



丘のこ 風鈴



日本鋼管福山病院情報誌

2025 Spring

84

<https://www.nkfh.or.jp>



2025 年度
新入職員のみなさん



コウカ
ちゃん



ごあいさつ

2025年度が始まりました。
私は本年4月1日から理事
長・病院長に就任いたしました。

新型コロナウイルス感染症が感
染症法上5類に移行してほぼ2
年が経ちました。日常生活は取
り戻したものの感染力自体は衰
えておらず、生活と制約のバラ
ンスを考えての対策はまた違っ
た難しさがございます。

世界は、戦争、異常気象や自
然災害、そしてトランプ大統領
に振り回されるなど、平穩・安
泰な日が続くことは無いよう
です。しかし、平家物語は「諸行
無常」を説き、方丈記は、ゆく
河の流れがもとの水やうたかた
の久しくとどまっていけない様子
に例えており、今に特有なもの
ではないのでしょうか。

今後、少子高齢化社会・人口
減少は必ず訪れます。予想外の
希望的観測はありません。

これまで以上に社会や住民の
方々のニーズに真に応えるとい
うことを、具体的なアクション
を変革させながら提供していき
たいと思います。

医師の働き方改革は、旧来の
救急医療体制と矛盾するもので
はありますが、院内の機微な協
力体制と、近隣地区の住民の皆
様方のご理解・ご協力により、
一昨年よりも応需能力は改善し
ています。福山・府中地区はも
とより、岡山県西部においても
さらに対応させていただく所存
です。

日頃からの健康管理、疾病や
その悪化の早期発見・早期対応、
安全での確な治療、退院後の
フォロー、健康寿命の延伸への
追求はぶれることはありません。
我々職員一同、一枚岩になって
邁進してまいります。よろしく
お願いいたします。

理事長・病院長 内田陽一郎

病院理念

私たちは誠意と思いやりを持ち、'最幸の医療'を提供します。

基本方針

- 1 患者中心で安全最優先の医療を実践します。
- 2 医療の質の絶え間ない向上と
人間性豊かな医療人の育成に努めます。
- 3 地域から信頼され、職員が誇りを持ち、
幸せに働ける病院を目指します。
- 4 地域とともに支え合い、高め合う医療連携を図ります。
- 5 働く人々、地域に暮らす人々の健康増進に貢献します。

84号*INDEX

- P1 病院からのお知らせ・理念と基本方針
- P2・3 外来診療表
- P4 薬の豆知識
- P5・6 Q&A「四十肩・五十肩」
- P7 乳腺外科だより
- P8 ナースこんにちは
- P9・10 健康ノート「CKD（慢性腎臓病）」
- P11 病院を「陰」で支えるすごい人
- P12 私、これにはまっています
- P13 看護部紹介
- P14 行事報告・読者コーナー
- P15 クイズ・編集後記



日本鋼管福山病院 外来診療表

(2025年5月10日現在)

診療受付時間 午前 8:30～11:30 (※初診受付 整形外科 10:30 まで
眼科 木曜は10:30まで)
午後 13:00～15:00 (※歯科 16:30 まで)

総合案内 084-945-3106
予約専用 084-945-4198

※**専門外来(予約制)**は専門外来ごとに受付時間が異なりますので、円滑に受診していただくため、前日までの電話予約をお願いします。

	月		火		水		木		金	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内 科	奥野 日野 吉田(敬) 岡崎(恭)	竹井 石木	持田 奥野 寺崎 石木	石木	奥野 日野 石木	吉田(敬)	石木 小池	持田 小池 13:30～15:00	持田 竹井 石木	寺崎 石木 小池 13:30～15:00
			リウマチ・ 膠原病 藤田 第1・3・5週 池田 第2・4週		内分泌 甲状腺 岡崎(恭)	内分泌 甲状腺 岡崎(恭) 13:30～14:45 腎臓病 奥野 13:30～15:00	漢方 和田	循環器内科 吉田(雅)	リウマチ・ 膠原病 池田 第1・3・5週 中野 第2・4週	
消化器内科	武 寺崎 持田 松本	—	武 竹井 日野 塚本(哲) 佐藤	—	武 寺崎 竹井 持田	—	武 竹井 神原 梶谷	—	武 日野 小池 青山	—
糖尿病内科	—	—	箱田 箱田 13:30～15:00	箱田 13:30～15:00	—	—	箱田	—	箱田	—
			糖尿病 特定看護師 岡崎(眞)	糖尿病 特定看護師 岡崎(眞) 13:30～14:45			糖尿病 特定看護師 岡崎(眞)		糖尿病 特定看護師 岡崎(眞)	
腎臓内科	—	—	—	—	—	—	和田	—	—	—

※最新情報はホームページをご参照ください。(ホームページ www.nkfh.or.jp)

※各診療日の担当医師は学会出張や異動などにより、変更させていただく場合がありますので、ご了承ください。





日本鋼管福山病院 外来診療表

(2025年4月1日現在)

診療受付時間 午前 8:30～11:30 (※初診受付 整形外科 10:30 まで
眼科 木曜は10:30まで)
午後 13:00～15:00 (※歯科 16:30 まで)

総合案内 084-945-3106
予約専用 084-945-4198

※ **専門外来(予約制)** は専門外来ごとに受付時間が異なりますので、円滑に受診していただくため、前日までの電話予約をお願いします。

	月		火		水		木		金	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
外 科	浜田 9:00～11:00 塚本(暫)	—	森木 神原	肛門 松本 13:30～15:00	神原	—	渡邊 松本	—	森木	—
乳腺外科	藤井	藤井	藤井	藤井	藤井	—	藤井	藤井	藤井	藤井
整形外科	内田 宇津 金子 井谷	予約再診 担当医	河部 石田 井谷	予約再診 担当医	金子 宇津 加藤	予約再診 担当医	内田 石田 河部	予約再診 担当医	金子 井谷	予約再診 担当医
		スポーツ整形 高原 13:30～16:00 		加藤 12:00～15:00 スポーツ整形 (肩肘) 加藤 12:00～15:00 16:00～18:00		リウマチ 高原 13:30～15:00				
泌尿器科	荒木	荒木	—	—	—	—	渡部	渡部	—	— 
眼 科	塚本(真) 9:00～11:00	—	塚本(真)	—	塚本(真) 9:00～11:00	—	塚本(真) 9:00～11:00	—	塚本(真)	—
皮 膚 科	—	—	担当医	—	—	—	—	—	担当医	—
歯 科	永原 10:30～	永原	永原 10:30～	永原	永原 10:30～	永原	永原 10:30～	永原	永原 10:30～	永原
人間ドック	月曜日～金曜日(午前中) 完全予約制ですので、事前にお問い合わせ・ご予約をお願いいたします。									

※最新情報はホームページをご参照ください。(ホームページ www.nkfh.or.jp)

※各診療日の担当医師は学会出張や異動などにより、変更させていただく場合がありますので、ご了承ください。

アレルギーの薬について



薬剤科

美藤花奈

私たちの体には、病気を引き起こす異物(例えばウイルスや細菌など)から体を守る「免疫」という仕組みがあります。この仕組みが特定の物質(花粉や食物など)に対して過剰に反応し、体に症状が引き起こされることを「アレルギー反応」といいます。



アレルギー反応には、ヒスタミンと呼ばれる物質が関わっています。ヒスタミンが過剰に働くと鼻水や目のかゆみなどのアレルギー症状が現れます。これを防ぐ薬が抗ヒスタミン薬です。今回は、アレルギー治療でよく処方される抗ヒスタミン薬についてお伝えします。

● 第一世代抗ヒスタミン薬

最初に開発されたのが第一世代抗ヒスタミン薬です。脳への影響が大きく、強い眠気が出やすかったり、

口渇や便秘、排尿困難などの副作用がみられる場合があります。そのため、使用頻度は減ってきていますが、速効性に優れているため、あえて選択する場合もあります。

当院では、レスタミンコーワ錠、セレスタミン配合錠を採用しています。

● 第二世代抗ヒスタミン薬

第一世代抗ヒスタミン薬の問題を解決するため、第二世代抗ヒスタミン薬が開発されました。こちらは眠気も少なく、治療効果や持続時間が優れているといえます。最近では第二世代抗ヒスタミン薬が主流となっています。

当院では、フェキソフェナジン錠、エピナスチン錠、オロパタジンOD錠、ビラノアOD錠などを採用しています。



フェキソフェナジン錠



● 外用薬

抗ヒスタミン薬は、内服薬だけではなく、外用薬としても使用されます。点眼薬や最近では眼^{がんけん}瞼クリームも発売されました。

眼瞼^{がんけん}クリームは、まぶたに塗るだけで良く、点眼が難しい方や、コンタクトレンズを使用している方でも使いやすい薬です。

当院では、アレジオンLX点眼液、パタノール点眼液、リボスチン点眼液、アレジオン眼瞼^{がんけん}クリームを採用しています。

薬の効き方や副作用は個人差があります。眠気が強く出る方もいるため、車の運転に制限がかかる薬もあります。気になることがあれば医師または薬剤師にご相談ください。



アレジオン眼瞼クリーム



Q & A

四十肩・五十肩

リハビリテーション科 砂田凌吾

Q1. 四十肩・五十肩はどんな病気？

A. 四十肩・五十肩は、明らかな誘因がなく、それぞれの年齢時期に発症し、疼痛を伴いながら次第に肩関節可動域制限を示す病気です。近年では、「凍結肩」と呼ばれています。また、同義語として肩関節周囲炎や癒着性関節包炎があります。

凍結肩は、その症状により炎症期、拘縮期、回復期に分類されます。まず炎症期は、疼痛が主体で徐々に関節可動域制限が進行する時期です。その後、関節可動域制限が主体となる拘縮期が訪れます。その後に、疼痛と関節可動域制限が徐々に軽減する回復期が訪れます。多くの場合は、改善するまでに約1年半から2年程度の期間を有し、自然寛解します。

しかし、大規模な研究では、発症後7年経過した方のうち、35％50％に痛みが残存していることが報告されています。また別の研究

では、50％は完全に回復し、35％は疼痛や関節可動域制限が残存し、6％は重篤な疼痛や関節可動域制限が長期間残存したと報告されています。

以上のことから、自然寛解することもあります。疼痛や関節可動域制限が遷延化・難治化する場合もある疾患であることが分かります。

Q2. どんな人になりやすい？

A. 40～60歳代の女性に好発し、全人口の2～5％に発症しています。罹患側は非利き側が多く、20％の確率で両側に発症するという特徴があります。糖尿病、肩関節術後、甲状腺疾患、高脂血症、デスクワーク等の職業も関連因子として挙げられます。

Q3. どのように治療するの？

A. リハビリテーションに関しては、主治医の指示に従い、病期に合わせてプログラムを組み立てる

必要があります。

炎症期は、痛みとそれを回避するために起こる防御性収縮の緩和が治療の目的となります。リラクゼーションや就寝時のポジショニングなどを行います。炎症症状が強いため炎症が悪化するような関節可動域運動は避け、愛護的に行います。

睡眠時の肩ポジショニング

上向き



タオルなどを敷いて腕を上げる

横向き



抱き枕やタオルを挟んで腕を安定させ、痛い肩は下にしない

凍結肩に対する可動域訓練の一例

● 屈曲運動

仰向けに寝て、痛みが出る方の手首を持ち、頭上に伸ばします。



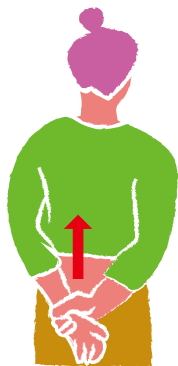
● コッドマン体操

前屈位をとり、腕の力を抜いて体幹を揺り動かすことで腕が振り子のように前後・左右・円を描くように動かします。



● 内旋運動

背中の方で痛みが出る方の手首を持ち、背骨に沿って引き上げます。



拘縮期は、肩関節周囲筋の筋萎縮を防止することが目的となります。筋肉の緊張や痛みに応じて、肩関節の運動を進めていきます。そして回復期には痛みや筋機能の改善にあわせて、肩関節の運動の負荷量や動かす範囲を増やしていきます。

リハビリを行っても痛みや関節可動域がよくなる難治例に対

しては手術が行われる場合もあります。

Q4. 予防する方法はある？

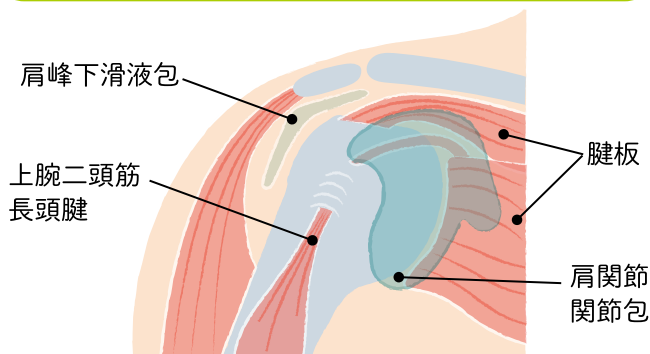
A. 肩関節の動きを悪くしないために、毎日1回でも良いのでバンザイのような形で腕を上上げる運動を行いましょう。肩関節の可動域を大きく動かすことで、関節

包が伸縮します。関節包内には骨の運動を円滑にする関節液が貯留しています。



予防法についてはまだ確立したものがあられるわけではありませんが、肩関節の可動域を悪くしないために、運動を行うことが大切だと考えられます。

肩の構造



病理検査でわかること

乳腺外科部長 藤井清香

「病理検査」という言葉は聞き慣れないと思います。「病理検査」とは、患者さんのからだから採取された組織や細胞を染色し、顕微鏡で観察する検査のことです。その結果を「病理診断」といいます。病理検査は病理医が担当しています。乳腺診療で病理検査が行われる場合は、大きく2つに分けられます。1つは、悪性（がん）か良性かを判断する場合、もう1つは乳がんと診断された後に、乳がんの性質や、ひろがり・進行度を診断する場合があります。

乳がんの手術後の病理検査では、①組織型、②大きさ、③リンパ節転移、④脈管侵襲、⑤がん細胞の悪性度、⑥ホルモン受容体、⑦HER2、⑧がん細胞の増殖能（Ki67）などを調べます。

①組織型は、大きく非浸潤がんと浸潤がんとに分けられます。非浸潤がんはがん細胞が乳管・小葉のなかにとどまる乳が

んで、適切な治療を行えば、転移や再発をすることはほとんどありません。浸潤がんは乳管・小葉の周囲に広がった乳がん、転移や再発をする危険があります。浸潤がんは浸潤性乳管がんと特殊型（浸潤性小葉がん、粘液がんなど）に分類されます。

④脈管侵襲とは、がん周囲の血管やリンパ管の中にがん細胞がみられることをいいます。脈管侵襲が確認されると、転移・再発するリスクが高くなります。

⑤がん細胞の悪性度とは、簡単に言うのがん細胞の顔つきのことです。グレード1〜3の3段階に分けます。悪性度が高いと転移・再発のリスクが高くなります。

⑥ホルモン受容体とは、エストロゲン受容体とプロゲステロン受容体のことで、このどちらかが陽性であれば「ホルモン受容体陽性乳がん」といいます。

ホルモン受容体陽性乳がんではホルモン療法が有効です。

⑦HER2は、ヒト表皮成長因子受容体2型の略です。HER2タンパクが細胞表面に過剰に発現しているがんや、HER2遺伝子が増幅しているがんを「HER2陽性乳がん」といいます。HER2陽性乳がんは悪性度が高くて細胞が増殖しやすい、転移・再発の危険性が高いことが知られていますが、トラスツズマブなどの新薬が開発され、予後が大幅に改善しました。

この術後の病理検査結果で再発の危険性を予測し、全身状態や治療に対する希望や意向などを考慮して術後の薬物療法を決定します。





趣味も仕事も全力で！操縦感がたまらないMT車

私と愛車

南5病棟 藤元有紗

私の趣味は車の運転です。驚かれることも多いですが、私の愛車はトヨタの86というクーペのスポーツカーで6速MT車です！クラッチを踏む度に自分で車を動かしている感覚がたまらないです。MT車の運転を始めてまだ1年程度ですが、日々MT車の運転の楽しさを噛みしめて通勤しています。

元々私は車にそこまでの興味は無く、「タイヤが4つ付いていたら良い」程度の認識でした。両親は車好きだったため、母に誘われ、スポーツカーのイベントに行きました。そこで真つ赤なMTのスポーツカーに出会いました。一目見て「かっこいいー」と思い、担当の方がシフトチェンジをしていく姿を見て「私も絶対MT車に乗りたい！」と強く思いました。それからすぐに家族の反対を押し切ってAT

限定解除をし、ローンでMT車を購入しました(笑)。ここまできると家族全員「血は争えないな」と呆れて笑ってくれました。

鋼管病院には同じ車の趣味を持った同僚が何人かいます。その中には私と同じ女の子もおり、皆で集まってドライブしたりと仕事終わりや休みの日などは楽しく過ごしています。

最近ではサーキットデビューもしました！ヘルメットを被って速度無制限のコースを運転するのは心臓が飛び出るほど緊張しましたが、その分楽しさもありました。

今回の記事でスポーツカーやMT車に少しでも興味を持つていただけたら嬉しいです。これからも仕事はもちろん、趣味にも全力で頑張っていきたいです。



トヨタ 86 仲間の愛車たち



藤元さんと愛車

CKD(慢性腎臓病)

腎臓内科部長・透析センター長

和田健太郎

わが国のCKDの現状

わが国では高齢化をはじめとする様々な要因で、末期腎不全患者が増加しており、腎代替療法(血液透析・腹膜透析・腎移植)のうち、血液透析を行う患者の割合が非常に高いのが特徴です。透析患者数は約35万人に達し、高齢化が進んでおり、特に70歳以上の患者の増加が主因です。原疾患では慢性糸球体腎炎(第2位)が減少し、腎硬化症(第3位)が増加しています。以前より第1位の糖尿病と合わせ、心血管系合併症のある患者さんが増えています。

透析治療では尿の産生・体液量の管理・溶質排泄の機能をサポート(代替)しますが、腎臓の働きを完全には補えません。そのためCKD保存期(透析導入となる前の時期)を経て、透析導入後も食事療法(食塩制限・

リン管理)、生活習慣の改善、飲水制限が必要です。

また、腎臓の内分泌機能としてのエリスロポエチンの産生低下には、赤血球造血因子刺激剤や、低酸素誘導因子プロリン水酸化酵素(HIF-PH)阻害薬が使用されます。透析患者では鉄欠乏の合併も多いため、必要に応じて鉄補充も行われます。更に、腎臓からのリン排泄低下による高リン血症、それに関連する副甲状腺ホルモン(PTH)やFGF23の上昇、ビタミンDの活性化障害などにより、末期腎不全、特に透析患者さんは骨・ミネラル代謝異常(CKD-MBD)に陥りやすいとされます。体内へのリンの貯留は異所性石灰化の進行などに影響し、問題となります。リンは食事中的たんぱく質に多く含まれますが、たんぱく質自体は不可欠な栄養素です。そのため、食事由来の

リンと結合し、吸収を抑えるリン吸着薬の投与が多くの患者さんに必要とされます。

CKD保存期および透析患者の高齢化に伴い、フレイル・サルコペニア(虚弱・筋肉減少症)、低栄養や消耗状態の患者さんが多くみられます。低栄養・消耗状態は生命予後やQOL(生活の質)、健康寿命にも影響するため、食事改善や運動療法が推奨されますが、いまだに西洋医学的な根本治療がなく、漢方治療の可能性が注目されています。

CKDと漢方治療

長らくCKDには治療法がないといわれてきましたが、近年、腎臓専門医による適切な薬物療法により、CKD進行の抑制が可能になっていきます。CKD治療では原疾患への特異的治療とCKD全般に共通する標準治療が行われます。

CKD全般に対する薬物療法では、RAS系阻害薬を中心とした降圧薬による血圧とたんぱく尿の管理が基本です。近年、糖尿病治療薬の1つであるSGLT2阻害薬が、血糖管理とは独立して心・腎保護作用をもつことが大規模臨床試験で示されました。それにより、非糖尿病のCKD治療にも使用可能となりました。

その他に、合併症としての水・電解質・酸塩基平衡、尿酸・脂質異常症、腎性貧血、CKDに伴う骨・ミネラル代謝異常（CKD-MBD）に対する治療も必要です。CKDは、透析を要するような末期腎不全への進行や心血管疾患の合併リスクが大きいという問題があります。以上から、透析導入後はもちろん、保存期CKDの段階から、様々な合併症に対する全身のケア・マネジメントが重要な課題となります。このような合併症に対しては、従来の西洋医学的な治療だけでは解決できないケースが多数存在し、限界があります。一方で、

漢方薬を始めとする東洋医学的な治療で解決可能なケースも多く存在します。漢方診療では、個々の患者の体質・体力に応じて処方が行われ、体力の低下した高齢者やCKD患者さんにも安全に使用できます。医療現場で問題となっているフレイル・サルコペニアに対しても、「補腎剤」や「補気剤」と呼ばれる漢方薬が効果を発揮することを私は学会や著書で発表してきました（左囲み参照）。漢方製剤の代

CKD保存期&透析患者さんに漢方薬を用いる意義について

- 西洋医学的に考えられる治療を行うも効果が不十分、または治療法がない場合でも、漢方薬が奏功することもあります。
- 漢方医学では全身の様々な症状を「証」として捉えて処方するため、処方数を最小限に抑えることが可能です（ポリファーマシー対策）。
- 体力の低下した高齢の保存期CKD&透析患者さん（虚証・

表例として、補腎剤には八味地黄丸や牛車腎気丸が、補気剤には補中益気湯や六君子湯があります。漢方薬が使用され始めた「傷寒論」の後漢時代には透析治療は存在しなかったわけですが、現代医学の透析療法や薬物療法を標準治療として活用した上で、古の叡智である漢方薬を活かした両者の「いいところ取り」となるような治療を私は提唱しています。

腎虚）に対しても、漢方薬は安全に使用できます。（しかし、漢方薬も「薬」なので、リスクがゼロというわけではありません。）

- CKD&透析患者さんで問題となっているサルコペニア・フレイルに対しては、補腎剤（牛車腎気丸・八味地黄丸など）や、補気剤（補中益気湯・六君子湯など）の投与を考慮します。

（和田健太郎著「フローチャート慢性腎臓病漢方薬・新興医学出版社2022年」より引用・一部改変）

病院を「陰」で支えるすごい人

⑬

医局秘書

藤井真由美さん



藤井さんは、医局秘書としても明るく朗らかに、周囲を照らしている存在です。いつも笑顔絶やさず「縁の下の力持ち」として、先生方をサポートしています。

予定管理や面談の調整、書類の提出管理に至るまで、どんなことでも藤井さんの手にかかると思わずに進んでいきます。

藤井さんのすごいところは、卓越したコミュニケーション力です。先生方の個性や仕事量を把握し、常に物事が一番スムーズに進むように配慮されています。藤井

さんは、先生がお疲れの時にも、再び笑顔で診療現場に戻れるように気配りをしています。まさにAIにはできない人間力です。

ある職員から聞いたエピソードです。ある日、藤井さんは他部署から依頼され、ある先生に大切な書類の催促をしなければなりません。しかし、先生は書類を受け取ったことを忘れて、「受け取っていない!」とご立腹。そこで藤井さんは、先生の手元で埋もれていた書類に先生が自然に気付くよう、ちょっとした工夫を施し

ました。その結果、無事に締め切りに間に合いました。藤井さんは決して先生を責めることなく、穏やかな方法でこの難局を乗り切ったのです。

また、藤井さんは外来診療や手術の合間に、医局内の休憩スペースを整え、先生方がリフレッシュできる環境を作っています。「楽しんでやるのが一番」といつも明るく話す藤井さんの姿は、周囲に元気を与え、先生方にとっても欠かせない存在です。

総務人事室 森本朋美



アポイントの調整も欠かせません



「仕事は楽しく」と藤井さん



書類を確認。一つひとつ着実に

前職にいた2013年春、職場の懇親会の余興に、数週間の練習だけで加山雄三さんの「お嫁においで」を弾き語りしたことが、ウクレレを始めたきっかけです。既にウクレレ歴12年、YouTubeも始めて10年になります。チャンネルは、すぐにバズって世界に注目されるはずでしたが、いまだフォロワー60数名と、ロコミで地道にフォローをお願いしています。

家族からは「21時以降ウクレレ禁止!!」とよく注意されます。2022年に当院に着任してからは、家族と離れた单身生活となり、自由に演奏し、メンテナンスタリ、時にはうっとり眺めたり。單身寮は、さながらウクレレの秘密基地といったところです。

ハワイの伝統ブランド、カマカ社のコンサートウクレレ(2019年製)は、高価でしたが勇気を出して購入しました。その後、義理の母からその年式違い(2007年製)を譲り受けました。この2本が私の最も自慢できるコレクションです。ハワイアンブランド、コアロハ社のソプラノ廉価版と、日本製フェイマス社のソプラノは、普段使っています。

夏・砂浜・
ハワイな
どを連想
させる

私、これに
はまっています

生涯の友は8本!心癒される音色に夢中!

ウクレレ

事務局長 久保田 茂

オブジェにもなり、秘密基地には現在8本を所有し、多くを陳列しています。

ギターより小さなウクレレは、演奏が簡単で初心者、手の小さな女性、お子様にもおすすめです。持ち運びが容易で、アウトドアやバーベキューにもピッタリ。

瀬戸内海のゆったりとした波音に、ウクレレのコロコロとした音色。心癒されること間違いなし! 当然、終身の趣味としてこれからも楽しんでいきます。

自宅のウクレレ
コレクション



YouTubeで 久保田茂ウクレレ 検索





看



護



部



紹



介



西3病棟 「高齢患者さんの スキンケア」

看護師

石井千春

西3病棟の患者さんは高齢者が多く、ベッド上での生活が主体となる状態で入院されます。そのため皮膚トラブル発生のリスクが高いといわれています。患者さんの中には、皮膚の乾燥による落屑（皮膚が乾燥したり炎症を起こしたりした際に、角質が剥がれ落ちる現象）や掻き傷、オムツ着用によるかぶれや表皮剥離などのスキンントラブルが発生することも少なくありません。また、手術する部位がオムツ着用部位と近い場合、皮膚状態が悪化していると手術が延期となることもあります。皮膚の正常な機能を良好に保つことは損傷した皮膚の治癒を促進します。皮膚の機能を正常に働か

スキンケアの基本

保湿

洗浄
清潔

保護

傷があっても傷がなくても、肌トラブルを予防する場合でも、スキンケアの基本はこの3つです。



せることで体温調節や免疫機能の正常化、感染リスクの軽減にも繋がります。また、皮膚の乾燥による痒みや傷は不眠やイライラ感を引き起こし、精神的ストレスとなります。

西3病棟スタッフは、高齢患者さんの入院中の皮膚トラブル予防、手術の延期予防のためにも、患者さんのスキンケアに取り組んでいます。スキンケアの基本である「保湿・保湿・保護」について勉強会を行い、日々のケアにおいて実施していきましました。また、患者さんやご家族にも理解していただけるよう、「保湿剤持参の依頼」「スキンケアの継続依頼」の

パンフレットを作成し、入院時に配布しました。（左写真）



毎日スキンケアを行うことで「痒みが減った」「傷ができなくなった」という声が聞かれるようになり、スタッフからは「オムツかぶれや褥瘡（床ずれ）発生が減った」などの声が聞かれるようになりました。

この取り組みで入院中の皮膚トラブルを予防し、スタッフ自身のスキンケアに対する意識が向上していると感じます。これからも患者さんへのスキンケアを行い、少しでも入院生活中のストレスを軽減していきたいと考えています。

読者コーナー

アロマセラピーの記事が気に入りました。お薦めの香りがあれば教えていただきたいです。



へびとミミズとウナギのイラストが最高に可愛かったです。人間ドックの検診項目についてどんな病気が判明するのか知りたいです(胃カメラ等)。



腸内環境は気になっていたので参考にします。

免疫力を高める5つのポイントが参考になりました。ぜひ実践したいと思います。



☆編集担当より☆
読者の方から「麻酔より看護への信頼 痛みとる」「助けてもらった命 長生きが恩返し」など貴重なお便りがありました。私たち医療従事者にとってはとても有難く、そして気の引き締まる思いで読ませていただきました。患者さんにとって闘病生活はとても大変です。少しでもお支えできるよう日々スタッフ一丸となって取り組んで参ります。今後とも宜しくお願いいたします。

読者コーナーではお寄せいただいたご感想・ご意見を紹介しています。編集の都合上、主旨を変えず文章に手を入れることがあります。皆さまのお便りをお待ちしています。



2月19日(水) 歯科医の永原医師、理学療法士のわたくし松井を講師として全職員に向けたF L S院内研修会を開催しました。当院では2022年よりF L Sガイドラインに基づき、患者さん、ご家族、病院スタッフによる積極的なF L Sに取り組んでいます。F L Sとは、加齢に伴う骨の脆弱性(骨密度低下や骨粗しょう症)により、転倒などで背骨や大腿骨を骨折した患者さんの二次骨折を防ぐための評価・治療を行う取り組みです。永原医師は、骨粗しょう症治療薬による薬剤関連性顎骨骨髄炎・顎骨壊死の最新知見や、定期的な歯科検診の重要性につ

行事報告

F L S院内研修会

2月27日(木)、福山市社会福祉協議会 障がい者基幹相談支援センタークローバーの永井智樹さまを講師としてお招きし、全職員を対象とした虐待防止対策研修会を開催しました。研修会では「障がい者虐待の防止について」をテーマに、障がい者虐待防止法の目的や

虐待防止対策研修会

2月27日(木)、福山市社会福祉協議会 障がい者基幹相談支援センタークローバーの永井智樹さまを講師としてお招きし、全職員を対象とした虐待防止対策研修会を開催しました。研修会では「障がい者虐待の防止について」をテーマに、障がい者虐待防止法の目的や

いて説明しました。また、松井はリハビリ時に考慮すべき骨の機能や骨折の種類、バランス能力の評価、自宅のリフォームによる転倒予防のポイントなどについて説明しました。
寝たきりや自宅での生活が困難になる恐れがあるため、二次骨折を防ぐことが重要です。患者さんやご家族と連携し、治療の継続に取り組んでまいります。
F L S委員会
リハビリテーション科 松井進

福山市の障がい者虐待の現状等をご指導いただきました。
虐待防止の根本にある「自分」がされて嫌なことは他の人にもしない」という考え方。これは人として当然の考え方です。しかし、日々の忙しさやストレスなどで相手を思いやる気持ちをつい忘れがちになってしまいます。
このたびの研修で、虐待を「正解」「間違い」と簡単に割り切って処理するのではなく、被虐待者のみならず虐待者の背景にも目を向け、その気持ちを受け止めながら共に考えることの重要性を学びました。
今後とも関係機関と連携を図り、虐待防止に取り組んでまいります。

地域連携室長 土居照幸



丘の上の風だより

題字：河相霞陽（当院 OG）

84

2025 年 4 月

表紙の写真

【 新入職員のみなさん 】



発行

医療法人社団 日本鋼管福山病院
〒721-0927

広島県福山市大門町津之下 1844 番地

電話 (084)945-3106(代)

FAX(084)945-3564

Eメール info@nkfh.or.jp

ホームページ www.nkfh.or.jp

印刷

(株) 小山オフセット印刷所

電話 (084)922-0280



日本医療機能評価機構
認定第 JC2269-2号

いつもご愛読いただき
ありがとうございます。
今回の丘の上の風だより
は如何でしたでしょうか。
毎回皆様に喜んでいただける内容になる
様に取り組んで参ります。
今後ともよろしく願いたします。

編集後記

透析センター
H



丘の上の風だよりプレゼントクイズ



次の4つのツムラの漢方薬の製品番号の合計数はいくつでしょう。

八味地黄丸 + 牛車腎気丸 + 補中益気湯 + 六君子湯 = ?

3つの中から正解を選んでください。

(A) 196 (B) 198 (C) 2,000

(例：ツムラ葛根湯は1番、ツムラ五苓散は17番なので1+17=18、合計18)



●景品



正解者のうち3名さまに「熱伝導カッサ FACE&BODY」を差し上げます。(当選は景品の発送をもってかえさせていただきます)

●締切

2025 年 7 月 31 日必着

●応募方法

回答用紙を切り取り、当院玄関を入れて右に設置の「クイズ応募ボックス」に投函いただくか、ご郵送ください。

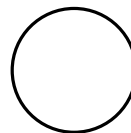
前号 (82 号) の正解
12 匹

ハガキに貼ってご利用ください→



丘の上の風だより 84号

クイズの解答



ご住所 〒

お名前

《小紙のご感想などをお聞かせ
いただけますと励みになります》



〒721-0927

広島県福山市大門町津之下1844番地

日本鋼管福山病院

丘の上の風だより クイズ係