

ぶらっと Kaisrei

回生ニュース 2021

Vol.78

新年号

〒600-8814

京都市下京区中堂寺庄ノ内町8-1

医療法人回生会 編集委員会

TEL 075-315-3477

FAX 075-311-6082

特集

- シミ取りビフォーアフター(クリニック回生)
- MRI最新機種導入
- レスパイト入院のススメ

- ・副理事長より新年のごあいさつ
- ・新任医師の紹介
- ・ケアセンターだより～回生温泉物語～
- ・薬の豆知識

新年のごあいさつ

さて、2020年は今までに経験したことのない1年となりました。昨年を振り返ってみると2019年12月末から中国の湖北省武漢市で発生した原因不明の肺炎は新型コロナウイルス(COVID-19)が原因となって引き起こしている事が分かり中国を中心に世界に広がりを見せました。

日本では1月28日に日本人の初感染が発表され、厚労省は30日に「人・人」感染が認められると明らかにしました。一番最初に大きな試練となったのはクルーズ船「ダイヤモンド・プリンセス」号での集団感染の発生でした。この頃からマスクがコンビニやドラッグストアから徐々に姿を消すようになりました。

当院では2月26日より入院患者様への面会禁止を実施し、患者様、そしてご家族の皆様には大変ご不便をおかけする事となりました。日本全体としても感染拡大防止のためのイベント・スポーツの自粛や学校の臨時休校、経済活動の縮小などの措置が実施され、ちょうどその頃、2019年9月から続いていたオーストラリアでの大規模な森林火災がようやく収束。そして3月11日にはWHO事務局長はパンデミック相当との認識を表明されました。

4月1日に毎年盛大に行われる入社式も今年は出来ず、新人研修もいつもとは違う形態で行わなければならない状態となりました。4月7日には当時の安倍首相が7都府県を対象に「緊急事態宣言」を発令され、16日にはその対象を全国に拡大。ゴールデンウィークの旅行や帰省の自粛を求められ一気に警戒ムードが高まりました。全世界が感染症の危機にさらされ、ロックダウンや入国制限、オリンピックの延期など想像もしていなかった事態に・・・

当院でもマスクや消毒用アルコール、防護エプロン等の品不足を危惧しましたがお陰様で多方面の方々からのお力添えによりなんとか危機を乗り越える事が出来ました。

5月19日からはオンライン面会をスタートし入院患者様の笑顔も増えてまいり、ご家族様とのコミュニケーションで安心されたご様子を見る機会が増えました。

9月4日には北野天満宮と延暦寺が合同で営む北野御霊会が応仁の乱以来550年ぶりの再興となり新型コロナウイルス早期収束や国の安寧の祈りがささげられました。月を同じくして歴代最長となった安倍晋三内閣総理大臣から菅義偉内閣総理大臣へ。新内閣



が発足されました。

当院においては10月より患者様が安心してご来院いただけるよう環境整備としてサーモグラフィーカメラや高性能オゾン空気清浄機を導入し感染対策に取り組んでまいりました。11月には大波乱を巻き起こしたアメリカ大統領選挙。日本では延期になっていた秋篠宮文仁親王の立皇嗣の礼が皇居・宮殿にて行われました。

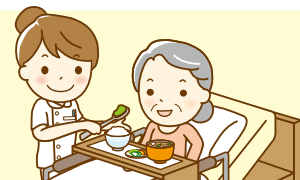
「ソーシャルディスタンス」「アベノマスク」「ステイホーム」「3密」「テレワーク」など新型コロナウイルスに関連する言葉が複数、流行語大賞にノミネートされる程となり、GOTOトラベルやGOTOイートで経済が少しずつ活性化し始めたかと思った矢先、感染者が増加する傾向となり、11月17日には京都は8月以来2回目の特別警戒基準への引き上げがなされ油断のできない冬を迎える事となりました。寒くなると空気が乾燥しウイルスが好む状態となるうえ、暖房器具により更に乾燥してしまいますが寒さ故、換気がおろそかになりがちになってしまいます。ウイルスは湿度が十分にあれば空気中の水分を取り込み重くなるため長い時間、空気中に漂うことが出来ないそうです。湿度40%～60%ほどに保つように心掛け、手洗いをしっかりと行うこと。また、寒い時期は体温が下がりやすく免疫力も落ちやすいそうなので規則正しい生活を心掛けて健康を維持したいですね。現在まだワクチンや治療薬が開発段階であるなか、1人1人の対策が大切なことになりありません。まだまだ不安の残る1年となりそうですが一日も早い終息を願い、そして今まで以上に地域に根ざした病院として地域の皆様に貢献し得る医療機関として邁進する所存でございます。どうぞ本年も宜しくお願い致します。

医療法人回生会 副理事長 出射 真由美



レスパイト入院のススメ

レスパイト入院とは



レスパイトとは、「小休止」「一時預かり」といった意味を持つ言葉です。超高齢社会の到来に加え、新型コロナの影響により、介護する側も介護を受ける側もそれぞれストレスを抱えながらの日常生活を余儀なくされています。

レスパイト入院は、介護する側・介護を受ける側双方のストレス軽減を目的とする医療サービスです。家族の介護負担を軽減する目的で利用される介護事業所のショートステイなどの介護サービスとは異なり、医療設備の整った病院で患者さんの受け入れを行うのがレスパイト入院です。病院ですから、ショートステイなどでは困難な医療ケアが必要な患者さんも受け入れることが可能です。また、医療保険を利用するので、介護保険のような利用制限(区分支給限度額)もありません。冠婚葬祭、介護されている方の病気・入院、出産、旅行など、一時的に在宅での介護が困難になった場合などは当院窓口までお気軽にご相談ください。

こんなお悩みはないですか？

- ・介護疲れがあるので、息抜きがしたい
- ・旅行に行きたいけど、介護があるし…
- ・ショートステイを利用したいけど、定期的な吸引(医療行為)が必要だから無理かなあ…

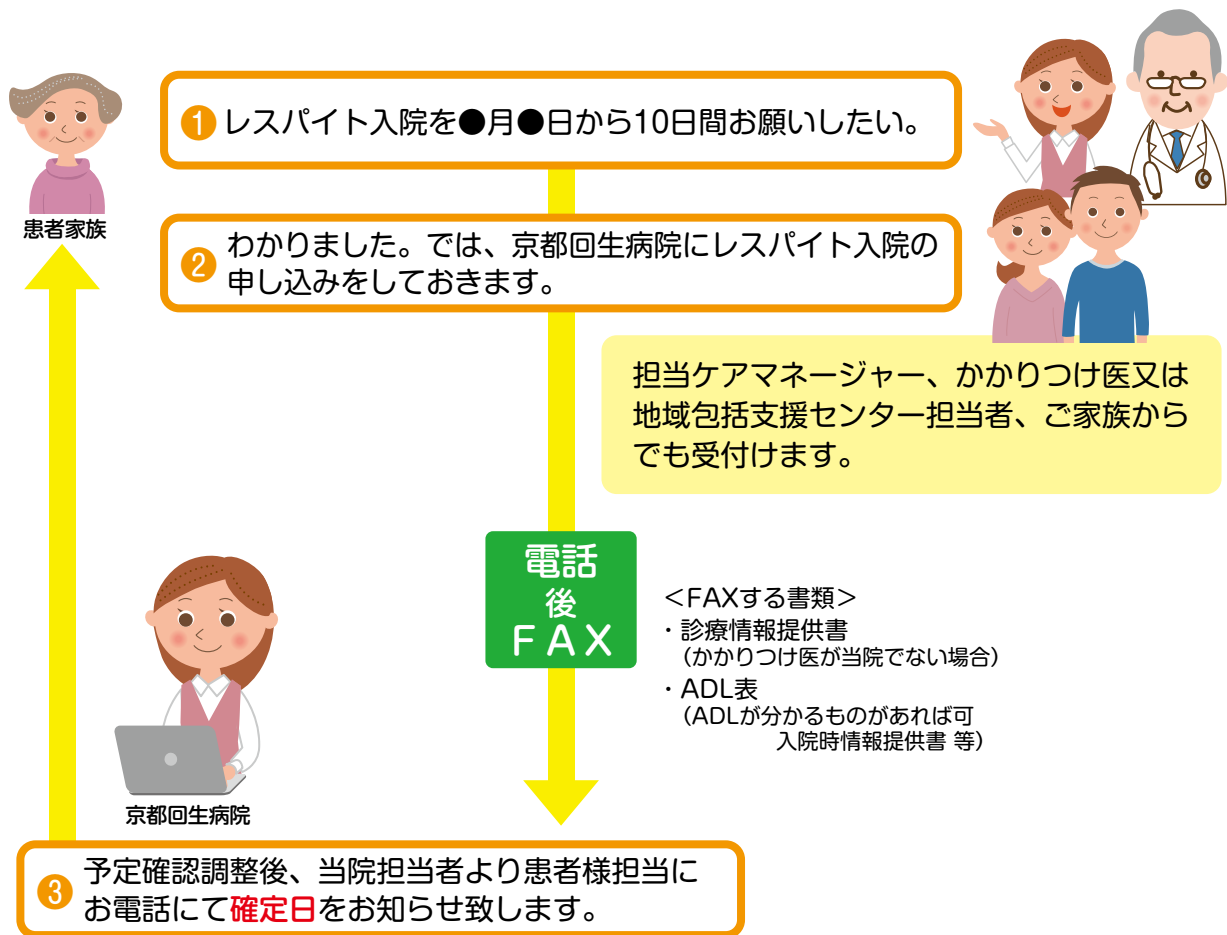


このような方がご利用されています

- ・脳卒中後遺症や神経難病などで在宅療養をされている方
- ・気管切開があるなど、医療的ケアが必要な方
- ・緩和ケアを必要とする癌の患者様 など



レスパイト入院までの流れ



新人医師の紹介



医長 佐藤 和美

担当 内科
日本内科学会総合内科専門医
日本消化器病学会消化器病専門医
日本医師会認定産業医

皆さんこんにちは。本年9月より着任いたしました佐藤です。
私は岩倉という自然豊かな地域で生まれ育ちました。朝日が赫々と上る比叡山。下校時には友達とおしゃべりしながら見た雄大な比叡山を今でも鮮明に覚えています。
小学生の頃は日が暮れるまで野山を駆け巡り、くたくたになるまで遊んでいました。両親はともに中卒で、家はとても貧しく、家族が集う“ちゃぶ台”が私の勉強机でした。騒がしい家だったので、試験前はみんなが寝静まった夜中に起きて勉強していました。そんな私が医師になれたのは、たくさんの方達との出会いの中で、支え、励ましがあったからだと心から感謝しています。私が物心ついた頃から足を引きずって歩き、身障者手帳を持っている母は、とても朗らかでたくましく、私がしたいと思った事は何でも挑戦させてくれました。そんな母の背中はずいぶん小さくなってきて、悲しくなることもあります。暴君だった父は、今では認知症となり、水の出しっぱなしや電気の消し忘れが多くなり、今でもよく親子喧嘩をしますが、最近は少しづつ丸くなってきました。こんな両親は回生病院の患者様と重なる部分があります。そんな患者様と励ましあったり、笑ったり、悩んだりしながら「高齢社会」が「幸齢社会」となる一端を担えれば幸いです。

シミ取りやってみました！

シミ取りビフォーアフター～職員モニターでお試し企画～

長年蓄積されてきたシミ…消したいけど、本当に消えるの？高くつくんじゃない？色々気になっている方も多いと思います。そこで今回は職員をモニターにし、実際にシミ取りを体験してもらいました。

まずは診察にてご相談

シミの相談を受けますと、まず、ダーモスコープ（拡大鏡）でシミの色調を診ます。この時は、化粧を落としていただきます。悪性腫瘍の除外をした上でシミの部位や形態、発症年齢なども加味し、いくつかあるシミの種類から診断をします。

シミといえどさまざま

シミの種類によって治療法は異なります。今回はレーザー治療を中心にお話しさせて頂きます。比較的によく遭遇するシミを簡単に紹介します。

- ① 老人性色素斑（30歳過ぎからみられる境界のはっきりした類円型の茶色斑）
- ② 肝斑（頬や額に左右対称に生じる淡褐色斑で眼周囲には見られないのが特徴）
- ③ 雀卵斑（そばかすのこと、頬や鼻にかけての細かい茶色斑で小児から発症し、遺伝子的な素因も関与し日光暴露で増悪する）
- ④ 太田母斑（多くは片側性で青く灰青色の色素斑で幼少期と20歳前後の2つの好発年齢がある）
- ⑤ 後天性真皮メラノサイトーシス（両頬や額両端などに灰褐色の点状色素斑が集合）
- ⑥ 異所性蒙古斑（腰臀部以外に生じた蒙古斑で自然消退しにくい）
- ⑦ 扁平母斑（境界明瞭な大小種々の茶褐色斑で先天性あるいは乳幼児期に生じる）
- ⑧ 母斑細胞母斑（ホクロのこと、色素性母斑ともいう）



後天性真皮
メラノサイトーシス



雀卵斑(そばかす)



老人性色素斑



太田母斑



肝斑

⑨ 刺青・外傷性母斑この中でレーザー治療で効果の期待できるシミは②以外(⑦)です。⑦は形や部位によって治療効果に差があり再発もしばしばみられます。ただし、母斑と刺青に関しては治療を繰り返す必要があります。また①と②が混在している場合は、まず数か月間は肝斑に対し内服・外用療法で経過をみてから、レーザー治療を行うことがあります。



クリニック回生院長
中村 郁子

お肌の悩みでお困りの方
クリニック回生に
お越しいただき
お気軽にご相談ください

クリニック回生

〒604-8051 京都市中京区船屋町382

TEL 075-255-0253

FAX 075-255-0254

シミ取り開始

当院ではQスイッチルビーレーザーを使用しています。照射時間を非常に短く設定することでメラニンのみを選択的に破壊し治療することが出来ます。パチッと輪ゴムを弾いたくらいの痛みですので、麻酔はなしで施術することが多いですが、広範囲の治療は麻酔クリームを塗布してから行います。施術後は塗り薬をし、テープもしくはコンシーラーで保護します。自宅でのケアですが、大きな制限はありません。塗り薬をお渡ししますので指示通り使用していただけます。テープで過ごされる方は貼りっぱなしで、剥がれたら自身で貼りがえてもらいます。洗顔は優しく、日中は日焼け止めを塗るなど日焼け対策はしてください。処置後1日くらいはひりひりとした火照った感じと発赤が残りますが徐々に和らいでいきます。以降、数日で濃い茶色く黒色へと変化していきます。1〜2週間ほどで、濃くなった皮膚がめくれてきます(手足のシミは2週間超えることも多いです)。この時、無理して剥がさないようにしてください。また、皮膚が剥がれないこともあります。破壊された色素は皮膚の下で代謝を受け、それから先は個人差がありますが、数か月〜半年くらいかけて徐々に薄くなります。繰り返し治療が必要なタイプの色素は3か月は空けてレーザー照射をします。一度きれいに取れたシミでも数年たつと再発することもあります。



コンシーラーや美白剤レーザー照射などでケアします



レーザー照射



ダーモスコプで色調診断



このシミの除去をします



二週間後
少し薄くなってます



三か月後
二度目のレーザー



半年後にはすっかり
消えてわからなくなりました

注意事項やかかる費用は？

レーザー後約2週間後より美白剤を塗布することで治療効果を上げることが期待できます。当院ではハイドロキノンというメラニン生成抑制の美白剤を紹介しています。手持ちの美白成分配合の基礎化粧品でも構いません。レーザー後は、様々な外からの刺激で色素沈着が起きやすくなっています。愛護的なケアをお願いしています。当院でのレーザー治療は保険適応外ですと、初診料2000円(再診料1000円)で、直径5mmのシミでレーザー代1000円、コンシーラー2200円、テープ450円、塗り薬200円となっています。保険適応で治療する場合もありますので念のため健康保険証等をお持ちください。

本人に聞きました

治療を受けた感想は？

レーザーは痛くて費用も高くつくと思っていましたが、思っていたよりは痛くなく、診察を受けてからなので安心でした。費用も意外とかからないものですね。おすすめです。



検査科 前川 愛

新型MRI装置を導入！

～装置更新に伴いMRIについてご案内～

当院ではこの度、様々な検査要望への対応や患者様への負担軽減を目指し、GE社製1.5T(テスラ)MRI装置を導入しました。新しい装置では従来の装置に比べ良質な画像を提供することで、診断能力が向上し、所見や病状にあわせたフレキシブルな撮影が可能となります。また、磁場強度がより強力になることで、高速撮影が可能となり、部位によって撮影時間も以前の約半分と短縮して撮ることができるようになりました。1.5T装置の導入とともに、近隣の医療機関様、患者様にお役立ていただけるよう努めて参りますので、検査依頼などを含めお気軽にお問い合わせいただければ幸いです。

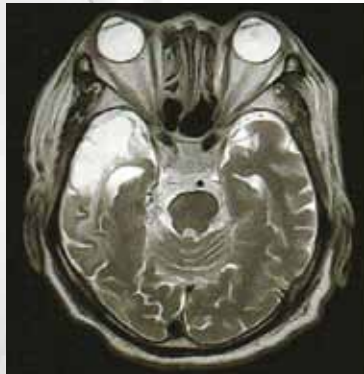


画質が向上しました

装置の更新により画質が向上し、より良質な画像を提供できるようになり、また高磁場化に伴い高精細な頭部検査、早期の脳梗塞の発見・造影剤を使わないで血管などを高画質での提供が可能となりました。また、広範囲をカバーできるため、肝臓、すい臓、腎臓などの腹部領域や、骨盤内の前立腺や膀胱、子宮などの婦人科領域にも対応できます。



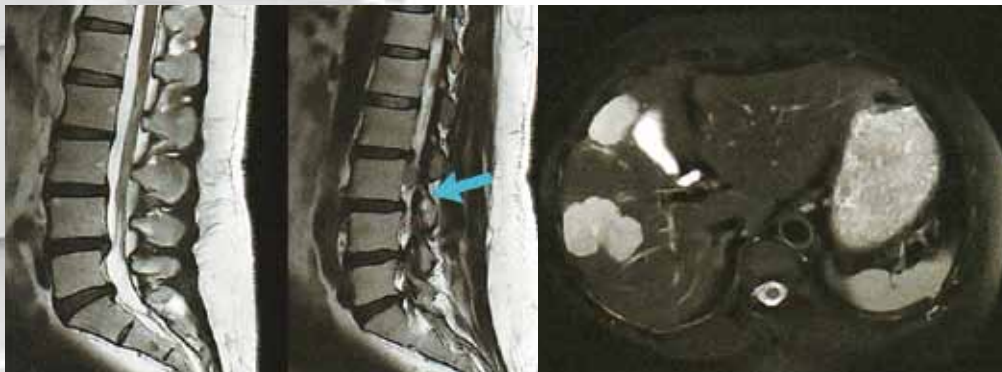
MRCP
(胆管膀胱)



頭部領域

検査時間が短くなりました

装置の高磁場化とソフトウェアの進歩により、短時間で検査ができるようになりました。寝ている時間も、長い息止めが必要であった検査も短くなることにより、患者様の苦痛が緩和されます。



腰椎椎間板ヘルニア

腹部領域

ちょっと聞きたい MRIのはなし ~MRIって?~



我々医療従事者が患者様にMRIについて「CTとどう違うの?」や「体に悪くないの?」など質問を受ける事があります。ここで少し患者様が普段気になっている事をお話ししたいと思います。

MRIとは

MRIは、磁石を使った画像診断装置でX線を使わないので放射線被ばくの心配はありません。磁場を使い身体を輪切りにして画像にするだけでなく、縦切り・横切りなど任意の角度にして画像に出来ます。

CTとどう違うの?

どちらも体の断層画像を撮影する装置ですが、最も大きな違いは画像を得る手段です。CTではX線を使って画像を得るのに対し、MRIは大きな磁石による強い磁場と電波を使って画像を得ます。MRIは放射線による被ばくがなく、小児や健常な方も安心して検査を受けることができます。しかし、強い磁場を使っているため、MRIならではの

の制限や注意事項があります。

また、脳や脊髄などを鮮明に診断できます。縦、横、斜め方向の断面が得られるため理解がしやすく、また3次元の画像も得意です。造影剤を使わずに、あるいは最小限の造影剤量で血管などに関する情報が容易に得られます。



筋損傷



脳血管 (MRA)

MRI 室内は **24時間強い磁場** が発生しています!!

入室制限あり	 ペースメーカーなどの 体内電子機器装着の方	 装身具 時計 ヘアピン 指輪 イヤリング	 事務用品 ペン はさみ クリップ	 移送用機器・補装具 車いす 松葉つえ 補聴器 点滴スタンド	 鉄製容器 ガスボンベ 消火器 クリップ
	 体内に磁性金属のある方	 電子機器 スマホ タブレット PC カメラ	 磁気記録媒体 クレジットカード キャッシュカード CD・DVD	 工具・掃除用具 ドライバ スパナ 掃除機 モップ	 運搬機器 台車 ウゴン ハンドリフト

ご不明な事がございましたら、担当スタッフにお気軽におたずねください。

注意事項と制限あり

MRIには強い磁場や電波を使用して検査をするため、いくつかの注意事項や制限があります。場合によっては命にかかわることもありますので、検査前に説明する注意事項を守っていただきますようお願いいたします。検査前に不安や不明な点がございましたらご遠慮なくスタッフに聞いてください。

募集中!!

**薬剤師
理学療法士
作業療法士
看護師**

ケアマネジャーの皆さん

楽しい職場で多くの仲間たちと一緒に働いてみませんか?ドシドシご応募下さい。お待ちしております。



詳しくは回生会本部
庶務課まで

TEL 075-315-3477



の豆知識

くすりを飲む時の7つの約束

ふだん病気やケガの治療などで大切な役割を果たす「くすり」。なにか気になることはありませんか?当院で内容がいつもと変わらなくても、ある日診察された他の病院や診療所で医師に処方されたくすりがあれば、これまでのくすりとの飲み合わせ等について「お薬手帳」を上手く活用して、医師や薬剤師に確認することが必要となります。飲んでいくくすりのこと、もっと身近に感じてください。

くすりを安心して飲むためには、くすりに関する効果は勿論ですが、くすりのリスクや正しい使い方や保管方法について知っておくことが大切です。今回はそれを実践するために『くすりを飲む時の7つの約束』について学びましょう!

『くすりを飲む時の7つの約束』

- 1 毎日決まった時間にくすりを飲みます
1日に飲む回数、食(直)後、食(直)前、食間、寝る前などの飲み方について
- 2 くすりを飲む量を守ります
1回に飲む量は1錠なのか?2錠なのか?それとも半分なのか?飲む前に確認する
- 3 病気が治ったと思って自己判断せずに、医師の指示どおりくすりを飲み続けます
- 4 他の人からもらってくすりを飲んだりしない
- 5 他の人に自分のくすりをあげたりしない
④⑤についてはもちろん家族も含みます
- 6 過去にもらったくすりは使わない
- 7 くすりはいつもきちんと整理して、飲み間違いや飲み忘れがないように正しく保管

私たち薬剤師は、薬局の窓口または病室等で、通院または入院されている皆さまに対して、薬について身近に相談できる「頼りになる薬剤師」を目指しています。なにかわからないことがありましたらいつでも気軽に聞いてください。



◆患者様の権利◆

1. 良質な医療を公平に受ける権利があります
患者様は、個人として常にその人格を尊重され、病院がなし得る最善・適切である良質な医療を公平に受ける権利があります。
2. 説明や情報を得る権利があります(インフォームド・コンセント)
患者様は、病気、治療、検査、見直しなどについて、十分な説明と情報提供を受ける権利があります。
3. 選択の自由と自己決定権があります
患者様は、十分な説明と情報提供を受けたうえで、治療方法などを自らの意志で選択し、決定する権利があります。又、他施設の医師の意見(セカンドオピニオン)を希望される場合には、当院で受けた診療に関する情報を求める権利があります。
4. 個人情報及びプライバシーを保ってもらふ権利があります
患者様の個人情報やプライバシー等については、保ってもらふ権利があります。
5. 診療情報の開示を求める権利があります
患者様は、申請によりご自身の診療記録等の開示を求める権利があります。
6. 研究途上にある治療方法や薬剤の投与(治験)を行うことは致しません

◆患者様の責務◆

1. 自ら健康に関する情報を正確に医療者に伝える責務があります
良質な医療の提供を受けるために、ご自身の健康状態について、正確に提供する責務があります。
2. 病院の規則に従い他者への迷惑にならないように努める責務があります
すべての患者様が等しく適切な医療を受けられるようにするために、他の患者様や病院職員に支障を与えないよう配慮する責務があります。
3. 治療等に関してご自身の意思を明らかにする責務があります
適切な治療方針を決めるために、ご自身の意思や意見を伝える責務があります。
4. ご加入の保険を正確に伝え、受けた医療に対する医療費をお支払いいただく責務があります

医療法人 回生会は、患者様が公平な医療を受けられることなどを尊重し、患者様と医療提供者がお互いの信頼関係に基づき、協働して良質な医療の提供に努めます。