

令和 5年 1月 1日 発行
KKR札幌医療センター
〒062-0931
札幌市豊平区平岸1条6丁目3-40
電話 (011) 822-1811
<http://www.kkr-smc.com>

(2023-1号)

理 念

“病院は人”のところで、活力ある病院、選ばれる病院を創ります
生命の尊厳を保ち、健康の回復につくします
温かな配慮で安寧(あんねい)につくします

基本方針

1. “生活の質”向上に重きをおく医療を心がけます
2. 安全を確保し、時代を先取りした医療を推進します
3. 患者さんの声に耳を傾け、分かりやすく説明します
4. 医療の情報を進んで開示します
5. 地域に信頼される医療を目指します

1月(睦月)のこよみ

1月 1日 (日)	元旦
1月 9日 (月)	成人の日
1月 20日 (金)	大寒



こどもの咳

小児・アレルギーリウマチセンター長 小林 一郎

お子さんの咳が続くために病院を受診する機会は多いと思います。「夜の咳が強くて親子共に寝不足で」といった訴えも多く聞かれます。では、なぜ人間は咳をするのでしょうか？口や鼻から異物が入ると気道の粘液に包まれて痰となり、粘膜の作用により口の方へ移動させることが知られています。肺炎や気管支炎では細菌そのものや感染症で死んだ細胞や白血球なども痰となります。ある程度の大きさを持つ異物(埃や誤嚥した食べ物など)や痰は咳受容体を刺激して、その信号が延髄といわれる脳の一部にある咳中枢に伝わります。すると咳中枢は横隔膜など呼吸に関連した筋肉に刺激を与えて咳反射を引き起こします。つまり、咳というのは異物を効率よく排出するための「体を守る反射」といえます。

咳を起こす病気は子供では風邪、気管支炎、肺炎などの感染症が多く、肺癌・気管支拡張症・肺気腫はまずありません。肺炎の治りかけには一時的に痰が増えて咳が強くなることも経験されます。喘息の場合は気管支が細くなるためヒューヒュー・ゼーゼーした呼吸(喘鳴)が聞かれ、気管支を拡げる気管支拡張薬やアレルギー性炎症を抑えるステロイド吸入などが用いられます。RSウイルスによる細気管支炎でも同じような喘鳴が聞かれます。大人で多いとされる咳喘息はほとんど見られません。鼻炎や副鼻腔炎でも分泌物や膿が咽に降りてくる結果、横になると咳が止まらなくなることがしばしばあります。アレルギー性鼻炎では抗アレルギー薬の内服や点鼻薬を用いますが、感染性の鼻炎(鼻風邪)では逆に鼻水が硬くなって出にくくなることがあります。前述のように咳は体を守る反応ですから、その原因に即した対処法が必要となります。単に咳を止めるだけでは肺に痰が詰まって肺がつぶれてしまう「無気肺」を起こしてしまう可能性があるからです。

当院は《敷地内全面禁煙》となっております

継続的なスキンケアの重要性について

褥瘡管理室

皮膚・排泄ケア認定看護師 長谷川 あゆこ

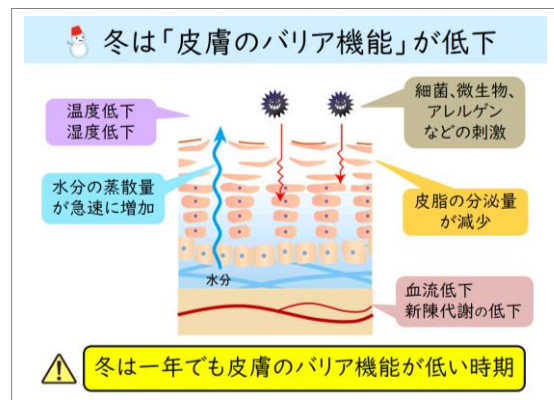
「スキンケア」というと、美容のイメージが強いかもしれませんが、皮膚のトラブルを予防するためには、日頃から「継続的にスキンケアを行う」ことが大切です。

加齢や季節、治療などにより、お肌は影響を受けやすくなります。特に冬は、一年でも皮膚のバリア機能が低いため、皮膚のトラブルが起こりやすくなります。

また、皮膚の乾燥や、むくみ、紫色のあざがあるなど皮膚が弱くなると、わずかな刺激でも傷ができてやすく、治りにくくなります。

皮膚の弱さチェック

- 加齢（75歳以上）
- 長期ステロイド薬、抗凝固薬の使用
- 過度な日光曝露歴（屋外作業など）
- 抗がん剤・分子標的薬の治療歴がある
- 放射線治療歴がある
- 透析治療を受けている
- 低栄養状態（脱水含む）
- 皮膚が乾燥している
- 皮膚にいくつかの紫色のあざがある
- むくみ（浮腫）がある



皮膚が弱くなると、より起きやすくなる皮膚のトラブル

- ・皮膚に触れる医療機器や医療用テープで皮膚が赤くなったり、むけやすくなる
- ・褥瘡（床ずれ）ができやすくなる
- ・柵などに腕や足をぶつけると容易に皮膚に傷がつく
- ・乾燥で皮膚がかゆくなる。かきすぎて皮膚に傷がつく など

健康な皮膚を保つために、皮膚の保湿を目標としたスキンケアが大切です。

刺激の弱い弱酸性の洗浄剤で皮膚を洗うこと、タオルなどでゴシゴシ皮膚を擦らないようにすること、水分は押さえ拭き、入浴後、速やかに、保湿剤を塗布することが 大切になります。

ぜひ、毎日の「スキンケア」を継続し、皮膚のトラブルから守りましょう。

