



日本医療機能評価機構認定病院

医療法人社団 樫の木会

大島くるとみ病院

〒939-0271

富山県射水市大島北野 48 番地

Tel:0766-52-2580 Fax:0766-52-8016

<http://www.kurumi.or.jp>

# 大島くるとみ病院便り



## 医療情報 花粉症対策

いよいよ今年も花粉シーズンに突入しました。花粉症の人々にとっては辛い季節の始まりですが、事前に対策をとるためにも、今月は間違った花粉症対策や、注意点をまとめてみました。

1. Q:症状が出てからの治療で間に合う? A:NO! 間に合いません。

花粉が飛び始める 2 週間ほど前から治療薬を投与することをお勧めします。そうすることで、症状の出る時期を遅らせることができ、花粉の飛散最盛期の症状の軽減が期待できます。第二世代抗ヒスタミン薬、抗ロイコトリエン薬などの経口治療をお勧めします。

2. Q:アロマテラピー・ヨーグルト・お茶で治る? A:NO! しっかりと治すことはできません。

花粉症の症状軽減について報告しているものの中にはありますが、すでに発症した花粉症の症状を十分抑える効果はあまり期待できません。中に含まれている成分の乳酸菌のプロバイオティクス効果、ポリフェノールの抗酸化作用などはアレルギーに対しては薬ほど大きく効きません。薬でしっかりと治療しましょう。

3. Q:注射 1 本で治る? A:NO! 一度の注射で花粉症の症状が治まる治療法はありません。

ステロイド注射は重度の全身副作用が生じる可能性があります。日本アレルギー学会や日本耳鼻科学会などの専門医がいる団体では安易に行う事を注意喚起しています。ただ、ステロイド点鼻薬は副作用も少なく有用な治療薬です。

4. Q:雨・曇りは花粉飛散が少ない? A:NO! 誤解です。

花粉症の症状は少ないのですが、怖いのは天気が悪かった次の日です。雨で落ちた花粉が乾いて再び飛散するので、飛散量はかえって多くなります。曇りや風が強い日などは注意しましょう。

5. Q:どんな服を着ても症状への変化はない? A:NO! そんなことはありません。

衣類にも花粉はつきます。ついた花粉を家の中に持ち込むと、症状は辛くなります。ウールなどの花粉がつきやすい素材は極力避けた方がいいでしょう。つばの広い帽子は、顔・髪の毛につく花粉を抑える効果が期待できます。また静電気は大敵! 花粉をつきにくくするスプレーなども有用かもしれません。玄関前で花粉をはらってから家に入るようにしましょう。

6. Q:医療機関から処方される薬もドラッグストアで市販されている薬も同じ? A:NO! 違います。

ドラッグストアで市販されている飲み薬(鼻炎薬)は、多くが第一世代の抗ヒスタミン薬や初期の第二世代抗ヒスタミン薬のより新しいものが主流です。花粉症の症状は人それぞれ異なりますので、医療機関へ行き、しっかりと治療・処方してもらう事をお勧めします。

## 3月 happy birthday

石田ちい子様 82 歳	折橋 勝治様 69 歳	長堀八千子様 83 歳
小泉 民夫様 87 歳	大野 弘様 84 歳	田村 愛子様 76 歳
長原 信子様 81 歳	松原きみ子様 92 歳	高田 静子様 71 歳
大坪 晴美様 79 歳	廣瀬 慶子様 72 歳	清水ひさ子様 83 歳
渋谷 和子様 87 歳	上田 雪子様 78 歳	越前美智子様 67 歳
尾山渡西夫様 93 歳	谷口 弘様 81 歳	沖野エミ子様 95 歳
岩門 玉江様 83 歳	津田 博様 94 歳	古瀬まき子様 80 歳
長瀬 和子様 93 歳	畑 賢治様 63 歳	

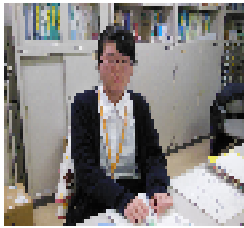
## 今月の顔



長瀬 和子様

デイケア・ショートケアの方も掲載しています。

# 実習生受け入れ



2月17日(月)～28日(金)の二週間、富山大原簿記法律専門学校 医療秘書学科1年生の松本彩奈さんの実習を受け入れました。感想を紹介します。

実習初日は緊張していましたが、職員の方が優しく丁寧に教えて下さり、2週間乗り超える事が出来ました。実習で学んだ事を今後生かして行きたいと思えます。2週間お世話になりました。ありがとうございました。

# ひのき湯

2月17日(月)～22日(土)にかけてひのき湯を提供させて頂きました。ひのき湯には、安眠効果や疲労回復、ストレス解消、血中コレステロールの低下、風邪の予防など様々な効果があります。



# ひな祭り

今年も北2階ホールに雛人形が飾られました。ここ数十年は、お内裏様とお雛様のみの簡素化された雛人形が主流ですが、やはり7段飾りは、見応えがあり艶やかですね。ちなみに男雛、女雛、三人官女、五人囃子右大臣・左大臣…はよく知られていますが、その下に飾られているユーモラスな表情で雛段に楽しさを添えている人形はご存知でしょうか？

「仕丁(しちょう)」(泣き上戸・笑い上戸・怒り上戸)といい、外出するときの従者で、庶民に近い自由な身分なので、都の一般大衆の流行などの情報を仕入れては、お邸につかえる女性達を楽しませていたようです。



# ショートケア・レクリエーション



## 節分豆まき

2月19日(水)  
13:30～  
北3階ホールにて

鬼に扮したショートケアの職員と豆まきを楽しみました。



## お知らせ

既に新聞等でご存知かと思いますが、平成26年4月1日より消費税が8%に引き上げられます。当院の請求におきましても、それに合わせて4月分の請求書から消費税を8%とさせていただきます。詳細につきましては、別送にてご案内をお送りします。何卒ご了承の程宜しくお願い申し上げます。

## 編集後記

先日、とある記事で大気汚染によるPM2.5の飛散に花粉症の原因である花粉が交じり合う事により、凶暴な汚染物質になると聞きました。出来るだけ不必要な外出は避けたいものですね！ (I・K)

## 基本理念

患者様の生命と人権を尊重した医療・看護・介護に努めます。  
信頼され安心して利用される施設・在宅支援サービスを提供します。  
地域と連携し高齢者医療の中核病院を目指します。  
職員は常に自己研鑽に励み、医療・看護・介護の質の向上に努力します。平成23年3月7日改定

## 運営指針

- 1 私たちは、思いやりの心をもって利用者の方々の自立支援を行います。
- 2 私たちは、感謝の気持ちをもって、利用者の方々に接します。
- 3 私たちは、小さな努力を一步一步積み重ねて、利用者の方々の笑顔を得たいと考えます。
- 4 私たちは、利用者の方々の長年の苦勞に敬意を払って、介護サービスをいたします。
- 5 私たちは、利用者の方々からのご意見、ご提案に耳を傾けます。
- 6 私たちは、入所・入院しておられる方々に医療情報を積極的に公開し安心と納得の医療に努めます。