

道しるべ

医療法人愛生会 総合上飯田第一病院
医療法人愛生会 上飯田リハビリテーション病院
医療法人愛生会 上飯田クリニック
愛生訪問看護ステーション
あいせいデイサービスセンター
愛生居宅介護支援事業所
愛生会看護専門学校
名古屋市北区東部地域包括支援センター
医療法人愛生会 本部

医療トピックス 日焼けと皮膚癌

病院のちょっといい話

Q&A
なんでも相談室

病癒え
花火あがりし
祝いの目

伊藤良彦

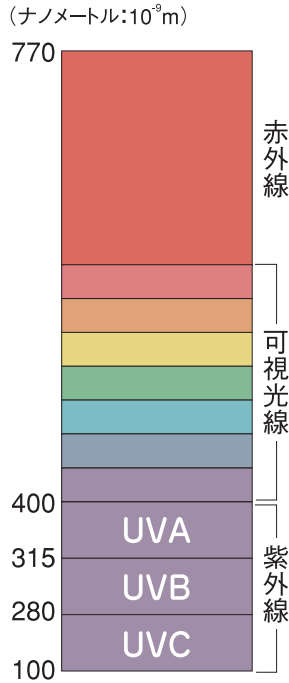


日焼けと皮膚癌



総合上飯田第一病院
皮膚科 医長
野尻 万紀子

日光は生物にとって生きていくためにはなくてはならないものですが、その反面、太陽光線に含まれる紫外線はしみ、そばかす、皮膚癌等、様々な有害作用ももたらします。特にこれからの高齢化社会では、皮膚癌を筆頭に慢性の紫外線傷害(光老化)が大きな問題になってきます。最近はおゾン層破壊による地表紫外線の増加が皮膚癌を増やすのではないかとこのことで、一般の方の関心も高まってきています。1年のうちでも春から秋にかけては、紫外線量が多くなる季節。紫外線と日焼けについて正しい知識をもち太陽と上手に付き合うようにしましょう。



紫外線の種類

太陽光線は、波長の長い順に、「赤外線」、目で見える「可視光線」、目では見えない「紫外線」の3つにおおきく分けられます。紫外線は太陽光線全体の5〜6%を占める光線でUVとよばれています。UVは、さらに波長の長い順に、「UVA」「UVB」「UVC」の3種類に分類されています。UVはオゾン層に吸収されて地表には届きませんが、UVAとUVBの2種は地表に届き私たちの皮膚に影響を及ぼします。

日焼けの原因は紫外線の照射にあることはご存じと思いますが、一口に紫外線といってもその皮膚(ひび)に与える強さはいろいろあります。波長が短いほど皮膚に障害を与えます。紫外線の波長が短いものをUVBといい、その波長の長さは280〜320nm(ナノメートル。1ナノメートルは10億分の1メートル)でサンバーンといわれ、皮膚に紅斑や水泡を発生させます。UVAといわれるものは波長が長く、320〜400nmのもので、サンターンと呼ばれる皮膚の色素沈着を起こします。さて、このうち皮膚癌を発生させる波長は280〜320nm、つまりUVBが危険ということになります。

紫外線の影響

日焼けをすると、紫外線によって傷ついた皮膚細胞のDNAを守るため、皮膚の表皮の最下層にある色素細胞が**メラニン**という黒い色素をつくり出します。日焼けしたときに黒く見えるのは**メラニン**がたくさんつくられているからです。普通でしたら傷ついたDNAを修復する仕組みが働きますが、日光による刺激が長く続くと傷ついたままのDNAが複製され、場合によっては皮膚癌を起こすことにもなります。

紫外線による急性障害

一般に日焼けと呼ばれるもので、急性炎症の**サバン**と炎症が引いた後に起こる**サンタン**があります。

紫外線による慢性障害

紫外線は皮膚を老化させる大きな原因となります。だれでも、年をとることで皮膚が老化(自然老化)しますが、紫外線による皮膚の老化(光老化)は、自然 老化とはまったく異なるものです。例えば、「しみ」と「しわ」の80%以上が、紫外線が原因で起こるといわれています。

紫外線による障害例

● **しみ、そばかす**…UVBが皮膚の表面の表皮層に作用して、メラニンによるサンタン、つまり「し

み、そばかす」を作ります。

● **しわ、たるみ**…UVAが皮膚の奥のほうまで浸透し、内部にダメージを与えます。そして肌の弾力を奪って「しわ、たるみ」をつくり出します。

● **良性腫瘍**…しみのような茶色の斑点が、いば状に盛り上がる「**脂漏性角化症**」など。

● **悪性腫瘍**…皮膚が赤みを帯び、表面が硬いかさぶたに覆われる「**日光角化症**」、皮膚癌で最も多い「**基底細胞癌**」、日光によく当る部位にできる「**有棘細胞癌**」「**メラノーマ**」などがあります。

これら悪性皮膚腫瘍の患者さんの半数以上が高齢者で、皮膚癌の発生には生涯浴びる紫外線量が関与しています。

皮膚症状は日光がよく当たるほお、耳、下唇、手の甲などに多くみられ皮膚がザラザラして厚みが増し、イボのような角状の突起が発生してきたり、ホクロ様のものが大きくなり、潰瘍状となったりすることもあります。オゾン層が破壊され、有害な紫外線であるUVBがさらに増加すると予測される今、過剰な日焼けには注意が必要です。日焼けしすぎないために日傘、帽子、サングラス、サンスクリーン剤を利用して皮膚の光老化発症を遅らせ皮膚を守りましょう。

なんでも 相談室

Q 8か月の娘がでべそです。一度病院で受診した方がいいでしょうか？

A 乳児は腹圧が高いため、大人に比べてでべそに見える傾向は確かにありますが、啼泣時などに臍がぼこんと盛り上がったたり、明らかにぶぶのように飛び出したりするのは病的です。臍の脇の筋膜に隙間が出来てそこから腸管が脱出してくる「臍ヘルニア」という病気の可能性がありますが、そんな場合は是非「外科」にご相談いただくのがよろしいと思います。

総合上飯田第一病院 院長 加藤万事

Q 「規則正しい食生活を」と言われましたが一日3回決まった時間に食事をすればいいのですか？

A 一日3食しっかり食べることはとても大切です。しかし時間が決まっていれば良いという訳ではなく、例えば毎日決まって遅い時間に食べずに寝るなどは、生活習慣病の原因となる場合もあります。「規則正しい」という言葉には、朝・昼・夕それぞれの食事の量や質のバランスがよいという意味も含まれています。当院栄養相談室にて、栄養士によるわかりやすい指導を受けることができますので、どうぞお気軽にご相談下さい。

総合上飯田第一病院 糖尿病内科医長 山本由紀子

Q 軽い脳梗塞と言われました。車の運転をしても大丈夫でしょうか？

A 脳梗塞の症状は多種多様です。部位によっては症状が何も出ない場合もあったりします。しかし、麻痺などの明らかな自覚症状がなくても、実際に診察を受けてみると、周辺に注意が向かない、視野が狭くなっている、判断力が鈍くなっている等の症状が出ている事があります。事故を起こしてからでは遅いので、運転に関しては、主治医とよく相談をして慎重に判断して頂く事をお奨めします。

上飯田リハビリテーション病院 リハビリテーション科 伊東慶二

Q 細菌性結膜炎と言われました。人にうつりますか？

A 細菌性結膜炎は基本的に伝染するものではなく、抗生剤、抗炎症剤により治療が著効します。しかし、結膜炎の中にはウイルス性の結膜炎もあり、特にアデノウイルスによる結膜炎は流行性角結膜炎と言われ非常に伝染力が強く家庭内のみならず学校、職場での伝染の危険性があります。アデノウイルスの有無は眼科外来でアデノウイルス迅速キットにより判定が可能です。100%の保障ではありません。初期感染時はウイルス量が多く陰性と判定されてしまつこともあり、日を改め複数回の検査を必要とすることもあります。また、流行性角結膜炎は抗生剤、抗炎症剤の点眼はあまり効果がなく、2週間程度で自然消退するので、その間登校、出社を中止し、自宅内でも洗濯物を分けるなどして2次感染防止の対策が必要となります。

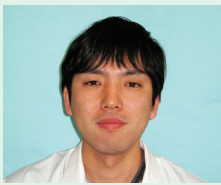
総合上飯田第一病院 眼科 大曾根大典

新任ドクター の紹介



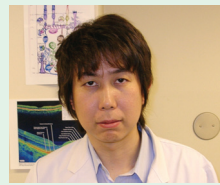
総合上飯田第一病院
泌尿器科医長
イムラ マコト
井村 誠

平成22年4月より総合上飯田第一病院泌尿器科に勤務させて頂くこととなりました。不慣れな点が多く皆様にご迷惑をお掛けするかと思いますが、よろしくお願ひいたします。趣味はサッカーだったので、ここ2年ほどやっておらずブクブクと太ってきています。仕事に早く慣れ、運動もやっていきたいと思ひます。



総合上飯田第一病院
循環器内科
アンドウ ヒロヒコ
安藤 博彦

平成22年4月1日より循環器内科に勤務させて頂くことになりました。循環器領域のみならず、総合内科医として幅広く全人的医療ができるよう努力していきたいと思ひしております。皆さんよろしくお願ひいたします。



総合上飯田第一病院
眼科
オオソネ ダイスケ
大曾根 大典

平成22年4月より眼科常勤となりました。一昨年前も当院眼科常勤医としてお世話になっておりました。その後1年ぶりの当院常勤復帰ということであり戸惑うことも多いと思ひますが(昨年は大学病院常勤、当院非常勤でした)頑張りたいと思ひます。どうぞ宜しくお願い致します。



総合上飯田第一病院
臨床研修医
スギヤマ ヒロカズ
杉山 浩一

平成22年4月から研修医として勤務させて頂くことになりました杉山浩一です。まだまだ毎日が勉強の日々ですが、一日でも早く地域医療・病院に貢献できるよう精進してまいりたいと思ひしております。どうぞよろしくお願ひします。



総合上飯田第一病院
臨床研修医
スギウラ ダイスケ
杉浦 大介

平成22年4月から研修医として勤務させて頂くことになりました杉浦大介です。医師となって一年目ということでもまだまだ患者様のお役に立てる機会は少ないと思ひますが、今日まで学んできた医学の知識をさらに深め、医療の現場で少しでも活用できるように精一杯努力していきたいと思ひます。宜しくお願い致します。



地域連携コーナー

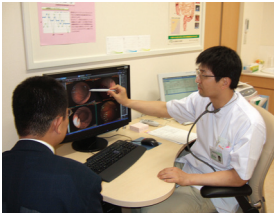
清水内科 クリニック

肝臓内科

飯田学区にあります清水内科クリニックです。地域の皆様に密着した医療を実践したいと思い、平成20年に内科クリニックを開院しました。カゼや腹痛などの急な病気や糖尿病や高血圧などの生活習慣病の外来診療、近隣地区の訪問診療や学校医などを通じて地域の皆様とお付き合いをさせていただいています。

医療機関には、内科、眼科や皮膚科など診療内容を表す「標榜」というものがあります。内科では循環器科や呼吸器科など医師の経歴や得意分野を一緒に標榜している所が多いと思います。が、当院は名古屋市内の診療所で最初に肝臓内科を標榜することになりました。診療所で標榜しているところは珍しいと思います。

肝臓は沈黙の臓器と言われ、病気が進行して肝硬変や肝臓癌になつてはじめて



検査説明



〒462-0819 名古屋市北区平安1-8-50
Tel 052 (912) 0002

症状が現れる恐ろしい病気なので、特定健診や人間ドックで肝臓の数字に異常を指摘された時は早めに専門医の診察を受けるようお勧めしています。

現在、肝臓病は国民病のひとつとされ、肝炎法案など国を挙げて対策が進められている病気です。地域の皆様が10年後に肝臓病を克服できているよう日本肝臓学会専門医として力を尽くしてゆきますので、肝臓が心配になった時にはいつでもご相談ください。

院長 清水 秀幸

ナースのお仕事 vol. 6

内視鏡室に勤務する スタッフの中山です

1983年入職、病棟勤務を経て結婚・出産を機に処置室勤務となりました。

周りのスタッフの支えもあり、子育てと仕事の両立が出来、現在に至っています。2006年内視鏡に配属され、内視鏡室は当初少人数勤務で応援体制をとっていました。

主な仕事は病棟、外来患者様の上下部消化管内視鏡検査をはじめ消化器・循環器・呼吸器、各検査の介助。2007年より経鼻内視鏡、カプセル内視鏡、ESSD(内視鏡的胃・十二指腸早期悪性腫瘍粘膜下層剥離術)、RFA(ラジオ波焼灼術)が始まり、年々新しい検査が導入されることで内視鏡D1、スタッフも増員され、知識・技術向上のため勉強会や研修会に参加し頑張っています。

患者様にとっては内視鏡検査は辛く、決して楽な検査ではないので、私たちスタッフは患者様を側で支え安心して検査ができるよう心がけています。その甲斐があつて患者様から「看護師さんに肩を支えてもらうから」看護師さんに肩を支えてもらうから「検査ができました」と言ってもらえると、その言葉に自分自身も成長させて頂いていると思う瞬間です。

スタッフ一同患者様が安心して検査が受けられる看護ができるよう頑張っていきたいです。



総合上飯田第一病院 内視鏡室
中山 美枝子

病院の ちょっといい話

総合上飯田第一病院
副院長兼呼吸器内科部長
佐々木 智康

この原稿を書いている今は2月下旬で空は春めくが風は冷たい。呼吸器を患う人が増え見知った顔が消える事も有る寒い時期は気持ちも落ち込む。音楽絵画といった美しい物や時には勉強でも気持ちも紛らわすが、それでは足らず状況が落ち着く春を待ち暖かい南の島へ飛び方もいた。

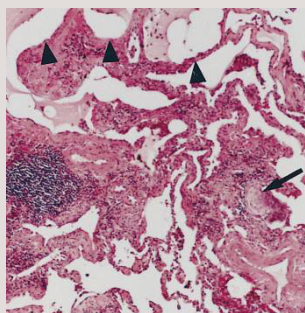
閑話休題、学問上、発見者は尊重され初出論文の記述は繰り返し見直される。認められた後の提唱者による総説も広く読まれ、どちらも執筆に力が入る。新疾患の場合は、その特徴的所見が見て取れるえりぬぎの内臓の病理標本がカラーで掲載されることが多い。

以前そうした論文を、自分しか見ないのを良い事に図書室から借り手元に置き放しにしていた事があった。教育用に供覧するのにカラー写真が雑誌を直接見せるしかない時代の事で、さすがに転勤の折には返却した。

その雑誌は当院でも講読しており今はインターネットから全文が入手できる。先日他の調べ物の際に思いついて探してみたら、その論文が見つかり懐かしく眺めたことだが、カラーの図表を含め全文がなんと無料で閲覧保存出来る様になっていた。発表は少し前だが今もよく引用される論文が容易に入手出来るのは良い時代になったものだ。

久しぶりにモニターに映し出された論文を読み、何よりカラーの病理標本に見入った。気がつくとも半時間が過ぎており、随分気持ちが穏やかに落ち着いていた。

どうも南の島へ行く必要が有りそう。



Katzenstein AA Am J Respir Crit Care Med 1998;157

歯科衛生士 訪問



当病院に歯科はありませんが、入院患者様の口腔ケアを主に行っています。高齢者の誤嚥性肺炎が指摘されるようになり、口腔ケアの重要性を痛感しています。特に、食事が摂れなくなった方は、口腔の機能が低下するため、より重要になります。食べないとお口は汚れないと思われがちですが、逆に汚れやすくなることをご自身やご家族に指導しています。この他には、糖尿病教室、母親教室、0歳児の母子を対象としたYYサークルで、集団保健指導を行っています。今後は、地域連携室を通して、口腔ケアの重要性を地域の方々に啓蒙していきたいと思っています。口は健康への入口です。口腔のスペシャリストとしてそれぞれのライフステージに適した“健口”を支援していきたいと思っています。



みなさまからのご意見箱

当院では「みなさまの声」(アンケート)をいただき、より良い医療環境を目指していきます。

携帯電話の使用場所がわかりにくい。病室での使用は良いのですか。というご意見をいくつか頂きました。

病院内で携帯電話をご使用頂ける場所は、南館(病棟)は、【1階フロアー】、【8階フロアー】、【各階デイルーム】、及び、【各階個室】でのご使用が可能です。

北館(外来棟)は、3階栄養相談室廊下の奥に『指定場所』を設けてありますのでご利用下さい。

他の患者様や医療機器への影響を避けるため、ご協力をお願いします。

外来担当医表

<http://www.kamiida-hp.jp> TEL052-991-3111(代)

※平成22年6月12日現在の表となります。変更になることもございますのでご了承下さい。

科名	受付時間	診療開始時間	月	火	水	木	金	土
一般内科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	☆交代制	☆交代制	☆交代制	☆交代制	☆脇田☆交代制	☆交代制
循環器内科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	神谷裕	磯部	多湖	安藤	磯部	交代制 (第2・4週のみ)
	午後 1:00~ 3:30	午後 1:30~			竹下			
消化器内科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	城 小田切	村居 小栗	城	村居 小田切	小栗	☆交代制
呼吸器内科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	佐々木智	☆長谷	☆富田	佐々木智	☆菅沼(受付11:00まで)	☆日比野
禁煙外来	午後 1:30~ 3:30	午後 2:00~			佐々木智			
腎臓内科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~			竹澤		加藤悠	
	午後 1:00~ 3:30	午後 1:30~				三浦直		
神経内科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	中村	松尾	鈴木啓	濱田	橋詰	
	午後 1:30~ 3:30	午後 2:00~				千田		
旅行医学	午後 1:30~ 3:30	午後 2:00~		濱田				
糖尿病内科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~		山本	小澤由	山田	山本	渡邊
	午後 1:30~ 3:30	午後 2:00~	山本(第2・4週)					
外科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	佐々木英 窪田 岡島	加藤万 杉浦友	山口 窪田 岡島	佐々木英 加藤万 窪田	山口 雄谷	交代制
大腸専門	午後 1:30~ 3:30	午後 2:00~				加藤知	加藤知	
乳腺・甲状腺外科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	窪田(乳)	加藤万(乳・甲)	窪田(乳)	加藤万(乳・甲)		
	午後 1:30~ 4:00	午後 2:00~	三浦重(乳)		加藤万(乳・甲) 窪田(乳)			
血管外科	午後 1:00~ 3:00	午後 1:30~					城所	
整形外科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	小松 今釜 加藤大 ☆犬飼	片岡祐 酒井(9:30~) ☆大野 小松 丸山	良田 佐藤 村本 ☆丸山	片岡祐 ☆浦川 筑紫(9:30~) 小松	良田 佐藤 光山 ☆濱田	☆交代制 ☆交代制 (脊髄)
膝・肩・スポーツ	午後 1:30~ 3:30	午後 2:00~	大島・今釜(脊髄)			良田(1週)・小松(3週)	大島	
皮膚科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	野尻	竹尾	野尻	野尻	野尻	野尻
泌尿器科	午前 8:30~11:30	午前 9:00~	井村・郡(月1回)	井村	戸澤	林	井村	交代制
脳神経外科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	当面の間、休診させていただきます。					
ペインクリニック外科	午前 8:30~11:30	午前 9:00~		山田満			坪井	
小児科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	☆後藤 ☆朴	鳥居新 (アレルギー) ☆後藤 ☆朴	☆後藤	☆後藤 ☆朴	☆早川昌 ☆朴	後藤 (ワクチン) 朴
	午後 1:30~ 4:30	午後 2:00~	後藤	鳥居新 (アレルギー)	早川知 (小児発達相談) 後藤		後藤	
産婦人科	午前 8:30~11:45	午前 9:00~	那波 高橋	後藤真	徳橋 小澤明	眞鍋て	徳橋 小澤明	交代制
耳鼻いんこう科	午前 8:30~11:45 (※水曜日は11:00まで)	午前 9:00~	久野	久野	片岡麻 (久野)	久野	久野	小出(1・3・5週) 増田(2・4週) (久野)
物忘れ評価外来	午前 8:30~11:30	午前 9:00~	鵜飼		鵜飼			
	午後 1:00~ 3:30	午後 2:00~	鵜飼(初診のみ)		鵜飼(初診のみ)			
眼科	午前 8:30~11:30	午前 9:00~	古川 ☆大曾根 ☆橋本	古川 ☆大曾根 澤 ☆橋本	澤 ☆杉谷 ☆大橋	古川 ☆大曾根 ☆橋本	古川 ☆大曾根 ☆植田 ☆橋本	☆交代制 (1診のみ 9:30~) ※紹介・予約のみ

※外来担当医の変更や休診などはホームページでご確認下さい。〈ホームページのアドレス〉<http://www.kamiida-hp.jp>

※当院は予約診察を行っております。(予約診察医師以外の医師には、☆印が付いております。)

※ペインクリニック以外の午前診療の初診受付時間は午前11時30分までとなっております。

事業所紹介

愛生会看護専門学校

2011年度生募集

多様化する社会、患者・家族のニーズに対応できる専門的能力を備え、地域に貢献できる看護師を育成します。

専門的知識や技術はもちろん、人として大切な感受性や思いやりの心を育み、学生の個性と自立性を尊重し熱意を持って教育をしています。

応募資格 高等学校を卒業した者及び卒業見込み者

募集人員 30名

入学試験 試験科目／現代国語、数学I、英語、
適性検査、面接試験

推薦入試／22年11月10日

一般入試／23年 2月 1日、2日



オープンキャンパスのご案内

第1回 7月31日(土) 10:00～12:30

第2回 8月27日(金) 10:00～12:30

第3回 9月 4日(土) 10:00～12:30

・看護技術の授業体験・在校生との交流会など行います。
お友達や家族の方とは是非一緒にお越し下さい。

お知らせ 2010年7月～9月の行事

「糖尿病教室」	日時／毎月第2木曜日 10:30～12:30 場所／総合上飯田第一病院南館8階 会議室 講演／総合上飯田第一病院医師・管理栄養士・理学療法士	内容／糖尿病について、医療面、食事面、運動面の3つの方向から考えます。
「母乳教室」	日時／毎月第4水曜日 13:30～15:00	場所／総合上飯田第一病院 南館8階 会議室 講師／助産師による指導 ※詳しくは北館2階産婦人科受付まで
「マタニティヨーガ教室」	日時／毎週火曜日 14:00～16:00	
「母親教室」	日時／毎月第1・3水曜日 13:30～15:30	
「ファミリークラス」	日時／毎月第1土曜日 13:30～15:30	

医療法人 愛生会

理念 信頼され愛される病院

医療法人愛生会 総合上飯田第一病院

●健診センター(半日 ドック) ●各種健康診断・企業健診
●急患の方は24時間、随時受付いたします。

〒462-0802 名古屋市北区上飯田北町2丁目70番地
TEL (052) 991-3111 FAX (052) 981-6879
ホームページ: <http://www.kamiida-hp.jp>
E-mail: infor@kamiida-hp.jp

医療法人愛生会 上飯田リハビリテーション病院

回復期リハビリテーション病棟 ●通所リハビリテーション
〒462-0802 名古屋市北区上飯田北町3丁目57番地
TEL (052) 916-3681 FAX (052) 991-3112
ホームページ: <http://www.kami2-hp.jp>

医療法人愛生会 上飯田クリニック

〒462-0802 名古屋市北区上飯田北町1丁目76番地
TEL (052) 914-3387 FAX (052) 911-4866

愛生訪問看護ステーション

〒462-0808 名古屋市北区上飯田通2丁目37番地 CKビル1階
TEL (052) 991-3210 FAX (052) 991-3210

あいせいデイサービスセンター

〒462-0808 名古屋市北区上飯田通2丁目37番地 CKビル2階
TEL (052) 991-3548 FAX (052) 991-3539

愛生居宅介護支援事業所

〒462-0808 名古屋市北区上飯田通2丁目37番地 CKビル3階
TEL (052) 991-3546 FAX (052) 991-3539

愛生会看護専門学校

〒462-0011 名古屋市北区五反田町110-1
TEL (052) 901-5101 FAX (052) 901-5101
ホームページ: <http://www.ngy.1st.ne.jp/~ai-kango>
E-mail: ai-kango@ngy.1st.ne.jp

名古屋市北区東部地域包括支援センター

〒462-0808 名古屋市北区上飯田通2丁目37番地 CKビル1階
TEL (052) 991-5432 FAX (052) 991-3501

愛生会本部

〒462-0808 名古屋市北区上飯田通2丁目37番地
TEL (052) 914-7071 FAX (052) 991-3543
ホームページ: <http://www.aiseikai-hc.or.jp>
E-mail: aiseikai@kamiida-hp.jp