

## 肌トラブルとスキンケア



今年も猛暑といわれる暑い夏でしたね。夏は日焼け、汗疹(あせも)虫刺されなどの皮膚トラブルが発生しやすい時期でもあります。

昨今は、紫外線による皮膚障害(やけど様の日焼け)や、汗疹で受診する方が多くなっています。また、蚊刺されや毛虫皮膚炎(特にチャドク蛾)の患者様も多く来院されます。このような状態を防ぐために、普段から気を付けて頂きたい3つの事があります。



皮膚科医 清水 百合恵

- ① 曇っている日でも、戸外に出るときは帽子や日傘、日焼け止めを使用しましょう。日焼け止めはSPFが高いものをお勧めしますが、肌の弱い人は反射剤の日焼け止めをお勧めします。またSPFが高いものでも汗で流れ落ちますので、2時間に1回の塗り直しをお勧めします。
- ② 汗をかいたら、シャワーなどで早めに汗を流しましょう。シャワーは1日に何回でも良いのですが、その都度石けんを使用すると、皮膚乾燥の原因となりますので、石けんの使用は1日1回程度にしてください。
- ③ 虫は香り(香水や整髪料)や色の濃いものに(衣類等)に寄ってきます。従って、公園等に行くときはこれらのものを使用するのは避けましょう。チャドク蛾はこちらから見えなくても、毒毛を風にのせてこちらに飛ばして皮膚炎を引き起こします。もし見つけたら近寄らず、また毛を浴びてしまった場合はすぐにゴシゴシこすらずに、シャワー等でよく流すようにしてください(石けんの使用は可)。

これらを少しでも生活の中に取り入れ、快適に過ごして頂ければ、と思います。

※SPFとはSun Protection Factorの略。日焼け止め剤などの効果を数値化したもの



▲チャドク蛾幼虫

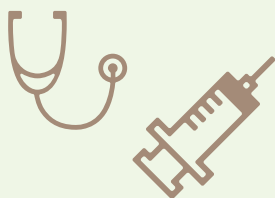


▲チャドク蛾成虫



## 当院の診療統計データ

2013年4月~2013年8月



外来患者数	391.2人(1日平均)
1日平均入院患者数	170.8人(1日平均)
救急患者数	104.2件(月平均)
紹介件数	99.8件(月平均)
全身麻酔術件数	25.6件(月平均)



# 自己紹介



はじめまして。

4月より当院で働いている、皮膚・排泄ケア認定看護師の吉岡です。皮膚・排泄ケア認定看護師とは、ストーマ(人工肛門)のケアや創傷ケアをはじめとするスキンケアや失禁ケアについて専門的な知識を持った看護師です。

院内のみならず、地域の褥瘡(床ずれ)対策にも力を入れていきたいと考えております。また、ストーマやなかなか治らないキズでお困りの方はご相談ください。

皮膚・排泄ケア認定看護師  
吉岡 百合子



## 「褥瘡(じょくそう)」について

### 褥瘡とは、床ずれともいわれる難治性の皮膚潰瘍です。

#### ●褥瘡はどうしてできるのか…?

寝たきりなどになり動けなくなると、自分の体重で圧迫された皮膚が血流障害を起こします。皮膚は血流障害を起こすと栄養が行き届かなくなり、ちょっとした刺激に対してキズができやすく、一旦できた傷は治りづらくなります。また、圧迫力が強ければ強いほど、短時間で皮膚は壊死してしまいます。この様にしてできる皮膚潰瘍を「褥瘡」といいます。

#### ●なぜ、褥瘡は治りづらいのか…?

皮膚は自然治癒力といって、皮膚にキズができるとそれを修復しようとする能力を持っています。一般的なキズは原因が一時的に加わり、原因となる外力が取り除かれると創傷治癒過程をたどり、キズは治っていきます。しかし、褥瘡は強い圧迫力や持続的な外力によりできるため、その原因となる外力を取り除くことは困難なことが多くあります。結果、褥瘡は治りづらく悪化しやすいキズであり、難治性の皮膚潰瘍といわれます。

#### ●褥瘡はどう治すか…?

褥瘡を治すための大原則は原因となる外力を取り除くことです。この原因となる外力を取り除くことができなければ、どんなに高価なお薬や被覆材(ひふくざい)を使用してもキズを治すことはできません。

まず、第一に重要なのが体圧ケアです。体圧ケアは日常生活で多くとっている姿勢の中で、一箇所にかかる圧迫力をいかに減少させるかがポイントです。その他、車椅子に座った姿勢でのズレ落ちによる皮膚の刺激の予防、失禁による皮膚のムレや排泄物による刺激の予防、栄養管理や全身のスキンケア、そして、キズの状態や生活スタイルに合わせた創傷管理…といった様々なケアを必要とします。



## 脳ドック



充実した人生を送るために、早期発見、早期治療が肝心です。年に一度の脳ドックをお勧め致します。

《脳ドック》

Aコース(28,000円)

脳MRI・MRA、頸部MRA、血液検査、心電図、尿検査、問診等

Bコース(21,000)

脳MRI・MRA、頸部MRA、問診のみ

完全予約制とさせていただいておりますので、お電話または総合受付にてお申し込みください。なお詳細、ご不明な点等につきましては、総合受付またはホームページ、パンフレットをご参照ください。

東川口病院 総合受付 TEL 048-295-1000



# 2A病棟紹介



当院2階にあります。2A病棟は一般慢性期病棟です。

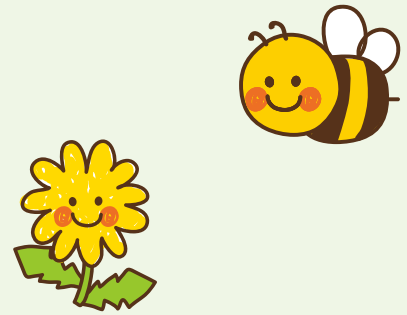
様々な理由で意識障害を持っておりコミュニケーションを図ることが難しい、また肢体不自由により自立した日常生活を送れない方の看護ケアを主としています。重度の肢体不自由者(脳卒中後遺症は除く)脊椎損傷等の重度の身体障害者、重度の意識障害者、神経性難病の患者を常時70%以上受け入れることを基準としています。必要に応じ急性期疾患等の入院も可能な病棟です。

2A病棟は20代から50代と幅広い職員が活躍し、固定チームナーシング方式を取り入れ看護を提供しています。固定チームナーシングとは、少人数のチームをバランスよく作り一定期間リーダー・メンバー変えることなくチームで患者の看護を行う方式のことです。

また2A病棟では一年を通して目標を掲げています。今年の病棟目標は『ワンケア・ワンギフト・ワンリハビリ』です。これはケアを提供することでそれが「日常生活の自立に連動するんだ」という意味で、一步踏み込んだ看護が出来るよう今年の目標にしています。一人一人の患者様に合ったケアを提供していけるよう、日々カンファレンスを行い、計画を立てて実行していき、患者様の日常生活が少しでも良いものとなるようスタッフ一同、日々頑張っています。

※カンファレンスとは…

仕事内容の問題点や、問題点が挙がっている患者様について解決策を見出す話し合いの事。



## 訪問リハビリ

リハビリスタッフがご自宅に訪問し、実生活の中での動作獲得練習や、介助量軽減のアドバイスを行います。

- ・基本動作・移動動作・日常生活上の動作獲得に向けた関節運動や筋力トレーニング、動作練習など
- ・介助する方に対する介助方法のアドバイス
- ・トイレや浴室の改修、手すりや段差解消などのアドバイス
- ・身体に合った車椅子や杖などの福祉用具のアドバイス

※ご利用方法など分からないことがありましたら、リハビリテーション科までお気軽にお問い合わせください。  
リハビリテーション科 048-295-1000(代)



## インフルエンザワクチン接種のご案内



平成25年10月中旬より開始予定です。

・13歳以上の方は1回接種、13歳未満の方は2回接種となります。



※なお、詳細やご不明な点につきましては、当院総合受付にお問い合わせ頂きますようお願いいたします。  
東川口病院 総合受付 048-295-1000



# 東川口病院

# 外来担当医表

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科	9:00~12:30	成田	成田	陳	成田	成田	白崎
		島田	相川	小菅	陳	小菅	木村
		相川	三宅	島田	山本	田島	池田
		本田					
肥満外来 (予約制)	14:00~17:00	陳	三浦	後藤	小菅	後藤	
		本田	三宅	川杉 佐野	山本	田島	
外科 消化器外科	9:00~12:30	内田	根岸	内田	根岸	吉岡	第1-3週 根岸 内田 第2-4週 内田 根岸
	14:00~17:15		根岸	吉岡		根岸	
整形外科	9:00~12:30	田辺	小川	田辺	池田	田辺	池田
	14:00~17:15	池田	西澤	椎名	中村	高木	高木
骨粗鬆症外来 (予約制)	15:00~16:30	小川	山本 木村	椎名	中村	小川	
						田辺	
脳神経外科	※平成25年9月17日、10月15日、11月12日、12月17日、平成26年1月14日、3月11日のみ中村Dr.が診察します。						
	9:00~12:30	中村	永島 ※上記参照	第1.3.5週 中村	永島	中村	永島
	14:00~17:15	永島	中村		中村	永島	
小児科	9:00~12:30	真野	真野	真野	真野	真野	第1.3.5週 真野 第2.4週 担当医
	14:00~17:15	稲毛	15:00から診察 真野		担当医	15:00から診察 真野	
	予防接種 (予約制)		14:00~15:00 予防接種・健診	14:00~17:15 予防接種		14:00~15:00 予防接種・健診	
皮膚科	9:00~12:30	11:00受付終了 清水	11:00受付終了 清水	11:00受付終了 岡本	11:00受付終了 清水	11:00受付終了 岡本	
	14:00~17:15	診察開始14:30 清水 受付終了16:00	診察開始14:30 清水 受付終了16:00	白石	診察開始14:30 清水 受付終了16:00	富田	
耳鼻咽喉科	9:00~12:30	川野	川野	狩野	川野	川野	川野
	14:00~17:15	川野	川野	狩野	川野	川野	
循環器科	9:00~12:30		橋本(予約制)		箱島	9:15から診察 横山	
	14:00~17:15		橋本(予約制)		箱島		
泌尿器科	9:00~12:30				林		
	14:00~17:15				林		

☆毎週火曜日の循環器科(橋本Dr)の診察は時間予約制とし、新患のみ随時受付します。

☆救急及び緊急手術等で診察時間が変更になる場合がございます。予め、ご了承下さい。

☆お電話での診察予約、お薬のご依頼は受けておりません。

※ 小児科「担当医」については、スタッフにお問い合わせ下さい。

※ 10月01日現在のもので、医師が急用等により変更する場合がありますがご了承下さい。

変更の場合はホームページに掲載致しますので、そちらの方をご参照下さい。

## 編集後記

先日、私はお休みを利用して実家のある徳之島へ家族で行って来ました。

南の島なのでここよりも日差しが暑い!まだまだ溶けてしまふんじゃないか!ぐらゐの暑さでした(涙)

さらには虫も多い!虫に毎日のように刺され、かゆい思いもしました。が、楽しい夏になりました。皆様は楽しい夏をお過ごしになりましたか?

最近埼玉は涼しい日が増えてきましたね。虫も鳴き、もう秋なんだなあと感じます。

夏の猛暑からの急な気温の変化で体調を崩さぬよう皆様、十分気を付けてお過ごしください。

地域活動委員会 安田 一平



上尾中央医科グループ

医療法人社協友会 東川口病院

内科・外科・消化器外科・整形外科・脳神経外科・小児科・皮膚科  
耳鼻咽喉科・循環器科・泌尿器科・リハビリテーション科

携帯電話サイト・QRコードから簡単アクセス!  
是非ご利用ください。

〒333-0801  
埼玉県川口市東川口2-10-8  
TEL:048-295-1000  
FAX:048-295-5501  
http://www.e-kawaguchi-hp.jp



※東川口病院へのアクセス方法※

- ・JR武蔵野線東川口駅下車 徒歩5分
- ・埼玉高速鉄道(南北線直通)東川口駅下車 徒歩5分

