

大島くるみ病院だより



医療情報



★手湿疹とは★…掌や指にかぶれたような湿疹ができることで、水仕事の多い主婦に多いことから、別名、主婦湿疹とも呼ばれます。手荒れが軽いうちは、カサカサして乾燥した状態になっているので、保湿剤によるハンドケアで良くなりますが、刺激物により、皮膚のバリア機能が低下して、皮膚炎を起こした状態の時は、治療が長引く事が多いです。

★手湿疹の原因を知ろう★…手の皮脂膜の低下により、皮膚のバリアが破壊されることによって起こります。

では、なぜ皮脂膜が低下するのでしょうか。考えられる原因を列举してみます。

・ストレス ・温度と湿度 ・洗剤類 ・シャンプー、リンス ・洗顔 ・アレルギー体質
 ・季節 過度な手洗い ・手汗 ゴム手袋によるかぶれ ・食材 ・掻きむしり ・食生活
 体質に加え、洗浄剤などの化学物質による刺激や、夏は大丈夫だけど、冬は寒風で悪くなるといった季節により症状に差があったり、防御するはずの手袋にかぶれたなど、原因が一つとは限りません。

★手湿疹の症状★…手湿疹の症状は、利き手、特に親指、中指、人差し指に多く表れ、強い痒みやアカギレ様の痛みを伴います。

・手指が真っ赤になり、熱をもつ ・強い痒み ・皮がポロポロ剥がれ落ちる ・指の指紋がない
 ・爪がポコポコになり変形している ・アカギレのような亀裂、出血、痛み ・指が曲がりにくい
 強い痒み、アカギレ、水泡などの状態を繰り返し、良くなったり悪くなったりで、長引くことが多く、日常生活を送る上で、困難を伴います。

★使用する洗剤類は、低刺激の物を★…汚れを落とす=皮脂も失われるので、手湿疹の人にとっては大変な刺激です。

手湿疹の人は、なるべく添加物の少ないもので、低刺激の石鹼類の使用、界面活性剤の濃度の低い物を使うなど、一度洗浄剤を見直してみるのもポイントです。

★温度と湿度★…湯の温度や部屋の温度、湿度を保つことは大切なことです。入浴後や、熱いお湯に触れ後に、痒くなった経験はありませんか？

手湿疹の人にとって、熱いお湯は、刺激であり、痒みのもとです。お湯の温度は、38℃～40℃くらいのぬるめにしましょう。

また、冬の暖房にも注意です。暖房により、温度も上がり、乾燥もします。冬場は、元々肌がカサカサしているのに加え、暖房によって部屋が乾燥し、ますます肌が乾燥して痒みの原因となります。

暖房の使い過ぎに注意し、加湿器を置くなど、部屋の温度、乾燥に気をつけてみましょう。

★痒い時はまず冷やす★…冷たい刺激は、知覚刺激を抑制して、痒みを抑えてくれます。痒くてたまらない時、洗面器に水を張ってしばらく冷やしてみましょう。ただし、氷やアイスノンを直接皮膚にあてると、刺激となりかねませんので、タオルで巻いたアイスノンをあてるなど、注意しましょう。



11月 happy birthday



上田 年栄様 91歳	大島 明子様 85歳	尾崎 節子様 83歳
松井 八郎様 77歳 喜寿	佐賀 和夫様 67歳	丸山 正利様 86歳
鳥山 雪子様 87歳	京角 イト様 92歳	明地 涼子様 76歳
宮腰 与作様 91歳	川口 和子様 80歳 傘寿	野村チカ子様 83歳
前馬 光子様 61歳	辰口 弘文様 86歳	永森 斉様 64歳
中崎喜栄三様 87歳	山口 一郎様 78歳	柳沢 静子様 83歳
長谷川吉夫様 79歳		

今月の顔



尾崎 節子様

♪南2階夕方の風景♪

南2階の夕食前の短時間で、嚥下訓練も兼ねて、みんなが歌える歌を毎日歌っています。主に童謡です。季節ごとに、スタッフが患者さんと相談して、曲を選んでいきます。

この日は、「夕やけ小やけ」でした。

皆さん、昔を懐かしむ様に歌っておられます。

普段、口数が少ない方も、歌がかかると楽しそうに歌っておられます。



★非常勤ドクター紹介★

石川 宏先生



私は金沢大学医学部を卒業後、大学の文部教官や高岡市、富山県の技術吏員として勤務してきました。この3月富山県庁を最後に、40年の公務員生活を定年退職しました。そして6月から皆さんとともに働いています。これからもよろしくお願ひします。

川西ゆり子様の一言

毎日、皆様と一緒に歌ったら元気も出るし、楽しいし、良い事だらけやちゃ～！



10月6日・7日、認知症ケアについての研修会がありました。 発表者・・・くるみショートケア 石川ひとみさん

認知症ケアの理念・・・

その人の尊厳と利用者本位の暮らしの継続を支援すること

ケアとは本人がその人らしく生きることを関係者が力を合わせて支援していくこと。

- 認知症である事を理解して！・・・
- ①認知症のために何が起きているのか、どんな気持ちで暮らしているのか分かってほしい。
 - ②認知症を早く診断しこれからの事を一緒に支えてほしい。
 - ③私はわたしとして生きていきたい。
 - ④出来ない事で、ダメだと決め付けないでください。

認知症の方の良い状態・・・

周囲の人に対する思いやり 創造的な自己表現 愛情を示す事 自尊心 ユーモアなどがある。

認知症の方の良くない状態・・・

強度の怒り 不安 身体的な不快感 動揺興奮 無関心無感動 引きこもりなどがある。

認知症の人と会話するポイント・・・

質問するときは「はい」「いいえ」で答えられる内容にする。結論は先に、短い文章で伝えます。ゆっくりと話します。

これからの認知症に必要な事は・・・相手を受け入れる心の豊かさ 時代に合わせて新しい介護を行う。

良いケアをするには、個人だけではなく、職場全体が良くなっていかないとけません。ケアをするにあたり、職員も環境の一部です。統一したケアは必要なのです。

お知らせ

インフルエンザ予防接種が始まりました！今年は、**季節型と新型の混合ワクチン**です。

料金は、大人・子供共に1回目→**¥3000** 2回目→**¥2000**です。(13歳未満は2回接種)

♪編集後記♪

めっきり朝晩が寒くなって来ましたが、皆様体調を崩されていないですか？病棟内もなんとなく毎日2～3人ずつ体調をくずされている方を見受けます。

夏を過ぎてからも今年は暑い日が続きましたが、ようやく暖かい食べ物が恋しい季節となりました。今日は鍋にしようかな♪

基本理念

患者様の生命と人権を尊重した医療と介護に努めます。

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・介護の質の向上に努力します。 平成18年4月1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はらって、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。