

冬のスキンケアは、乾燥対策です！

11月になりますと、気温も下がり、湿度も下がります。3月までは、乾燥した気候が続きます。火の用心も重要ですが、皮膚の乾燥の用心も必要です。特に、乳幼児、小学生、高齢者の方は、皮脂の分泌が少なく乾燥しやすいため、注意をして下さい。

皮膚のみずみずしさは、皮膚の角層の水分量に比例します。水分を保持する能力は、保湿成分に比例します。みずみずしい肌は、水分量が多い状態ですが、湿度の低下に伴い水分の喪失が多くなると、皮膚の水分量は低下し、乾燥してきます。

乾燥を防ぐには、どうするか

セラミド、尿素などの保湿成分を補う事は効果的です。また、皮膚の表面は、皮脂膜で覆われており、これが水分の蒸発を抑えています。脂分を補うことにより、皮脂膜が安定して、水分が失われにくくなります。例えば、ワセリン、スクワラン、オリーブ油など油脂、油性の基礎化粧品、スキンクリームなどは効果があります。

逆に行ってはいけない事は、

水分のみを補う事です。乾燥は水分の欠乏ですから、水分を補うと一時的には乾燥は良くなります。しかし、水分のみの補充では、乾燥を防いでいる皮脂膜の脂分が失われてしまい、皮膚からの水分の蒸発が逆に増えてしまいます。このため、どんどん乾燥を進める事になります。例えば、化粧水だけで水分を補うと、乾燥対策としては逆効果になるわけです。

アカ擦りはいけません

乾燥した皮膚は、角層がはがれやすくなり、粉をふいたようにみえます。アカと思いきれいにしようと考えて、ナイロントオルなどでアカ擦りをする事は最悪で、湿疹(しっしん)の症状を誘発してしまいます。痒いときには、洗うのを控える事が重要です。

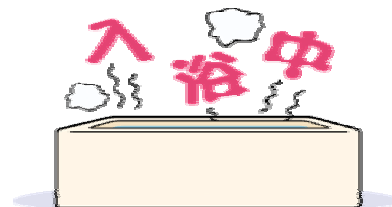
入浴後に塗りましょう

入浴後の皮膚は、十分に水分が補われていますが、一方、脂分が失われており、保湿成分や脂分の補給が一番必要な時で、効果も一番いい時です。

かゆみが続けば皮膚科受診が必要！

強いかゆみは、自家治療ではなかなかよくなりません。皮膚科に受診される事をお勧めします。

皮膚科 正木 貞男



病棟紹介 - 1病棟3階

[診療科目とベッド数]

1病棟3階は、脳神経外科（39床）、歯科口腔外科（6床）、皮膚科（3床）の、3科48床の混合病棟です。

個室が8部屋、2人部屋が3室、4人部屋が1室、6人部屋が5室あり、病状などに応じてお部屋の使用をいただいています。

[対象とする疾患]

脳神経外科では、頸椎、腰椎椎間板ヘルニアなどに代表される脊椎関連の手術が多く、その他、交通事故による外傷や脳出血などがあります。歯科口腔外科では、手術対象となる埋伏歯、顎の骨折の固定術、腫瘍などがあります。皮膚科は腋臭症・植皮などの手術や、多種多様な皮膚疾患があります。



ワキガについて

腋には、水分の多い汗を出すエクリン腺と、臭いがある、黄色い色の汗を出すアポクリン腺の2種の汗腺があります。アポクリン腺は、性ホルモンの影響を受けて思春期以後に活動を始めるので、臭いが出てきます。

腋の汗が、臭いがある黄色事は、正常です。ただし、遺伝的にアポクリン腺の発育が強い方が、腋臭症、いわゆるワキガになります。

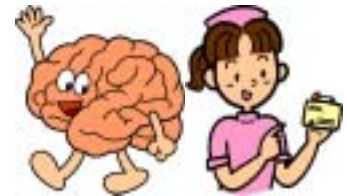
また、この汗は、細菌により分解されるとより強い臭いに変わりますので、腋を清潔に保つことは効果があります。シャワーを浴びる、石鹸で洗う、制汗剤を使う事などを行ないます。

[スタッフの構成]

看護スタッフは、25名（病棟師長1名 看護助手1名を含む）で、平均年齢39才です。勤務体制は3交代制で、夜間は3名の看護師が勤務をしています。

[看護について]

平成14年度の当病棟の手術件数は、約500件でした。1日の平均入院患者数は約3.1人でした。そこで第一に心がけていることは「患者様の安全と安楽を守る」ということです。そのために、まずお名前の確認をさせていただき、処置や注射は細心の注意を払って行っています。穏やかな入院生活を送っていただける様スタッフ一同明るい笑顔を心掛けています。



ワキガ（腋臭症）の手術療法

遺伝的に臭いが多い場合、制汗剤では、臭いが抑えられない方がみえます。このような方には手術を行ないます。手術で、アポクリン腺を取り除きます。以前は、皮膚を切り取る方法が行われましたが、傷跡が目立つ欠点がありましたので、最近の手術は、しわに沿って皮膚を切開し、剪除法と呼ばれる、皮膚の内側からアポクリン腺を取り除く方法の手術を行ないます。

なお、腋臭症は疾患ですので、手術は健康保険が使えます。

皮膚科 正木 貞男

稲沢市民病院 診療担当医師一覧表

平成15年11月17日現在

診療科名	時間区分	診察区分	月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日	備 考
内 科	午 前	1 診	小林(泰) <内分泌>	奥山名誉院長 <内分泌>	桐山 <内分泌>	奥山名誉院長 <内分泌>	小林(泰) <内分泌>	
		2 診	福井副院長 <循環器>	小林(茂) <循環器>	福井副院長 <循環器>	小林(茂) <循環器>	福井副院長 <循環器>	
		3 診	広瀬 <循環器>	斉藤 <消化器>	鷓飼 <消化器>	広瀬 <循環器>	栗木 <消化器>	
		5 診	馬場 <腎>	宮川 <腎>	馬場 <腎>	山本 <腎>	宮川 <腎>	
		6 診	木村 <内分泌>	市川 <内分泌>	佐々木(諭) <消化器>	服部 <消化器>	高橋 <呼吸器>	
		7 診フリ-	栗木	福井副院長	小林(茂)	鷓飼	市川	
		8 診フリ-	山本	小林(泰)	宮川	馬場	服部	
		午後 (予約制)	斉藤<消化器> 佐々木(文)<呼吸器>	鷓飼<消化器> 桐山<内分泌>	栗木<消化器> 中江<内分泌> 宮村<血液>	吉田<神経>		
小 児 科	午 前	1 診	柳瀬	生田	柳瀬	服部	柳瀬	
	2 診	服部	生田	柳瀬	服部	柳瀬	生田	
	午後 (予約制)	予防接種	柳瀬・服部 <慢性外来>	1か月健診	柳瀬・生田 <慢性外来>	乳児健診 (第1週以外) <心臓外来> <神経外来>	(第1週) (第1、3、5週)	
外 科	午 前	1 診	上松	宮本	秋山	上松	宮本	
	2 診	西垣	住田	小児外科	西垣	住田		
脳神経外科	午 前	1 診	山田院長	岩越	山田院長	丹羽	丹羽	
	2 診	——	——	岩越	——	——		
泌 尿 器 科	午 前	——	傍島	森川	傍島	加藤	傍島	
	午後	——	傍島	——	——	加藤	——	
整 形 外 科	午 前	1 診	今村	今村	橘	今村	橘	
	2 診	佐々	吉村	杉浦	吉村	吉村		
	午後 (予約制)	——	——	杉浦(リマフ)	——	——		
皮 膚 科	午 前	1 診	正木	正木	正木	正木	正木	
	2 診	中村	中村	中村	中村	中村		
	午後	2:00 ~ 4:00	中村	——	正木	——	富田(第1金:予約制)	
産 婦 人 科	午 前	婦人科	清野	加藤	片山	片山	加藤	
		産科	加藤	片山	清野	加藤	清野	
眼 科	午 前	1 診	池間	池間	池間	池間	池間	
	2 診	山下	山下	山下	山下	山下		
	午後 (予約制)	——	——	——	池間(網膜)	——		
耳 鼻 咽 喉 科	午 前	初診・フリ-診 予約診	柘植 八木	長島 柘植	柘植 八木	山田 八木	八木 柘植	
	午後 (予約制)	予約学生診(3時~)	柳田(1時~)	1・3週 いびき外来 柘植、八木 2・4週 補聴器外来 柘植、八木	柳田(1時~)	——		
10 歯科・口腔外科	午 前	初再診	石井 日下	日下 石井	日下 石井	鍋島 日下	石井 鍋島	

薬の話（薬剤部より）

病院で薬剤師は、こんな仕事をしています。

1) 院内の薬品の管理

薬品には病気の治療に用いられる治療薬・設備や機器の消毒に用いられる薬品・放射線やその他の診断用の薬品など目的に応じた薬があります。それぞれの薬品が安全に、そして経済面も考慮して使用されるように管理することも薬剤師の仕事です。

2) 調剤

診察が終わると患者様の症状にあわせて医師が薬を処方します。その処方を調剤するのが薬剤師の重要な仕事です。ただ処方通りにしているだけではありません。個々の薬品の相互作用・重複・薬の量や飲む時間などを1つ1つチェックしています。

薬による治療は薬物療法といって病気治療の大きな位置を占めています。患者様の手元に安全に届くよう努めています。

3) 薬の説明

外来ではすべての患者様にお薬の説明がなかなかできません。窓口で声をかけてもらえば質問にお答えしています。入院時にはベッドサイドで薬の説明をすることもしています。

また薬の情報紙は医師の指示に従ってお渡ししています。必要な方は、**診察時に、医師に、お伝えください。**

4) 薬に関する質問にお答えします。

薬の保管について

薬の袋などに冷所保存としてあるものは冷蔵庫で保管。その他は、直射日光の当たらない場所で湿気を避けて保存してください。缶などに入れておくのもよい方法でしょう。

眠り薬について

当院採用の睡眠薬はやわらかな効き目のものがほとんどです。医師の指示に従って決められた量を、夜眠る前に飲んでください。眠って身体を休めることはとても大事なことです。どうか自分のかけがえない身体を大切にしてください。

次の日、ぼおとして眠い感じがしたら量が多いと思われます。習慣性については余分に飲まなければ心配いりません。

5) お願い

処方薬について何かお気づきの場合は、すぐ連絡ください。24時間受けつけています。

(薬剤部 板津 為代)



稲沢市民病院ニュース 第8号

発行日 平成15年11月17日発行
発行元 稲沢市民病院 広報委員会
〒492-8510 稲沢市御供所町1番1号

ご意見をお待ちしています

電話 0587(32)2111

ファックス 0587(32)2151

電子メール hospital@city.inazawa.aichi.jp