



楠だより 12月

— 2013年 —

偶数月発行 NO.37 H25.12.25 発行責任者:病院長 編集:広報委員会

健康手帳

28

～手荒れを治しましょう!!～



○手荒れとは?

手荒れは医学的には手湿疹というもので、手首から先の限られた部分に湿疹が生じる状態をいいます。主婦などの水仕事をよく行う人に生じ利き手に症状がでやすいものを主婦湿疹、多汗や金属アレルギーの一部症状として小さな水疱が指にでやすい状態を汗疱と呼びます。

○手荒れの原因は?

手が人体の中で最も外的刺激を受けやすい場所であることが症状の出現に大きく関係しています。原因は非常に多彩ですが、①手洗いの習慣 ②職業 ③アトピーや乾燥肌の体質 ④気候 ⑤かぶれを生じやすい物質との直接的な接触 などの関与が考えられます。

○手荒れの検査と診断

アレルギー性の接触皮膚炎(かぶれ)や金属アレルギーが原因として想定されるようなケースでは検査としてパッチテストを行い原因の究明に役立っています。診察では日常生活でどのようなものと接触しているかを注意深く問診し、アトピー体質についても注意をはらう必要があります。一見手荒れのようにみえて、手指の白癬(みずむし)の場合もありますので正確な診断が重要です。

○手荒れの治療と予防

治療はまず、手の保護と保湿剤を中心としたスキンケアです。湿疹病変が難治であればステロイド剤の外用を行います。主婦湿疹や職業性の手湿疹では手を使う仕事の制限が大切です。一旦手荒れを悪化させると手のバリア機能が損なわれ正常な状態ではかぶれないものにもかぶれるようになり悪循環をまねきますので、状態を悪化させる前に早め早めの予防と原因の究明が大切です。

日常生活で心がけること



- お薬を正しく使いましょう
- 刺激を避ける
- 手を大切に
- 手を洗いすぎない
- 油断は大敵!?



病院の 基本理念

1. 患者中心の医療の実践
2. 人間性豊かな医療人の育成
3. 高度先進医療の開発と推進
4. 地域医療連携の強化
5. 災害救急医療の拠点活動
6. 医療を通じての国際貢献

目次

健康手帳(28) ～手荒れを治しましょう!!～	1
オリンピック強化スタッフとして活躍!	2
検査部からのお知らせ	2
健康レシピ 第29回 ガトーショコラ・豆腐・ドルチェ	3
診療科から 呼吸器外科	4
患者さんの声	4

日本オリンピック委員会強化スタッフとして活躍しています!

当院の整形外科にて医員として勤務し、現在はピッツバーグ大学整形外科に留学中の荒木大輔医師が、平成25年度の「日本オリンピック委員会強化スタッフ」に選任され、活躍しています!

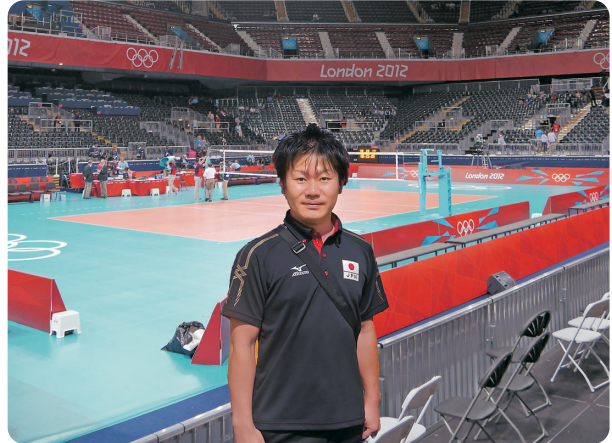
荒木医師は、社会人アメリカンフットボールの“エレコム神戸ファイニース”、Vプレミアリーグ(バレーボール)の“久光製薬スプリングス”、ラグビートップリーグの“神戸製鋼コベルコスティーラーズ”を歴任しており、そして平成22年4月1日から全日本バレーボールチームのチームドクターに就任しています。

今後は、2016年リオデジャネイロオリンピック、2020年東京オリンピックに向けて、メディカルサポートの面で多大なる貢献が期待されます。

荒木医師、ファイト!!



全日本女子バレー監督・チームマネージャー(中央)と

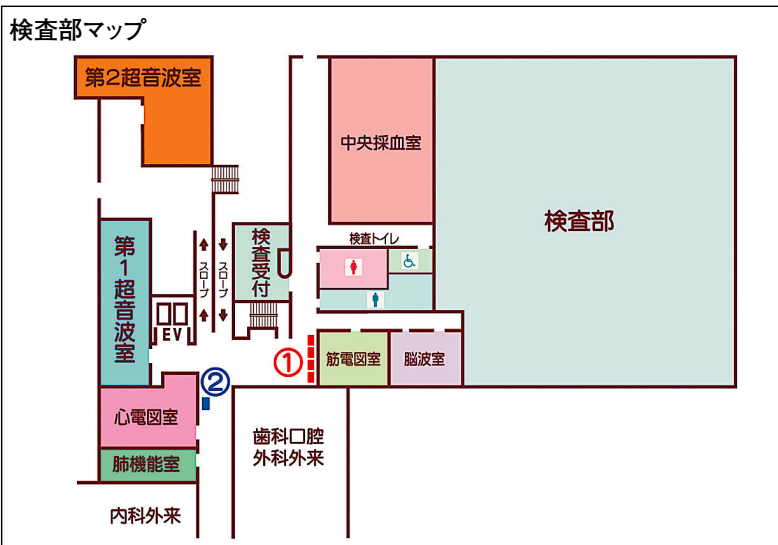


Earls Courtにて(2012年ロンドンオリンピック)

検査部 リニューアルオープン!

ご不便をおかけしておりましたが、検査部の改修工事が終わり、リニューアルオープンします。
現在、ホスピタルホールに仮移転中の中央採血室も中央診療棟2階へ戻ります。

平成26年1月6日より



●受付場所が変わります。

外来患者さん⇒自動受付機①

入院患者さん⇒自動受付機②

●採血ブースが10台に増え、採血がスムーズになります。

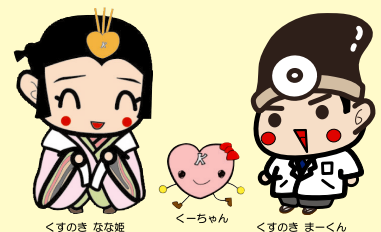


くすのきファミリーのノック式黒ボールペン

販売価格:120円(税込) **絶賛好評発売中**

お求めは
ドラッグストア慈恵(ファミリーマート内)まで

★営業時間★
平日…AM7:30~PM5:00/土日祝…休み



くすのき ななね

くーちゃん

くすのき まーくん



一品料理で満足感アップ

低エネルギーおやつ編

ガトーショコラ・豆腐・ドルチェ

栄養量 (1人分)

エネルギー	49kcal
たんぱく質	3g
脂質	2g
糖質	11g
食物繊維	1g
食塩相当量	0g

12月と言えばクリスマスですね!そこで今回は、クリスマスケーキにも最適で、病院食のメニューでも好評のデザートをご紹介します。通常のケーキには砂糖などが多く含まれており、血糖値が急激に上昇してしまいます。しかし、今回ご紹介するケーキは、砂糖の代わりに低エネルギー甘味料を使用することでエネルギーを抑え、また、バターや卵の代わりに豆腐や豆乳を使用し、なめらかでこくのあるデザートとなっています。ぜひ、お試しください。



※写真は約11cm×11cmの食器で、盛り付けは1人分です。



材料(2人分)

絹ごし豆腐	90g
ココア(大さじ1)	6g
コーンスターチ(小さじ2強)	4.2g
A 低エネルギー甘味料(小さじ2弱)	6g
寒天(小さじ1強)	1.2g
豆乳(大さじ1弱)	14.4g
いちご(2個)	36g
ミント	2g

計量の単位は、小さじ1=5ml、大さじ1=15ml

- 1 絹ごし豆腐の水気を切っておく。
- 2 ケーキ型にクッキングシートを敷いておく。
- 3 1の絹ごし豆腐をフードミキサー(またはすり鉢)でなめらかになるまで混ぜる。
- 4 ボールに3とAを加え、均一になるまで混ぜる。
- 5 2のケーキ型に4を流し込み、170℃のオーブンで35分加熱する。
- 6 5の粗熱をとり、冷蔵庫で冷やす。
- 7 6を切り分け、いちごとミントを飾る。

ここがポイント



- 低エネルギー甘味料を使用することにより、通常の砂糖を使用するより、同じ甘さでエネルギーを約60%カットできます。低エネルギー甘味料にはいろいろな種類がありますので、栄養士にご相談ください。
- 乳製品や卵を使用していないので、コレステロールを気にされている方にもおすすめです。

メニュー考案:エームサービス(株)岩倉 和也、編集:栄養管理部 三ヶ尻 礼子

食事・栄養についてのご相談は、月～金曜日に予約制で行っています。お気軽に医師、看護師、管理栄養士にお申し出ください。

●栄養相談に関する問い合わせ先●
栄養管理部 ☎078-382-6820 (直通)
受付時間 平日8:30～17:15

呼吸器外科

呼吸器外科という科をご存知ですか？少し耳慣れないと思いますが、私たちは、近年急速に増加している肺癌を始め、縦隔腫瘍、気胸、膿胸といった病気の治療を中心にしています。外科ですので、治療の殆どが手術になりますが、その90%以上を胸腔鏡手術という技術を用いています。胸腔鏡手術は、カメラと鉗子という細い器具を使い、小さい傷で病変を切除する方法で、これまでの傷の大きな手術と比べ、痛みなどの辛さ、さらに合併症が少ない患者さんに優しい手術です。

「手術」というと患者さんに「大丈夫かな」という不安が必ずつきまといます。呼吸器外科スタッフはできるだけ分かりやすくじっくりお話しすることで、少しでもその不安を和らげて治療に臨むことも重要だと考えておりますので、病状だけでなく、治療、術式の説明にも全力を尽くしております。

昨年末に呼吸器外科教室が創設されてからまだ1年が経過したところです。スタッフも5人と少ないですが、スタッフ全員が治療の必要な方に少しでも安心していただける治療を目指しており、チームワークは抜群です。これからも、さらに患者さんに優しい治療を心がけていきたい一心で日々努力しております。



患者さんの声

「くすのきまーくん」は、先生が作られたものだとNHK「あさイチ」で知り、嬉しくなりました。初来院時にエスカレーターで発見し、何故「くすのきまーくん」なのか分からず調べたりして、神戸の歴史にも興味湧き、来院時のまーくん探しも楽しみにしていました。でもどこかにキャラクターの由来があると、より病院に親しみがわくように思います。

2013.10.31付けご意見



くすのきまな姫

PR
がんばらなくちゃ!

ご意見ありがとうございます！



くすのきまーくん

ご意見ありがとうございます。また、マスコットキャラクターにも興味を持って頂き大変励みになりました。

「くすのきまーくん」は現在「くすのきファミリー」となり、少しずつ活動の場を広げています。キャラクターの由来は病院ホームページに掲載しておりますのでぜひご覧下さい。地元「楠町」にゆかりの深い「楠木正成公」をイメージした「くすのきまーくん」、所在地の「楠町7丁目」から命名した「くすのきなな姫」、職員の温かい心を表したハート型の「くーちゃん」です。みなさんに末永く愛されるよう、これからも皆さんからのご意見を頂きながらPRに努めていきたいと思っております。

よろしく～



くーちゃん



院外処方箋の使用期限は
発行日を含めて**4日間**です。



病院敷地内
禁煙にご協力を



忘れ物、落とし物は、1階
受付6番窓口でお預かり
しています。内線3075