

伝染性軟属腫を知っていますか？



小児科 森 一越 主任医長

俗に言う「みずいぼ」のことです。これは人に感染する最大のウイルスといわれるmolluscum contagiosum virus による伝染性疾患です。直接感染した皮膚と濃厚に触れ合うことで傷口や毛嚢から感染します。伝染性といっても空気や水を介して感染はしませんので、このためにプールを不可とするのは間違っています。

【症状】

痛みも発赤もなく、出来た場所によりかゆみを訴える場合があります。数ミリのドーム状の丘疹で、ピンセットなどでつぶすと粥状の物質が飛び出します。この粥状の物質にウイルスが多量に含まれており、これにより自家感染を来したり全身に広がったり他人に移したりします。潜伏期は2～8週間で、皮疹そのものは2週間以上持続し、2年以上持続する例もまれではありません。

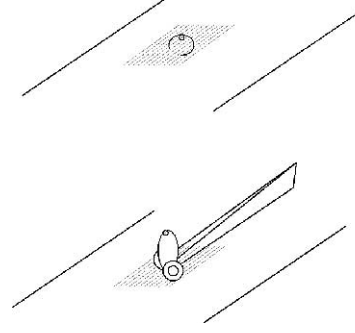
【治療目標】

良性で、比較的狭い範囲に限って出来る疾患であり、特別な治療をしなくても通常数ヶ月で自然に治癒します。終生免疫は得られず、治っても再罹患することもあります。

そのため治療の目標はなにがなんでも治すというものではありません。コスメティックな問題の解決(見掛けをよくすること)や、発生した部位の問題(わきの下など動きに障害を来す場所や肛門周囲など絶えず摩擦が起こる場所やかゆみの強く出る場所における丘疹の除去)というのが治療目標になります。

【治療法】

治療法はいくつかありますが、一番確実な方法は内容の粥状物を取り除くことです。これは特別な器具を使って摘み取るというのですが、痛みを伴いますので多数存在する場合は拷問に近いこともあります。その他液体窒素による凍結、炭酸ガスレーザー、スピール膏の貼布、硝酸銀溶液やグルタールアルデヒド溶液の塗布なども効果がありますが、確実な方法ではなく、皮疹周囲にびらんを形成してしまうこともあります。



丘疹の周囲に表面麻酔薬を塗る。

トラコーマ挟子などで挟み、内容物を押しだし、根こそぎ摘み取る。

【予防】

まずは皮膚を清潔に保つことです。また皮膚に傷がある場合、感染者との皮膚の接触を出来る限り避けること、プールではビート板やタオルの共有を避けるなどを心掛けてはいかがでしょうか。

栄養科通信

夏にピリッと唐辛子

夏の暑さも厳しくなってきましたが、夏バテしていませんか？また、クーラーで体が冷えすぎてしまっている人もいるかもしれません。

そこで今回は唐辛子についてご紹介いたします。唐辛子を使った料理といえば韓国料理やタイ料理などを想像します。しかし、原産地は中南米で、紀元前8000～7000年にペルーやメキシコで栽培されていました。日本には16世紀の中・後期にポルトガルによって伝来したといわれています。

しかし、実際にスパイスとして広く多用されるようになったのは、わずか400年ほどのことでは、

唐辛子の成分はカプサイシン、カロチノイド色素が主なものです。とくにカプサイシンには身体を温める作用や冷え、肩こりにも効果があります。また、殺菌作用や食欲増進、酸化などの作用もあります。

このように多くのパワーを持った唐辛子をいっぱい食べて暑さを吹き飛ばしましょう。

ピリ辛ナムル

レシピ(1人分)

- 材料**
- ニラ……………20g
 - モヤシ……………40g
 - ニンジン……………20g
 - とうがらし…適量
 - 根菜ねぎ……………5g
- A**
- ごま油……………適量
 - 醤油……………小さじ1
 - 砂糖……………小さじ1/6
 - 酢……………小さじ1/2
 - ごま油……………少々

<作り方>

- ① ニラとニンジンを4cmの千切りにし、モヤシと一緒にさっと茹でて、冷めます。
- ② 根菜ネギをみじん切りにしAと混ぜます。
- ③ ①と②を合わせてできあがり。



管理栄養士 新井 理恵 / 大口 純加

聖隷

8月号

さくら通信

Seirei Sakura Tsushin vol. 25
Aug. 10. 2006
発行者/南 昌平



夏 爽々盛り!! ひまわりのように元気一杯過ごしましょう。

- * 第4回市民公開講座開催 / 料理教室のご案内
- * 腎臓病教室 / 糖尿病教室 / 人間ドック
- * 伝染性軟属腫を知っていますか？
- * 各科外来担当および診療内容
- * ～家庭血圧測定のすすめ～
- * 栄養科通信「夏にピリッと唐辛子」

聖隷佐倉市民病院

〒285-8765 佐倉市江原台2-36-2
Tel.043-486-1151 Fax.043-486-8696 http://www.seirei.or.jp/sakura/

第4回市民公開講座開催

- テーマ: 「がん医療とホスピス・緩和ケア」
- 日 時: 9月2日(土) 13:00～14:30 (開場12:30)
 - 場 所: 聖隷佐倉市民病院6階ホール
 - 講 師: 木澤 義之先生 (筑波大学大学院人間総合科学研究科 講師)
 - 主 催: 聖隷佐倉市民病院
 - 共 催: 印旛市医師会佐倉地区
 - 後 援: 佐倉市
 - 申込み方法
聖隷佐倉市民病院 市民公開講座係
(先着順 定員200名) ☎043-486-1154
興味のある方は是非ご参加ください。

～簡単!安心!介護食料理体験～

- 簡単に安心できる介護食を作って食べていただきたい!!そんな思いで、当院の栄養科が千葉ガスさんの協力の下、料理教室を行います。ご参加をお待ちしております。
- 日 時: 8月22日(火) 10:00～11:30
 - 場 所: 千葉ガスリビング臼井
 - 参加費: 500円
 - 定 員: 15名 (先着順) 8月15日締切り
 - 持ち物: エプロン・タオル(手拭用)・筆記用具・参加費
*参加費は釣銭のないようにお願いいたします。
 - 申込み方法
聖隷佐倉市民病院 経営事務課
☎043-486-1154 (大槻おつき)
 - *先着順により定員になり次第、締切らせていただきます。

ご意見・ご感想お待ちしております!!

掲載内容のご意見・ご感想、また、掲載してほしい内容がございましたら、下記までご連絡ください。
〒285-8765 佐倉市江原台2-36-2
聖隷佐倉市民病院 さくら通信編集係 ☎043-486-1151

各科外来担当および診療内容

- 各科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…………… <直通> 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	櫻庭 交替制	齋藤	櫻田 関谷雄	今澤 櫻田	上田 岩田 藤井	交替制

◎必要に応じて専門外来へ紹介いたします。

腎臓内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	鈴木	鈴木 秋原	藤井	一 紹介患者様 のみ対応	鈴木	—

消化器内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	—	藤井	佐藤	佐藤 齋藤	関谷武	—

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

循環器科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	山本	石尾 横山	鳴海	横山	横山	—

呼吸器内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診 【午後】	—	—	—	中村	—	—

神経内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	白井	赤荻	—	—	早川	—

メンタルヘルス科	月	火	水	木	金	土
完全予約制	—	—	—	佐竹	—	—

和漢診療科	月	火	水	木	金	土
完全予約制 【午後】	笠原	—	—	—	—	—

緩和医療科	月	火	水	木	金	土
完全予約制 【午後】	関谷雄	田口	—	—	関谷雄	—

小児科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	森	川村	川村	森	川村	交替制

外 科	月	火	水	木	金	土
初 診	田代	有田	小池	篠崎	井坂	交替制

再 診	有田 小池 柏原	篠崎	井坂	有田 柏原	中村	—
-----	----------------	----	----	----------	----	---

乳腺外科	—	—	—	木下	—	—
血管外科	—	田代	—	—	田代	—
大腸肛門病 【午後】	井坂	—	—	—	—	—

呼吸器外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	—	眞崎	深井	眞崎	眞崎	—

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

初診・再診	南	—	南	—	—	—
-------	---	---	---	---	---	---

再 診	茂手木	永原 岸田	根本	永原 茂手木	根本 小谷	—
-----	-----	----------	----	-----------	----------	---

側 弯 症 【午後】	—	—	南 小谷	—	—	—
---------------	---	---	---------	---	---	---

透析脊椎 完全予約制 【午後】	—	根本	—	—	—	—
-----------------------	---	----	---	---	---	---

骨粗鬆症 第2・第4火曜 【午後】	—	吉村	—	—	—	—
-------------------------	---	----	---	---	---	---

脳神経外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	—	—	—	角南	—	—

泌尿器科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	大西	神谷	大西	交替制	大西	—

眼 科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	渡辺	渡辺 受付 10:30まで	渡辺	村本	渡辺 小片	—

耳鼻咽喉科	月	火	水	木	金	土
初診・再診 【午後】	—	山本	—	—	久満	—

～家庭血圧測定のすすめ～

血圧は、いつでもどこでも出来る身近な健康診断です。実際、自宅に血圧計をお持ちの方も多いことでしょう。

血圧を自宅で測定するメリットには、①病院や職場の健康診断では高めになってしまう「白衣高血圧」診断の重要な情報になる②すでに治療中の場合は、薬の利き具合を確認出来る③体調がすぐれない時の身近な検査である…などがあります。

そこで今回は、家庭での血圧測定の方法について紹介したいと思います。(注:高血圧治療中の方は、測定回数や条件について主治医にご確認ください)



<測定部位>

上腕が推奨される。測定においては座った状態で、カフ(圧迫帯)は心臓の高さにあるようにする。腕は伸ばした状態で、上腕の筋肉の緊張をとくため、前腕を机・テーブルの上に置く。

<測定回数>

朝晩それぞれ少なくとも1回ずつ。原則的には連日測定で長期間が望ましい。(可能であれば、労働時間帯の血圧も測定する)

<測定条件>

朝:起床後1時間以内(排尿を済ませ、朝食・服薬前)座って1～2分安静後
晩:就床前で座って1～2分安静後(夕食後に降圧薬の服用がある場合は、夕食前の測定も重要)

引用:「家庭血圧測定条件設定の指針」日本高血圧学会発行

平成18年7月より健診センターは政府管掌健康保険「生活習慣病予防健診」実施医療機関に選定されました。

Seirei Sakura Tsushin Aug.10.2006 vol.25

腎臓病教室

- 日 時: 毎週木曜日 15:00～16:00 (第5木曜日はお休み)
- 場 所: 6階ホール
- 腎臓にはいろいろな働きがあり、その働きが病気によって阻害されてしまうと様々な影響が現れます。腎臓病教室では腎臓内科の医師をはじめ、看護師、薬剤師、栄養士、臨床検査技師、ソーシャルワーカーがそれぞれの専門分野について、わかりやすく講義を行っています。
- 腎臓病の検査から日常生活の注意、血液透析の方法など各週ごとにテーマを決め腎臓病についての知識を深め、病気と一緒に付き合っていくお手伝いをしています。みなさんも腎臓病教室に参加してみませんか？

糖尿病教室

- 場所 6階ホール ●時間 ○15時～16時 ◆13時半～14時半【8月の予定】
- 8月 1日 糖尿病について ○8月18日 足の手入れについて
- 8月 4日 食餌療法について ○8月22日 糖尿病について
- 8月 8日 糖尿病の薬について ○8月25日 食餌療法について
- ◆8月11日 糖尿病の検査 ○8月29日 糖尿病の薬について
- ◆8月15日 理学療法について

◎各教室お問合せ先 ☎043-486-1151 (代表)
◆事前申込みは不要です。どなたでも参加可能です。

人間ドック

健診専用フロアにて1日人間ドック、各種オプション検査、健康診断を受診していただけます。人間ドックの受診から、あなたの健康づくりがスタートします!! 皆さまのご利用をお待ちしております。聖隷佐倉市民病院 健診センター ◎お申し込み・お問合せ(直通) ☎043-486-0006