

あたたかくてやさしい医療を



高木病院だより

TAKAGI HOSPITAL NEWS

診療科目：外科・内科・消化器科・肛門科・
皮膚科・リハビリテーション科
在宅医療・訪問看護・人間ドック
診療時間：月～金曜日 午前9時～午後1時
午後4時～午後7時
土曜日 午前9時～午後1時

※日曜日・祝祭日は休診ですが、救急患者は随時対応します

TEL 059-382-1385 FAX 059-383-3279

URL <http://www1.biz.biglobe.ne.jp/~takagi/>

編集/発行 高木病院 〒513-0014 三重県鈴鹿市高岡町550 (三重交通 南高岡バス停前 下車)

こんにちは

梅雨時でジメジメした日の多い今日この頃、みなさま体調管理は万全でしょうか。空調設備の整った現在、人間のからだは外気にさらされた時の体温調節が鈍くなってきていると言われてます。ちょっとした気温の変化でカゼをひいたり、体調を崩したりすることが多い季節、室内ばかりにこもらず、散歩に出てみたり、自転車で買い物にでも行かれてはいかがでしょうか。

少し前になりましたが、王監督率いる日本代表チームがWBC（ワールド・ベースボール・クラシック）で世界一になりました。

サダハル・オー（アメリカ的に言うと）は、生涯868本のホームランを打ったことでメジャーリーグでは『世界の王』と高く評価されながらも、日本の狭い球場で打ったもの、という軽視されている面もありました。

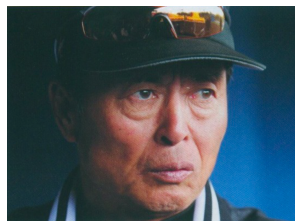
しかし、今回の優勝で野球人・王貞治は完全な『世界の王』になったのです。

王監督の背番号は『89』。これは『ボクは野球が好きだから』と自ら選んだ『89（やきゅう）』なのです。WBC戦を伝えるマスコミの中には『ベースボールがヤキウに負けた』と紹介しているものもありました。

この勝利は『運』も味方したような形でしたが、サダハル・オーのこれまでの不断の努力が実を結んだのでしょう。

この姿勢は、我々医療現場で働く者にとっても見習うべきところがあると思います。

我々に『運』があるかどうかはわかりませんが、スタッフ一同、日々向上心を持って努力して参りたいと思います。



★5月12日は看護の日★

今年も5月12日、看護の日（ナイチンゲールの誕生日にちなんだ日）に、ご来院のみなさま、入院患者さまにメッセージカードと粗品をお渡ししました。

これからも患者さまの心に寄り添い、やさしさと思いやりのある看護を提供することで、笑顔とやすらぎをもたらしたいと考えております。



★サクラ満開でした★

今年も一般的なサクラ前線には一週間遅れで病院中庭のサクラの木（唯一）が満開になりました（下写真）。

例年になく、枝いっぱいサクラの花が咲き、ようやく“らしく”なってきましたようです。

これも、いつも病院の庭木の世話をさせていただいている桐生造園さんのおかげだと思っております。この場をお借りして感謝申し上げます。

サクラは、花びらを眺めるのもよいですが、それが散ってからの葉桜（はざくら）も見ていて元気づけられるような気がします。皆さまもお時間がありましたら、診察や面会の帰りにご覧くださいませ。



★新人スタッフ紹介★



まずは笑顔で勝負！
松井利恵さん（左）
河崎裕子さん（右）です

こんにちは。事務の河崎裕子、松井利恵です。

高木病院に就職して2カ月半が経ちました。覚える事はまだまだたくさんありますが、先生やスタッフの皆さま方にはやさしくご指導していただき、本当にありがたく思っています。

まだまだ力不足でご迷惑をおかけすることも多々あると思いますが、初心を忘れず、一生懸命頑張っていきたいと思っておりますので、これからもよろしくお願ひします。

★くすりのお話★

～ジェネリック医薬品について～

薬剤師 渡部 愛

最近TVや新聞などの広告で目にする機会の多くなったジェネリック医薬品（後発品）ですが、これはどのようなものなのでしょうか？

新薬の開発には莫大な費用と長い年月をかけて様々な研究や試験が行われています。そのため、発売後には何年かの特許権が認められています。

ジェネリック医薬品は新薬の特許が満了したのちに、それと同成分を含む医薬品として発売されるものです。特許期間内に十分有効だと安全性が確立されている上に、開発にかかる費用が極端に安くすむので、ジェネリック医薬品は新薬として発売された薬（先発品）より安いのです。

この医療費の負担の面からみたメリットから、平成18年4月1日からは、医師にジェネリック医薬品を処方する意志があり、患者がジェネリック医薬品のメリットとデメリットの説明を受け、同意した場合に、先発品をジェネリック医薬品に変更することが出来るようになりました。

ところで、この様に『安い』というメリットばかりが取りざたされていますが、果たしてデメリットはないのでしょうか？ 医薬品の主体とする成分は同じであっても、その製造工程や添加物が違うなど、先発品とジェネリック医薬品は全く同じものとは限りません。

また、先発品を製造するメーカーは莫大な費用と時間をかけて基礎研究や臨床試験を行っているため、非常に多くの情報を持っていますが、ジェネリック医薬品製造メーカーにはその規模にかなり差があり、十分な医薬品の情報提供体制を持っていないメーカーも存在するのです。

また、ジェネリック医薬品の中には品質に問題のあるものや、安定した供給が得られないものもあります。

このように沢山存在するジェネリック医薬品メーカーの中には、情報提供の面、医薬品の品質の面、安定供給の面など、様々な面において問題のあるメーカーが存在することも事実なのです。そして、すべての医薬品において安さを求める余りに、『特許期間が終われば先発品はジェネリック医薬品に』という流れが定着すれば、『医薬品の新たな開発』という医薬品メーカーの開発意欲の低下にもつながりかねません。

しかし、医療費増大が懸念される今、ジェネリック医薬品を上手に使うって節約する取り組みも大切になってくると思います。

もちろん、情報提供、医薬品の品質、供給の面で先発メーカーと同等の体制をとっているメーカーも存在します。

重要なのは、『安い』というメリットにのみ目を奪われず、きちんとメリットとデメリットを知り、その上で選び、使い分けていくことなのです。



6月1日から新しく入った永井明子です。よろしくお願ひしますっ！

二人で頑張ります！
渡部 愛さん（左）
永井 明子さん（右）

★郵便ポスト★

～デザインしてみませんか～

病院駐車場にある当院の私設郵便ポスト。ただいま、新しく塗り替える準備をしています。

いままで通りのオレンジ色でもいいのですが、今回は皆さまからのデザインを募集中。

外来受付に備えてある用紙に（わからなければスタッフにお尋ねください）デザインして、お渡し頂ければと思います。ポップでたのしいデザイン、ひねり出してください。きわどいのもOK？
子供たちからの応募も喜んでお受けいたしております。



知っているようで知らない 水虫の話

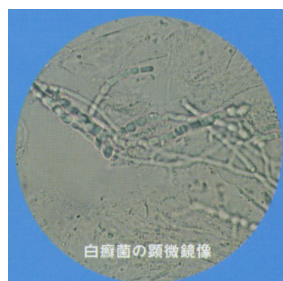
■水虫は皮膚にカビが寄生することで起こる感染症

足の水虫と呼ばれているものは、医学的には足白癬（あしはくせん）と言います。足白癬は白癬菌（はくせんきん）というカビの仲間が皮膚に寄生して起こる感染症です。白癬菌は皮膚の表面をおおっている角層の成分であるケラチンというタンパク質を栄養源にしているので、足だけでなく、皮膚ならからだのどこでも、さらには皮膚の一部である爪や毛髪にも寄生します。

白癬は白癬菌がついた場所によって病名が変わります。頭髮に寄生すれば頭部白癬（シラクモ）、陰部（内股部）に寄生すれば陰部（股部）白癬、手に寄生すれば手白癬、爪に寄生すれば爪白癬（爪の水虫）、体に寄生すれば体部白癬（タムシ、ゼニタムシ）となります。

■白癬の診断

白癬かどうかを診断するために、皮膚や爪の一部を削って、その中に白癬菌がいるかどうか、顕微鏡を使って調べます。



水虫にも タイプがあります

■足白癬の3つのタイプ

足白癬には趾間型、小水疱型、角質増殖型の3つのタイプがあります。趾間型と小水疱型に同時にかかることもあります。角質増殖型と小水疱型が同時にみられることはありません。

◎趾間型（しかんがた）

足の趾（ゆび）の間（趾間）が赤くなって皮がむけたり、ただれてジメジメしたり、皮が白くふやけたりします。



◎小水疱型（しょうすいほうがた）

足の裏や側面、趾の腹などに細かな水ぶくれ（小水疱）ができてまわりが赤くなります。

小水疱は日が経つと乾いてかさぶたになり、一旦治ったように見えるときがあります。

多くはかゆみを伴います。



◎角質増殖型（かくしつぞうしょくがた）

足の裏全体がカサカサして厚く硬くなり、ポロポロと皮がむけたり、踵（かかと）がひび割れてアカギレのようになることもあります。

ほとんどかゆみを伴いません。



■角質増殖型足白癬のポイント

Point① — 冬に悪化する

趾間型や小水疱型は、夏場に症状が出るのが普通ですが、角質増殖型足白癬は汗をかかなくなり、空気も乾燥してくる冬になると悪化します。

Point② — 爪白癬を合併していることが多い

爪白癬は、足の皮膚に寄生している白癬菌が徐々に爪の中に入り込んだために起こる爪の水虫ですが、角質増殖型足白癬は水虫になってからの期間が長い方が多いため、爪白癬を合併する頻度が高いのです。



■小児の足白癬はほぼ100%家族内感染

水虫というと、大人の病気と思われがちですが、小さい子供がかかることも珍しくありません。

小さい子供の水虫はほぼ100%家族内感染で、両親あるいは祖父母からうつったケースがほとんどです。



6歳女児に認められた足白癬。感染源は父親。

■治療

陰部（股部）白癬・体部白癬（タムシ・ゼニタムシ）と足白癬（趾間型と小水疱型）は外用薬（抗真菌剤）による治療を行います。前2者では2～3週間程度、後者では2～3カ月以上塗り続けることが必要です。

いずれの場合でも毎日根気よく、欠かさずに塗り続けることが大切です。

角質増殖型足白癬や爪白癬では外用薬を塗っても薬の効果が殻質層の深いところにいる白癬菌にまで行き渡らないため、内服薬による治療を行います。1日1回、おおむね3～6カ月間、毎日飲み続けることが必要です。

最近では、1日に通常の4倍量の内服薬を月の初めの1週間だけ服用し、これを3カ月（3回）続けるパルス療法が新しい治療法として認められています。

いずれの場合も医師の診断を受けた上で適切な治療を受けるようにしましょう。

また、家族内に水虫患者がいる場合は、みんなで一緒に治療することが必要です。

★栄養士からのおすすめレシピ～第7回★

管理栄養士 石橋はぢめ

毎日気温が上がり、つい冷たいジュース等の飲み過ぎなんてことに…。そんなとき疲れた胃を守ってくれるのが“オクラ”。他にも整腸作用、血糖値の上昇を抑えたりと強い味方です。一品目はそんな“オクラ”を使ってみました。

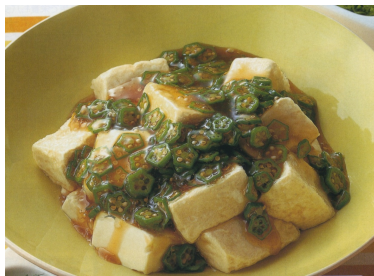
もう一品はカレー風味で食欲も期待できそう。旬の夏野菜でビタミン・ミネラルをしっかりととり、暑い日々を元気にお過ごしください。

★水晶豆腐

120kcal (1人分) 塩分 1.2g

《材料：2人分》

絹ごし豆腐……一丁
オクラ……1パック
めんつゆ……大さじ1
片栗粉……20g
大葉の千切り…好みで
おろし生姜……好みで



作り方

- ① 豆腐は一口大に切って水けをふき、片栗粉をまぶして熱湯でゆでる。表面が透き通ったら冷水にとり、水けをきっておく。
- ② 水1カップにめんつゆを加え、オクラの輪切りを加える。
- ③ 水けをきった豆腐を皿に盛り、②をかける。

★涼風サラダ

110kcal (1人分) 塩分 0.5g

《材料：2人分》

角寒天……1本
なす……1個
トマト……1個
玉ねぎ……1/4個



《A》

カレー粉……小さじ1/2
オリーブ油……小さじ1
レモン汁……大さじ1
塩・こしょう…各少々

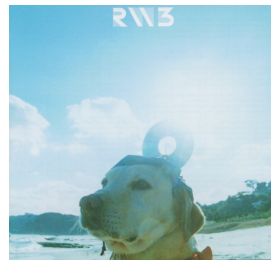
豚ももスライス…80g
貝割れ菜……適宜

作り方

- ① 寒天はたっぷりの水で戻し、水けを絞って一口大にちぎる。

- ② なすはへたを落とし、ラップに包み、電子レンジで2分加熱。粗熱がとれたら、角切りにする。トマトは一口大に。
- ③ 豚肉は一口大に切り、茹でて水けをきっておく。
- ④ ポウチに玉ねぎのすりおろしと《A》を混ぜ合わせた中に①、②、③を加えて味をなじませてから盛りつける。

★ Music Music Music ★



RADWIMPS 3

～無人島に持って行き忘れた一枚～
/ RADWIMPS (ラドウィンプス)

RAD=かっこいい

WIMPS=意気地なし

グッドメロディー&ラブ満載

の新世代バンド。RADWIMPSのメジャーデビューアルバム。若干二十歳という年齢から生まれるのは、洋楽・邦楽のジャンル関係なく、新しい世代を感じさせる音楽。サウンドもさることながら、その歌詞の面に於いて、ユニークで少しシニカルな感覚は唯一無二。

とにかく彼らの楽曲は、ちょっと聞いただけでは変態的？な感じがするかも。でも歌詞の中のストレート過ぎるメッセージは子供から大人へ変わっていく微妙な季節の切なさを感じさせます。

普通のロック・ポップスに飽きた人にはたまらないひねくれ度！ RADWIMPSの愛の詰まった曲は、どれもギリギリまで自問自答を繰り返し、嘘のない言葉が並んでいます。どの歌も誠実に誠実に。

“今僕が生きている それだけで 幸せだということ”

若いけれど才能をビシビシ感じさせる一枚です K.T.

編者後記

今シーズンのインフルエンザは3月中旬頃にいったん収束しましたが、なんと5月中旬頃より再び流行のきざしが……。

ほとんどがB型インフルエンザですが、このままでは一年中予防接種が必要なんてことになりかねません。

昔から夏カゼは長引くと言われますが、皆さま体調管理には十分注意してください。

※今回も発行が大幅にずれ込んでしまいました。次回こそは……。

28号発行はおそらく秋口ごろかと……。

外来のバズ (トイストーリーのオモチャ) がいなくなりました。心当たりのある方は、ご返却願えたらと思います。

