます。症状がひどい場合は鼻水を抑える薬を使うことがあります。眠気を引き起こす薬が多いため、車の運転や機械の操作などに注意が必要です。

寒くなる季節は風邪やインフルエンザが流行します。手洗い・うがいをしっかりし、充分睡眠・栄養をとって予防しましょう。





## 感染性胃腸炎とは

感染性胃腸炎という診断名はさまざまな原因による症候群であり「ウイルス」「細菌」や「寄生虫」によるものもあります。

冬期に発生する感染性胃腸炎の原因のほとんどは「ウイルス」による胃腸炎とされます。

### ◆ 症状は？

感染から約1～3日程度潜伏し嘔吐、下痢があります。

37～38℃の発熱がみられることもあります。



### ◆ どこから感染するの？

**人から人への感染：**感染者の嘔吐物や便の中に含まれる「ウイルス」が手や手で触れた物を介して口に入り感染します。

また、嘔吐物の処理・消毒方法が正しく行えていなかった場合もあります。

**汚染された水、食品からの感染：**「ウイルス」に汚染された二枚貝を生あるいは不完全な加熱のまま食べることにより感染します。

また、感染性腸炎の病原体を持っている人が調理した際、食品が汚染されその食品を食べた場合に感染する場合があります。

### ◆ 感染予防は？

**手洗いの徹底：**他のウイルスのように有効な予防薬はありません。

いかに体内に「ウイルス」を入れないようにするかが重要となります。

「ウイルス」は非常に小さいためどこに付着しているか目で確認することはできない為手洗いをしっかり行いましょう。手洗いは石鹸を使い1分以上かけて行いましょう。

**吐物の処理：**感染者の嘔吐物は使い捨てビニール手袋とマスクを付けてビニール袋にまとめて捨てます。吐物を拭き取った場所を市販の次亜塩素酸で消毒しましょう。

**食品からの感染予防：**「ウイルス」は熱を加えると死滅するので、ウイルスに感染している可能性がある食品は中心部85℃以上で1分以上の加熱を行いましょう。

**感染対策および拡大防止：**手洗いとうがいが一番の予防策となります。万が一、感染した場合は家族（他の人）にうつさないように吐物の処理やトイレや摂食箇所の消毒に注意しましょう。

下痢や嘔吐が激しい場合は脱水に注意しましょう。

## 院内講話 開催されました

企画レクリエーション委員会

11月27日（水）に当院北館6階ISAMホールで、外科平林医師を講師として、「足のむくみ～最近増えてます廃用性浮腫～」と題した院内講話を開催致しました。当日は地域の多くの方に出席して頂き、足のむくみの原因や対策等について真剣な表情で学ばれていました。終了後には「ありがとう。またよろしく。」との声も頂戴し、有意義な時間として頂けたのではないかと思います。当院では、今後も今回のような講話を継続して行い、患者様や地域の方々が喜んで頂ける交流の場にしていきたいです。次回の日時や内容が決定次第、ホームページ等を通じてお知らせ致します。皆様の参加をお待ちしております。



## 第50回 緩和ケアフォーラム in 岡山

開催されました

2019年11月13日（水） 19：30～21：00

『 多種多様なオピオイド鎮痛薬をどのように使い分けるか  
～安全性に配慮して処方するために～ 』

講師：京都府立医科大学附属病院 疼痛緩和医療部

准教授 上野 博司 医師

による特別講演が行われました。

# クリスマスコンサート 2019

12月20日(金)、当院の恒例行事であるクリスマスコンサートが開催されました。奏者には、くらしき作陽大学学生(サクソフォン・カルテット Livrerリヴレ)をお招きし、昔懐かしい歌謡曲やJ-POP、アニメ、クリスマスソングなど多数の曲を演奏して頂きました。途中、サンタやトナカイの演出などもあり、会場は大いに盛り上がりました。また、今年もクリスマスバザーを開催し、多くの患者様、地域の方々でフロアが賑わいました。日用生活用品や雑貨など多数用意していましたが、販売開始と同時に売れてしまう商品もあり、コンサート前から活気溢れた会場となりました。コンサートとバザーを終えた後には、「ありがとう!」「今年も楽しかったです。」という感想を頂きました。今後とも、患者様のため、また地域の方々からも愛される病院を目指して、さまざまな活動を行っていきます。なお、2020年も名月コンサート、クリスマスコンサートとも開催予定です。

企画レクリエーション委員会



## 成人用肺炎球菌予防接種のご案内

当院では成人用肺炎球菌ワクチン接種を行っています。

肺炎球菌とは主に気道の分泌物に含まれる細菌で、唾液などを通じて飛沫感染し気管支炎や肺炎、敗血症などの重い合併症を引き起こすことがあります。肺炎はわが国の死亡原因の第3位となっています。また、日常的に生じる成人の肺炎のうち1/4～1/3は肺炎球菌が原因と考えられています。

肺炎で亡くなる方の約95%は65歳以上の高齢者です。高齢になると発熱、咳といった肺炎の典型的な症状ではなく、元気がない、食欲がないといった症状しか現れないことがあります。そのためご家族などが肺炎と気づかないうちに重症化する危険性があります。

肺炎球菌ワクチンは、肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し重症化を防ぎます。肺炎は季節を問わず発症する可能性があるので1年のどの時期に接種してもいいワクチンです。毎年接種するインフルエンザワクチンとは異なり、再接種は5年以上の十分な間隔を空ける必要があります。

ただし、すべての肺炎が予防できるわけではないため、うがい・手洗い・マスクなど日常生活での感染予防も大切です。

当院での接種を希望される方は、お電話か受付窓口で肺炎球菌ワクチン接種を希望していることをお伝えください。

また、定期的に受診されている患者さまは、主治医に接種の希望を伝えてください。

- 受付時間：内科の受付時間内
- 費用：任意接種（一般） 7,700円（税込）  
倉敷市の助成制度対象者 3,000円

※ 倉敷市以外の助成制度対象者は各市町村で設定された自己負担金をお支払いいただきます。



# 第8回 医療法人 誠和会 地域連携の会

2019年12月5日（木）19：00～

開催されました

開会挨拶：医療法人誠和会 理事長 小出 尚志

講演会：1. 「倉敷第一病院の役割（Positioning）」

倉敷第一病院 総院長 坂口 孝作

2. 「地域包括ケア病棟における看護師の役割」

倉敷第一病院 看護部長 中村 芳子

情報交換会

閉会挨拶：倉敷第一病院 院長 佐藤 和道

近隣の医療関係者様にご参加いただき、講演会および情報交換会が行われました

