

アトピー性皮膚炎の漢方治療



和漢診療科 笠原 裕司

桜も散り、春本番暖かい季節になりましたが、いかがお過ごしですか。

アレルギーが原因の皮膚病の代表選手に、アトピー性皮膚炎があります。赤ちゃん・子供・若い人がかかることが多く、かゆく、外見上も皮膚で見た目が悪いため、患者さまにとって

●温清飲
そこそこの体力があって、皮疹は乾燥してかゆみが強く、掻くと皮膚の粉がパラパラ落ちる、という様な症状の方に用います。(かなり苦いです。)

●荊芥連翹湯
温清飲に似たタイプの皮疹でも、アレルギー性鼻炎など鼻のトラブルを併発している方の場合は、こちらの薬方が有効なことがあります。

●白虎加入参湯
体力が充実しており、のほぼと、のどが潤いて、飲み物をガブガブ大量に飲む。皮疹も赤みが強くで熱を持って、という様な症状の方に用います。

●消風散
そこそこの体力があって、かゆみが強く、皮疹がジクジクして、夏場に悪化しやすいタイプの方に。

●虚弱体質の方
体力がなく、疲れやすく、胃腸も弱く、どんな病気でも薬負けしてしまうタイプの方。虚弱体質のお子さんは、まず体力を付けたいと主治の治療がうまくいきます。

●便秘を伴っている方
便秘を伴っている、皮疹は悪化しやすいので、下剤の生薬が配剤されている薬方を併用します。

●養生の注意
ステロイドや免疫抑制剤の塗り薬は、急に中止するとリバウンドで必ず悪化しますので、急には中止せず、漢方薬と併用しても構いません。

汗が皮疹を悪化することも多いので、夏場はこまめにぬい、シャワー等で流しましょう。掻くと悪化しますので、掻きませんように。

VDT症候群 ご存知ですか？

健診センター看護師 平野 慎子

パソコンに代表されるVDT (Visual Display Terminal)は、情報端末のことで、携帯電話やポータブルゲーム、テレビなどもこれに含まれます。

現在、ビジネスでもプライベートでも欠かせない情報端末。皆様は、1日のうちどれくらい情報処理に時間をかけていますか？

●眼症状
目の疲れ 痛み 充血 かすみ 乾き 視力低下

●運動器症状
肩こり 首のこり 首・肩・腕の痛みやだるさ 手指のしびれ 腰の痛み

●精神神経症状
頭痛 不眠 無気力 疲労感 食欲不振 イライラ これらの不快感を増強させないために、適切な作業環境を整えることが、予防につながります。

作業時間の工夫
・連続作業時間が1時間を越えないようにする。
・連続作業と連続作業の間に、10～15分の休止時間を設ける。

●目の疲れを予防する
・目とモニター画面の距離を、40～70cm離す。
・画面を見下ろして作業するようにモニターを設置する。

●首・肩・腰のこりを予防する
・肩や腕に無理な力が入らないようにする。
・背中を曲げず、椅子の背もたれにつける。

作業の合間に資料整理やコピーなどを組み入れたり、水分補給して血行を促進したり、心身をリセットした方が、作業効率と生産性を高めることが出来ます。

●環境を整えることが、予防につながります。

VDT症候群にならないよう、お気をつけ下さい。

栄養科通信

旬の味覚、筍(たけのこ)

最も春らしい野菜といえば、筍ではないでしょうか。ちょっと苦味のある、なんともいえない味は季節感を大事にする日本料理にかかせない食材です。

栄養成分の特徴としてはタンパク質が豊富で、ビタミンB1、B2、ミネラルを含みます。食物繊維が豊富なため、便秘や大腸がんなどの予防に効果的だとされています。

本来手筒のかかる筍料理ですが、水煮を利用すれば簡単です。旬の食材で春の訪れを楽しみましょう。

レシピ「筍竹煮」

レシピ(2人前)

水煮筍.....1本
乾燥ワカメ.....3グラム
めんつゆ.....75cc (濃縮2倍タイプ)
みりん.....小さじ1

- ＜作り方＞
① 筍を根元を1cm厚さのいちょう切りに、穂先は6～8つ割にする。
② わかめは戻して食べやすい大きさに切る。
③ 鍋にめんつゆ、みりん、水1カップを入れて煮立て、筍を入れて煮る。
④ 煮汁が1/4量になるまで煮詰め、わかめを加えてひと煮立ちさせ、火を止める。
⑤ そのまま冷まして、味を含ませる。

●エネルギー:53Kcal ●糖質:10.8g ●たんぱく質:3.2g ●脂質:0.1g ●塩分:2.7g

管理栄養士 中野 もも

聖隷 4月号

さくら通信

Seirei Sakura Tsushin Apr.10.2009 発行/南 昌平 vol.57



4月から聖隷佐倉市民病院に加った新入職員です。皆さん、どうぞよろしくお願ひします。

- 新年度を迎えました/DPCとは？
●お知らせ/5月12日は『看護の日』/聖隷コミュニティケアセンターからお役に立つ商品情報
●アトピー性皮膚炎の漢方治療 ●VDT症候群 ご存知ですか？
●各科外来担当および診療内容
●新任医師紹介/泌尿器科診察室及び、初診受付変更のお知らせ
●栄養科通信『旬の味覚、筍(たけのこ)』

聖隷佐倉市民病院

F285-8765 佐倉市江原台2-36-2 Tel.043-486-1151 Fax.043-486-8696 http://www.seirei.or.jp/sakura/

新年度を迎えました

事務長 彦坂 浩史

平成21年度がスタートしました。当院も開院して6年目を迎え、5年間の実績を振り返りつつ、心を引き締め患者様・ご家族・地域の皆様へ、さらに質の高い医療が提供できるような職員一丸となって邁進する年度と考えております。

さて、昨年10月よりスタートしております第2期建築計画ですが、今年度末の竣工を目指して工事を進めております。既に、外来部門の拡張が一部完了し、この4月より供用を開始しました。

また、この7月から当院の入院診療が、2年前より準備を進めてまいりましたDPC (診断群分類)による包括支払)へ移行いたします。2003年にDPC制度が開始されて以来、手厚い看護配置がなされ、適切な診療(カルド)の管理がされていることを条件に、多くの大学病院や地域のの中核病院など、いわゆる急性期医療を担う病院が移行しております。

まだまだ、整備途中の病院ということで、ご利用いただく皆様の視点に立てば、ソフト・ハード面で不十分な点が多々あるかと思ひますが、今までの結果・成果・反省を踏まえ、前進していきたいと思ひます。どうぞ、様々なご意見・ご要望をお聞かせ頂きますようお願い申し上げます。

DPCとは？

DPCは、2003年より82の大学病院等を対象に始まった入院医療費の包括支払い方式です。この後、DPCの対象は民間病院へと広がり、本年は1400を越える医療機関がこの制度の対象となります。これまでの医療費計算は、注射、検査、画像診断等で行われた治療行為を点数化し、それらを積み重ねて計算を行う『出来高方式』でした。DPCは入院中最も医療資源を投入した病名・手術・処置等の組み合わせにより、全国の病院から集められたデータをもとに設定された1日当たりの包括金額を決定します。

各科外来担当および診療内容

- 各料の担当は医師などの都合により変更させて頂くことがあります。詳しくは外来の掲示案内、またはホームページをご覧ください。
●月に1度、保険証の提示をお願いいたします。
●受付時間 8:00～11:00 (但し、午後診療の診療科につきましては15:30まで受付いたします)
●診療に関するお問い合わせ(直通) 043-486-8111
●予約受付・変更.....(直通) 043-486-1155
●夜間受付.....(代表) 043-486-1151
●ホームページ http://www.seirei.or.jp/sakura/

総合内科 月 火 水 木 金 土
初診 松澤 上田 住吉 若林 野村 高橋 小川(恵) 交替制

腎臓内科 月 火 水 木 金 土
初診・再診 鈴木 鈴木(繁) 藤井 田中(宏) 鈴木

消化器内科 月 火 水 木 金 土
初診・再診 齋藤 佐藤 佐藤 藤原 住吉

内分泌代謝科 月 火 水 木 金 土
初診・再診 佐々木 佐々木 岡部 藤原

循環器科 月 火 水 木 金 土
初診 横山 上田 横山 長谷川 野村
初診・再診 午前 横山 市本 鳴海 長谷川
午後 横山 長谷川 横山

健診後外来 月 火 水 木 金 土
初診・再診 光永

神経内科 月 火 水 木 金 土
初診・再診 午前 磯瀬 小林(誠) 小川(恵)
午後 小川(恵)

呼吸器内科 月 火 水 木 金 土
完全予約制(午後) 小林(健)

メンタルヘルス科 月 火 水 木 金 土
完全予約制 中里 谷淵

和漢診療科 月 火 水 木 金 土
完全予約制 笠原(午後) 小川

緩和医療科 月 火 水 木 金 土
完全予約制(午後) 関谷雄 川島 関谷雄

小児科 月 火 水 木 金 土
初診・再診 午前 森 川村 川村 森 川村 森
午後 森 鈴木(繁) 川村 鈴木(繁) 川村

腎臓外来(午後) 月 火 水 木 金 土
初診・再診 川村 森

婦人科 月 火 水 木 金 土
初診・再診 柴田 柴田 柴田 柴田 柴田

外科 月 火 水 木 金 土
初診 武内 有田 小池 川島 大島 交替制

整形外科 月 火 水 木 金 土
初診・予約外来 小谷 根本 茂手木 古志 赤澤 交替制

形成外科 月 火 水 木 金 土
初診・再診(午後) 宇井 宇井 宇井

リハビリテーション科 月 火 水 木 金 土
初診・再診(午後) 宇井 宇井 宇井

泌尿器科 月 火 水 木 金 土
初診 紹介患者様のみのみ 神谷 大西 五十嵐 大西

眼科 月 火 水 木 金 土
初診・再診 渡辺 渡辺 渡辺 高橋 渡辺 高橋

皮膚科 月 火 水 木 金 土
初診・再診(午後) 野老 木村

耳鼻咽喉科 月 火 水 木 金 土
初診・再診(午後) 黒崎/山崎 久満

新任医師紹介

4月より4名の医師が就任しました。どうぞよろしくお願ひします。

プロフィール
●出身→神奈川県横浜市
●好きな食べ物→くす餅、バナナ
●好きな言葉→黄色
●趣味→ 読書、映画鑑賞、旅行、水泳、水、水泳、水泳

プロフィール
●出身→東京都
●好きな食べ物→ハンバーグ
●好きな言葉→赤
●趣味→ マラソン
●特技→ 手話

プロフィール
●出身→茨城県代官山町
●好きな食べ物→白トリユウ
●好きな言葉→ 柚子色
●趣味→ 不眠症、不眠症、不眠症

プロフィール
●出身→東京都
●好きな食べ物→レバー
●好きな言葉→白
●趣味→ 読書、映画鑑賞、旅行、水泳、水泳

泌尿器科診察室及び、初診受付変更のお知らせ

2009年3月30日より泌尿器科診察室が右の図のように変更となりました。また、2009年4月1日より、泌尿器科の初診受付も変更となり、月曜日の初診受付についても紹介患者さまのみとさせていただきます。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解、ご協力をお願い致します。

お知らせ

4月より外来担当医師が変更になります。診療科によっては大幅に変更になっておりますのでお気をつけ下さい。

5月12日は『看護の日』

近代看護を築いたフローレンスナイチンゲールの生誕にちなみ、1990年に、5月12日を『看護の日』と制定されました。当院では、今年度も『看護の日』のイベントを行います。どうぞ、お気軽にご参加ください。
●日時:2009年5月16日(土)10時00分～15時00分
●場所:1階ロビー
●どなたでもご自由に参加できます。無料です。

聖隷コミュニティケアセンターからお役に立つ商品情報

【杖の転倒防止器 転ばぬ杖のご紹介】
杖の転倒防止器 転ばぬ杖のご紹介です。
●製品の特長
①杖にワンタッチではめ込むだけで、テーブルなどに立てかけられます。
②ラバー磁石で固定可能。プレートに名前や住所が書き込めます。
Mサイズ 直径15～20mmの杖用
Lサイズ 直径21～25mmの杖用です。
聖隷コミュニティケアセンター 佐倉店では
ひも付きM-L 1575円
ひも無しM-L 945円
にて、販売中です。是非お立ち寄りください。