

# NEWS LETTER

医療法人横浜柏堤会 奥沢病院  
平成27年7月号 Vol.216



病院理念：  
私たちは、患者様の意思とプライバシーを  
尊重し、心のこもった質の高い医療サービスを  
提供します。



医師のコラム 小児科 常見 享久  
《夏風邪について》

各部署のコラム  
《スキンケアの基本は洗浄と保湿》  
看護部 褥瘡委員会 木村 孝子

トピックス  
オープンホスピタル  
地域医療連携課 中林 弘裕

奥沢病院の職員一同は患者さま（クライアント）のご意思とプライバシーを尊重します。

- 患者様の意思とプライバシーを尊重した医療
- 苦痛・恐れ・不安の解消に最大限の努力をする事
- 24時間365日の二次救急医療体制
- 周辺の医療機関との密接な医療連携
- 総合診療と特色のある専門外来



## 夏風邪について

小児科 常見 享久

今年は、手足口病の流行が報告されていますが、この時期いわゆる夏風邪として流行する、いくつかの疾患について述べようと思います。

### 1. 手足口病

この疾患は、名前の通り、手、足、口の中に（しばしば、おしりや膝にも）水疱ができる病気です。特に口の中の水疱が破れ、口内炎となって痛みを訴えます。発熱は約1/3に認めます。

コクサッキーA16、A10、エンテロウィルス71などの感染が原因で、3～5日の潜伏期で発病します。

通常、口の中の痛みが強いため、塩味や酸味の強いもの、かたいものは避けた方が良いでしょう（ゼリー、アイスクリーム、さましたおじや、豆腐などがよいでしょう）。水分補給に心がけ、脱水に注意することが必要です。あまりに水分がとれず、脱水症となった場合には点滴が必要となります。

治療法として、特別のものはありません。熱や痛みに対して、いわゆる解熱鎮痛剤を用いる程度です（いわゆる対症療法と言われるものです）。

まれに、髄膜炎、脳炎を合併する時があるので、高熱、強い頭痛、嘔吐を認める場合は受診が必要になります。

回復には約3日から4日程度かかりますが、口の中の痛みは1週間程度かかる場合もあります。主要症状が治まれば、登園、登校してよいと思いますが、便中へのウィルスの排泄は2～4週間ほど続くため、排便時の注意と手洗いはしっかりとしておきましょう。

### 2. ヘルパンギーナ

コクサッキーA群 2、4、5、6、8、10、16などのウィルスによって引き起こされる病気で、2～4日の潜伏期をもって発症します。喉の奥、軟口蓋と言う所に発赤と水疱を作り、水疱が破れ、咽頭痛を訴えたり、唾が飲み込みにくいため、よだれが増えたりします。38～40℃の発熱（1～3日間）を伴うことも多く、自宅でのケアや治療は手足口病と同様、対症療法です。こまめに水分補給することで脱水を防ぐことが重要です。

エンテロウィルスの仲間によって起こるヘルパンギーナでも、髄膜炎を合併することがあるため、持続する高熱、強い頭痛、嘔吐には注意が必要です。

3、4日で主要症状は治まり、登園、登校してよいと思いますが、ウィルスの便中への排泄は4週間程度続くため、排便時の注意と手洗いは必要でしょう。

### 3. 咽頭結膜熱（いわゆるプール熱）

夏にはプールに入る機会が多いため、「プール熱」と言われますが、プール以外でもうつることはあります。アデノウィルス（3型が多いですが、1、4、7、14型もあります。）によって起こされる疾患です。

5～7日の潜伏期をもって発症します。主症状は39～40℃の高熱（4、5日間）、咽頭痛、目の結膜の充血です。下痢や腹痛などを伴うこともあります。

治療は、やはり対症療法が中心となります。目の症状が強い場合には眼科的治療が必要となることもあります。

アデノウィルス7型の場合には、重症肺炎、ウィルス関連血球貪食症候群（VAHS）と言う重篤な合併症を起こすことがあり、入院治療が必要となります。しかし、一般的には高熱が続きますが、適宜解熱剤を用いていれば4、5日で落ち着き、7日程度で、通園通学できるようになります。

感染の予防として、感染者との濃密な接触を避け、流行時にうがい、手洗いを励行することです。プールを介しての流行には水泳前後のシャワーや目洗い、タオルの共用をしないことが大切です。



## 各部署のコラム

### スキンケアの基本は洗浄と保湿！

看護部 褥瘡委員会 木村 孝子

皆さんは、全身のお肌ケアはどのようにしていますか？

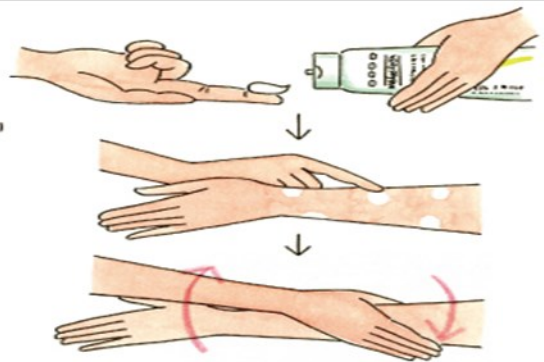
「皮膚は体重の16%」人体の最大の臓器とされています。これからの暑い夏には汗や皮脂汚れでお肌が荒れたり、冬になると乾燥してカサカサ肌になってしまうなど、誰もがそんなお肌の変化を感じ取り小まめに洗ったり保湿用の乳液やクリームを使ったりしているのではないのでしょうか。褥瘡委員として、患者様の皮膚のケアでも同じように「今の季節にはどんなトラブルが多く、どんな対策をしたらよいか」を考えることがスキントラブルを未然に防ぐことにつながります。

そこで今回は、正しいお肌の洗浄と保湿ケア方法をご紹介します。

ケアの基本である洗浄のポイントは優しく泡で汚れを包み込むように洗うことです。身体だからといってゴシゴシと力を入れて洗うのは厳禁です。しっかりと泡立てた石鹸やボディソープをお肌ののせ、体を洗うタオルはナイロントオルなど硬いものは避け、ソフトな素材で泡立ちのよい物を選ぶのがよいでしょう。洗浄後は水分量が保たれている15分以内に保湿剤を塗るように心がけましょう。

つづいて、正しい保湿クリームの塗り方をご紹介します。（腕の場合）

- ① 清潔にした手にクリームをとります。
- ② 手でクリームを人肌程度に温め、塗りたい部位の何点かにおいて置きます。
- ③ 手のひら全体でやさしく塗ります。  
薬指を肌にした程度の圧力が目安。  
手のひら全体を使うことで指先より力が加わりにくく、刺激が軽減されます。



以上が簡単な正しいケア方法です。おわりに、高齢者の皮膚は薄く、弾力を失い、乾燥し、最終的にシワがよります。しかし、シワや肌荒れ、シミに大きく関与しているのは、長年にわたり日光にさらされてきたことです。日光にさらされないようにしてきた人は、多くの場合、同年代の人より若くみられます。これからの夏の訪れとともにスキンケア対策をしっかりとこなって、快適な肌環境をつくり今年の夏を乗り切りましょう。

## トピックス

### 第18回『オープンホスピタル』を開催いたしました

地域医療連携課 中林 弘裕

平成27年6月12日（金）に『第18回オープンホスピタル』を開催させて頂きました。この会は医療連携における意見・情報交換、懇親を深める場になるようにとの思いで連携医をはじめ、日頃からお世話になっております地域の先生方をご招待して毎年開催させて頂いております。今回は、27名の先生方にご参加頂くことができました。当院からは伊平院長をはじめ常勤医8名が参加致しました。

当日は荏原病院 整形外科部長 神與一先生より「頸部神経根症の診断と治療」というテーマでご講演して頂きました。ご参加頂いた先生方からは大変勉強になった、興味深い内容だったなどのご意見を頂くことができました。

懇親会では普段お忙しくてあまりお話が出来ない先生方とお話をさせて頂き、貴重なご意見や感想を伺うことができました。また、当院常勤医と地域の先生方との懇親を深めて頂く有意義な時間となり、『顔の見える連携』に繋がったと思います。

本会での貴重な機会をもとに今後も、患者様のために地域医療の更なる充実と発展に向け、職員一同積極的に活動して参りたいと考えております。



# 『7月』 外来担当医表

	月		火		水		木		金		土
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前
内科	菅田 彰	石井 翔 (膠原病)	伊平 慶三	井出 宏嗣 (膠原病)	菅田 彰	大西 司 (呼吸器内科)	菅田 彰	橋本 善弘	橋本 善弘	中村 友哉 (循環器内科)	菅田 彰
	伊平 慶三	辻田 裕昭 (循環器内科)	市川 博雄 (神経内科)	橋本 善弘	小鮎 美香 (膠原病)	吉本 彩子 (糖尿病)	二村 明德 (神経内科)		伊平 慶三	新村 京子 (糖尿病)	伊平(9:00~10:30) 橋本(10:30~12:30)
外科	鈴木 恵史	伊達 淳	小山 広人 (肝・胆・膵)	外科常勤医	梅田 耕明	-	加藤 貴史	尾本 正 (心臓血管外科)	鈴木 恵史	飯島 忠 (3,17,31日) 神山 剛一 (10,24日)	鈴木 恵史 (4,18日) 伊達 淳 (11,25日)
整形外科	菊地 健	-	神 興市 (背椎)	菊地 健	柳澤 和裕	伊藤 博	菊地 健	第1週のみ 稲垣 克記 15:00~ (予約制)	定方 博史 受付 初診 12:15まで 再診 12:30まで	柳澤 和裕	柳澤 和裕
小児科	常見 享久	常見 享久	常見 享久	永原 敬子	常見 享久	常見 享久	-	常見 享久	常見 享久	常見 享久	常見 享久
皮膚科	-	-	-	-	-	-	-	北島 真理子	-	-	-

## お知らせ

- ※ 毎週火曜日小児科の午前の診療受付時間は  
**12:00**までとなります。
- ※ 小児科の月曜日～金曜日の午後は予防接種と乳幼児  
検診の予約があります。一般診察は予約の方が  
終了次第(15:00頃)開始となります。受付は  
13:30から行っております。
- ※ 当院は**24時間救急体制で診療を行っております。**  
曜日により診療科目が異なります。

## 小児科の夜間診療も行っております

月曜日と金曜日は18:30までの  
受付となります。



## 医療法人横浜柏堤会 奥沢病院

奥沢病院は戸田中央医科グループのグループ病院です。



〒158-0083 東京都世田谷区奥沢2-11-11  
TEL:03-5701-7788 FAX:03-5701-2922  
ホームページ<http://www.okusawahp.jp/>

### 診療科目

内科・外科・小児科・整形外科・放射線科・麻酔科

### 診療時間

平日 9:00~13:00(受付8:30~12:30まで)  
14:00~17:00(受付13:30~16:30まで)  
土曜 9:00~13:00(受付8:30~12:30まで)  
休診 土曜午後・日祭日



### 周囲の医療機関との密接な医療連携

奥沢病院アテンディング・ドクター  
昭和大学病院・都立荏原病院・都立広尾病院・日赤医療  
センター・東京高輪病院・国立東京医療センター・他

### 戸田中央医科グループ近隣施設

田園調布中央病院・松井病院・世田谷神経内科病院