

熊本地域医療センターだより

通算185号

院長 杉田裕樹

令和2年(2020年)10月発行

熊本地域医療センター電話番号(代表) 096-363-3311 FAX 096-362-0222

202010月号

熊本地域医療センター 理念

かかってよかった。
紹介してよかった。
働いてよかった。
そんな病院をめざします。

contents

- 友達の輪～Relayトーク 第7弾 … P1～2
- アレルギー診療センター特集
- 食物アレルギーのみなさんこそ、災害時の備えを… P2
- 「成人アレルギー外来のご紹介」…… P3
- マスクで肌荒れしてませんか? …… P3
- 「喘息に用いられる薬剤について」 …… P4

「友達の輪～Relayトーク 第7弾」 開業後26年間の思い

水前寺内科循環器科 やまぐち 山口 えいじ 英治



医師会員の皆様こんにちは。私は水前寺で内科・循環器科を開業しております山口英治と申します。熊大代謝内科の同門であります武藤眼科・大久保内科の大久保康生先生よりご指名がありましたので、Relayトークさせて頂き、私の最近までの雑感を書こうと思います。私は、父の後を継ぎ平成6年に開業しましたが、早いもので26年たってしまいました。その間、看護学校の講師、広報委員会、病院運営委員会等々、医師会や地域医療センターといろいろ関わらせて頂きました。また、地域医療センターは主にCTやMRIの検査、糖尿病関係でお世話になっておりますが、本当に有り難く思っております。CTやMRIはDVDの他に丁寧な読影所見を添付し

て下さり、患者さんへの説明におおいに役立っております。また、糖尿病は食事療法と運動療法とはいいますが、あまりに血糖コントロールが悪い人は、運動療法はかえって逆効果で、入院の上、食事療法とインスリン療法を行う方が糖毒性の悪循環を断ち切り、良い結果を生む事が出来ます。そのような際に地域医療センター代謝内科を利用させて頂いております。本当に感謝申し上げます。さて26年間を振り返ってみたいと思います。私の開業理由が父の病気の為で、機が熟してもない時期に、何の理念もたず、開業したものですから、何か医院経営の武器になるものをとCTを導入した事を覚えています。当然、ずっと前から使用しておりませんが、ペイするはずなどありません。今にして思うと、最初から、地域医療センターのCTを利用させてもらっていたら、現在の熊本地震借金、コロナ借金はなかったかとも思っています。そのように最初の出足は医者らしからぬ恥ずかしいものでしたが、現在は、子供の医学部入学を機にもう一度解剖、生理、分子生物学等の基礎を勉強し直した事で少しはまともになったと思っております。現在社会はネットと切り離せないものになってはいますが、いちいち教科書を紐解かなくても、ヌクレオチドの構造、線溶凝固系や解糖

系の pathway、アラキドン酸からプロスタグランジン、何何治療のガイドラインなどなど、すぐ手に入り、パソコンに保存できます。教科書で調べるより、自分が必要としている知識をダイレクトにすぐ調べられるので、頭に入りやすく理解しやすいです。本当に有り難い世の中になっています。とはいえ、ひとたび、学会等に参加すると、分子レベルの医学、医療ばかりで、医学の進歩を痛感しております。どんどん取り残されていきそうですが、頑張ってみようと思う心が生きがいにもなっているようです。また、開業して10年たったころからゴルフも出来るようになり、先輩や友達と遊べたのはいい思い出となっております。私のホームコースは御船チサンでしたが、18番ホールまでつぶさに思い出せるのはいい経験でした。ただし、悪い思い出8割強、いい思い出2割弱のようです。おとし、私に医者者の勉強

のやりなおしの活力を与えてくれた息子も結婚しましたが、本年7月には太宰府で初孫のお宮参りとお食い初めを行う事ができた事は大変幸せでした。生きていればこそ味わう事ができるものです。新型コロナは心配ではありますが、2、3年後には、そういう時もあったなあと考える時が来る事を信じています。これからも、健康で有る限りは開業医として生きていくつもりですが、地域医療センターのスタッフにはいろいろお世話になる事と思います。ひとつよろしくお願いいたします。そこで、私の Relay トークですが、水俣総合医療センター勤務時代、家族ぐるみのお付き合いをした先生たちの中から、(その息子さんたちもみなさん医者になっております) 8月から熊本市医師会に入られた城南町のたまの内科クリニックの玉野井優水先生に繋がりたいと思います。よろしくお願い申し上げます。

アレルギー診療センター特集

食物アレルギーのみなさんこそ、災害時の備えを

アレルギー診療センター・センター長 にし なつこ 西 奈津子



2016年に熊本地震を経験した私たちですが、それ以降も毎年のように台風や豪雨で各地に被害が発生し、いつどこで大きな災害が降りかかるか分からない

時勢となりました。加えて今年は新型コロナ。突然「はい、今から自宅待機です。外に出ないでください」と通告されてしまうかもしれません。その時に「あー、〇〇だけは！買いに行かせて…」と思っても、もう出られません。

食物アレルギー外来では、管理栄養士の指導の下、代替食品や栄養面のアドバイスの他に、災害時の備えについてもお伝えするようにしています。テレビなどでは災害時にアレルギー用ミルクを探すお母さんの姿が映し出されるイメージがあります。加えて熊本地震後のアンケートでは、小麦アレルギーの方が食料調達に困難を感じた割合がより高いという結果がでました。小麦は小児だけでなく、成人でもア

レルギー患者が増加している食品です。

炭水化物は非常時に脳をフル回転させるためにも必要です。しかし、思い返せば震災時に私の手元に最初に届いた食品はパン(小麦)でした。炊き出しもだご汁や麺類など小麦を使ったものが多く提供されます。おにぎりもありますが、食中毒の心配があります。災害直後の現場では小麦以外の主食(炭水化物)の確保が困難だったんだということがアンケートから窺えました。

また、災害時の備えとして備蓄品を日常の食事に取り入れていく「ローリングストック」が注目されています。一般的には「味」の確認や「気づいたら期限切れ」を防ぐために推奨されていますが、アレルギーの場合は「本当に食べてOKな食品かどうか」を平時に確認しておくことも大切な心構えとなります。アレルギーのある方も無い方も、コロナ禍の新しい生活様式にローリングストック、本腰入れて取り組んでみてはいかがでしょうか。

「成人アレルギー外来のご紹介」



アレルギー診療センター・副センター長 ^{つむら}津村 ^{しんすけ}真介

昨年も同様の文章を書かせていただきましたが、まだまだ浸透していないと感じましたので、成人アレルギー外来の紹介をさせていただきます。

ご紹介いただくことが多いのは食物アレルギー症例です。経口負荷試験にも対応しております。成人では遅発性反応を起こすこともあり原則一泊二日の入院で対応させていただいております。お若い患者さんにとっては時間と経済的コストは小さくありませんし、食物アレルギーには残念ながら根治治療というのはありません。このため、成人の患者さんでは、負荷試験まで至らないことも多くございます。当院ではまず面談をさせていただき患者さんのニーズを把握し、採血、皮膚テストなどを行い、経口負荷試験の意義について説明させていただくのが通常の診療の流れとなっております。

また、食物アレルギーは採血で感作が成立するか

らと言って、症状が出現するからと言って一律な除去をするべきでもありません。ご本人の社会生活上のQOLとのバランスがとれるように指導させていただくことを心掛けております。

さらに、問診を詳細に行わせていただき、他のアレルギー疾患が併存していないかも見つけ出すようにしています。例えば喘息が疑われるときには必要な検査を行います。コントロール不良な他のアレルギー疾患をしっかりと治療するだけでも、食物アレルギーの症状も改善することもあり、患者さんに喜んでいただけます。総合的なアレルギー疾患のマネジメントこそ、当外来の強みかも知れません。

耳鼻科、皮膚科の会員の先生におかれましては、アトピー性皮膚炎や好酸球性副鼻腔炎に対する生物学的製剤の適応と思われる患者さんがいらっしゃる場合、その導入のお助けもできるかと思えます。遠慮なくご紹介ください。



マスクで肌荒れしてませんか？



皮膚科医長 ^{いちばら}市原 ^{あさこ}麻子

コロナウイルス感染対策で日常生活の中にマスクが不可欠となっています。もともとインフルエンザ予防や花粉症対策でコロナウイルス以前からマスクをされる方も多かったと思えます

が、それでも長時間しかも夏の蒸し暑い時期にマスクを着用することはほとんどなかったかもしれません。世間でも「マスクによる肌荒れ」というのが話題になっています。マスクが接触する部分に赤みやぶつぶつ、かゆみ、痛みが出現し、ニキビなどともあった皮疹も悪化します。マスクによる皮膚の摩擦（皮膚は摩擦に弱いのです）、発汗や皮脂の増加、呼吸や汗によるマスク内部の蒸れ+マスクを外した際の急激な湿度・温度の変化による水分の蒸発による皮膚の乾燥によって肌荒れが起こるといわれています。

対策としては、肌を洗顔料で洗って清潔にする、そのあとの保湿剤（病院で処方するワセリンやヘパリン類似物質含有軟膏など、市販のものでも可）に

よるスキンケアが重要です。特にアトピー性皮膚炎や乾燥肌があると、少しの刺激で肌が荒れやすくなるので、皮膚の保護のため保湿は必須となります。マスクの質やサイズも重要です。布製マスクのように通気性が良いと着用感は良くても、本来のマスクの目的である飛沫感染を防ぐ効果が薄れるリスクがあります。不織布はややゴワゴワしていますので、肌の弱い方は肌触りの良い薄いガーゼのような布を間に挟むとよいかと思えます。サイズも鼻から顎がカバーできる適切なサイズが大切です。小さくても大きすぎても摩擦が多くなってしまいます。マスクサイズの測り方が日本衛生材料工業連合会のホームページに掲載されていました。<http://www.jhpiea.or.jp/product/mask/mask2.html> またマスクのひもで耳の上部がこすれて皮膚炎を起こしている例もあります。耳の摩擦を減らすためにも、柔らかくて、幅のあるタイプのひもを選んだり、クリップなどにひもを引っかけて後頭部でマスクを固定するなど工夫は必要です。マスクの摩擦を減らすグッズもいろいろ販売されているようです。

「喘息に用いられる薬剤について」



薬剤部 **よこた たかし**
横田 崇

平素は大変お世話になっております。今回、喘息の治療に用いられる薬剤について紙面をお借り致したいと思っております。数十年前に吸入ステロイド剤が発売されてから現在に至るまで、数多くの吸入薬が使用されています。この間、様々な成分や吸入デバイスが登場すると共に、服薬のコンプライアンスと利便性を高めるため複数の配合剤が誕生しました。そのため、以前と比べ吸入デバイスの違いや取り扱い方法は複雑になってきています。例えば、使用開始前の前準備（空打ちやセッティング）の違いや吸入時の手技・注意点の違いもしくは残量確認方法の違いなど、薬剤の種類によって様々です。このため吸入薬の説明を行う際、説明書や形状見本等による十分な説明と患者さんとの対話を大切にしながら確実な吸入手技の習得に繋げることが重要と思われまます。

喘息の治療は服薬継続と日常生活の工夫が重要であり、良好な状態を長期間維持するためには、症状

や発作がなくても服薬を継続することが大切です。しかしながら、症状改善により吸入薬を中断してしまうケースがあり、ある調査では途中で止めてしまう理由として、①調子が良くなった（発作が出てから始めれば良い）、②毎日続けることが煩雑、③効果をすぐに実感しにくい、④連用による副作用が心配などが挙げられています。

①～③に対しては、「治療により症状が改善し、吸入を継続することで症状がない生活を送ることが可能になるが、もしも途中で止めてしまうと、無症状であっても気道の炎症が消えてはいないため気道が狭いままとなるばかりか元の状態に戻らなくなってしまふ」、④に対しては「直接気道に届くので少量で済み全身的な副作用も少ない」という説明が重要となります。近年、吸入薬に加えて注射薬も複数登場しており薬剤の多様性が増しています。喘息治療薬のよりよい説明を目指して、今後も情報収集と知識向上に努めて参りたいと存じます。

熊本地域医療センター勉強会のお知らせ

日時／10月26日(月) 19:00～20:00

会場／Web 講演会

※事前に申し込みいただければ少人数での直接参加もご案内できます。

※申し込み案内は医師会週報にてお知らせいたします。

※予定が変更になる場合がありますのでご注意ください。

「腸閉塞治療の Up date」

CC 0：その他

外科 岡部 弘尚 先生



熊本地域医療センター

■医師へ直接紹介される方はこちら

☎096-363-3311 (代表)

■何科に紹介するか迷っている場合はこちら

※ベテラン看護師が対応いたします！

(平日9:00~17:00) ☎096-372-0600

■画像診断・内視鏡などの検査予約はこちら(連携室)

☎096-366-1323

編集後記

Y 10月号のRelayトーク第7弾は水前寺内科循環器科の山口英治先生に書いていただきました。早速、8月から熊本市医師会に入られた城南町の玉野井先生に撃いでいただきました。ありがとうございました。特集では、当院の特徴の一つになりましたアレルギー診療センターを取り上げました。よろしく願います。

K コロナ禍により、秋の運動会中止の声が聞かれ、寂しいですね。先日、同僚が、「この季節になると、子どものころの運動会。出始めたばかりの真っ青なすっぱいミカンを思い出す」と、〇〇年前の懐かしく微笑ましい思い出です。

H 10月号はアレルギー診療センター特集を組ませていただきました。元々、何一つアレルギーのない私ですが、今回の記事を読ませていただき、アレルギーをお持ちの方の大変さを感じました。大人になってからも発症すると聞いたことがあるので、今回の特集は大変勉強になりました。