

# そよ風



秋山

【特集】

## 耳掃除のやりすぎに注意

耳鼻咽喉科部長 **おのりな 尾野 里奈**

【TOPICS】

表紙のあの人

院内調査隊【テレビカードの世界】

なぜ？なに？ミになる疑問「検査技術課」

につせき川柳

令和2年度 出張出前講座 12月



【特集】

# 耳掃除のやりすぎに注意！

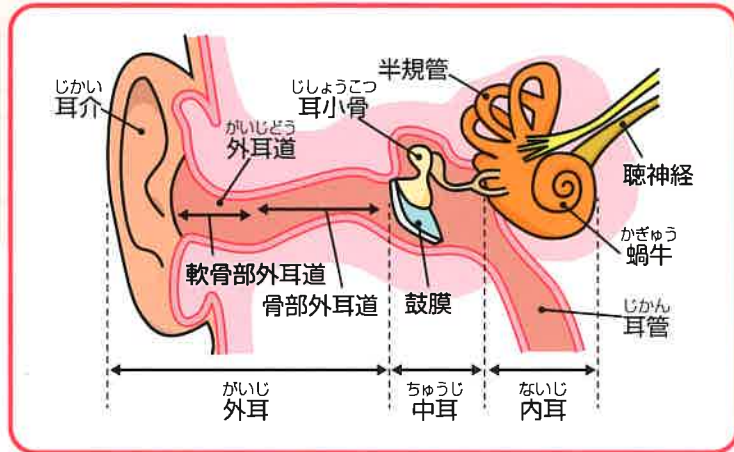


耳鼻咽喉科部長  
おのりな  
尾野 里奈



耳鼻科で診療をしていると、耳掃除が原因とみられる耳のトラブルをよく見ます。また、「耳掃除はどのようにしたらいいですか」といった質問を受けることもあります。今回は、耳あか（耳垢）と耳掃除についてお話をさせていただきます。

外耳道の入り口から外側3分の1は軟骨部外耳道と呼ばれ、この部分の皮膚には耳毛や皮脂腺、耳垢腺があります。耳垢とは、この入り口部分で剥がれ落ちた皮膚に分泌物が混ざったものです。外耳道の奥3分の2は骨部外耳道とよばれ、皮膚は非常に薄く皮脂腺や耳垢腺はないため、耳垢はつくられません。正常な外耳道には内側から外側へ耳垢を排出する作用があるため、基本的に耳垢はたまらない仕組みになっています。ですから、綿棒や耳かきを奥まで入れて耳垢を無理に取り除く必要はないのです。



耳掃除の際、綿棒で耳垢を逆に奥に押し込み耳栓のような状態になったのが耳垢栓塞です。聞こえが悪くなり、耳鼻科で器具を使って取ることになります。



正常鼓膜

また、耳掃除をしすぎると、外耳道に傷が付き外耳炎になってしまうことがあります。かゆみや痛みが生じ、耳だれ、黄色の浸出液も出ます。それにより、さらに耳を触らずにはいられなくなり悪化する、といった悪循環を引き起こします。



耳かきのしすぎで外耳道皮膚が刺激を受け湿疹が生じています

耳掃除が趣味という方もいるかもしれませんが、耳掃除のやりすぎは禁物です。掃除をする場合は、入口近くについた耳垢を綿棒で軽く拭うにとどめ、1か月に1～2回程度にしましょう。耳が詰まった、かゆみが続くなど、おかしい症状があらわれたときは、耳鼻科を受診することをおすすめします。

## 表紙の“あの人”



経営企画課  
あきやま よしえ  
秋山 佳恵

今年度（令和2年4月）より企画課から経営企画課に部署名が変更となりました。

経営企画課と聞くとどんな仕事を想像されますか？経営はともかく企画って何？と思われる方も多いのではないのでしょうか。実は、病院機能評価に関する運用業務、予算のヒアリング、病院BSC（バランススコアカード）の作成分析、病院パンフレットの作成、ホームページの管理運用、院内緑化プロジェクト等々…様々な仕事を行っています。大まかに言うと、「病院経営」「広報」「院内外イベント」の3種類の仕事を担当している部署です。患者さんの診療に直接関わる部署ではありませんが、日々縁の下の力持ちとしてお仕事を頑張っています。



経営企画課スタッフ一同

おしえて☆ なごっちゃん

帰ってきた！

**院内調査隊**

入院生活のつよ～い味方

**テレビカードの世界**

vol.8

はいよ！ まかせんさいっ

みよし

なごっちゃん

**みよし** 違うよ～。こないだ病棟で発見したの☆

**なごっちゃん** なるほどね。病棟の販売機にあるテレビカードは、入院患者さんの必需品なんだよ。お部屋でテレビを見るのはもちろん、洗濯機や乾燥機にも利用できるんだ。さらに、残った度は南3階病棟にある精算機で精算\*も出来るんだよ。  
※精算時に50円分の手数料が引かれます。

**みよし** さっすが、なごっちゃん。じゃあ今度はもう一つのテレカのことも教えて♪

**みよし** なごっちゃん、いきなりだけど、「テレカ」って知ってる？

**なごっちゃん** とーぜん！1990年代はテレカ全盛期で、温泉やホテルなんかの土産物屋には必ずあったからね～。僕もいつも財布に1～2枚は入れてたかな。

**みよし** へえ～。いつも持ち歩いてたんだ。テレビカードってそんなに使うところあったんだ？

**なごっちゃん** ええ?!「テレカ」ってテレビカードのこと？ てっきりテレホンカードのことかと

### ▶基本理念

庄原赤十字病院は、人道・博愛・奉仕の赤十字精神にのっとり、地域の皆様方の健康・医療・福祉を職員一丸となっておまもりいたします。

### ▶患者さまの権利

患者さまには以下の権利があります。私たち、庄原赤十字病院の職員は、このことを十分尊重した医療に務めます。

- 一、だれもが、良質で安全な医療を平等に受ける権利があります。
- 二、思いやりのある、個人の尊厳が守られる医療を受ける権利があります。
- 三、治療に際し、わかりやすい説明を理解できるまで受け、治療法を選択あるいは拒否する権利があります。
- 四、診断や治療に関して、別の医師の意見を聞く権利（セカンドオピニオン）があります。
- 五、個人のプライバシーが守られる権利があります。
- 六、自分の診療情報の開示を求める権利があります。
- 七、健康に関する指導や情報提供を受ける権利があります。





# なぜ？なに？**③**になる疑問

検査技術課

最近テレビでよく聞く「抗原検査」  
「PCR検査」ってなんですか？

ズバリ！  
検査手法のことです。

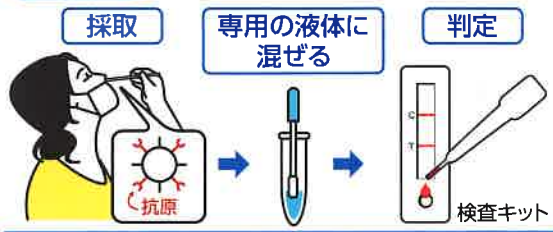
ニュース等で新型コロナウイルスの検査に抗原検査とPCR検査が取りあげられています。この2つの検査は鼻咽頭から検体を採取して「現在感染しているかどうか」を調べます。

抗原検査の説明の前に、まず『抗原』とは何でしょう。抗原はその菌やウイルスしか持っていないタンパク質のことです。抗原検査はそのタンパク質を検出する検査になります。専用の検査キットがあり、時間はおよそ30分かかります。タンパク質の量が少ないと検出されないことがあります。

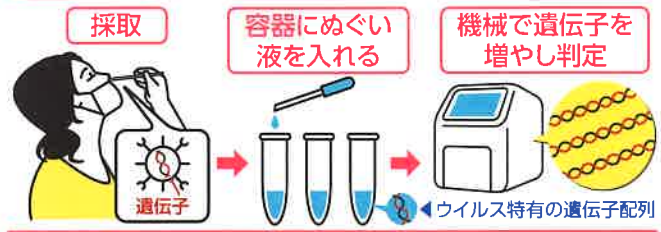
それに対し、PCR検査はウイルスにある遺伝子を増やして検出する検査になります。専用の検査機器を使い遺伝子を増やします。この操作に時間がかかるため、検査時間はおよそ1日から数日かかります。検出精度は抗原検査より良いです。

実は、新型コロナウイルスのみに関わらず、多くの感染症でこれらの検査は行われています。

## 抗原検査



## PCR検査



### にっせき山柳

中央玄関エントランス付近に掲示しております患者様からのこのころの一句をご紹介します。

※現在は掲示しておりません。

笑顔は  
副作用のない  
特効薬

まだ遊けん  
かわいい孫は  
まだ5才

入院して  
家族の有り難み  
胸にしみ

先生が  
やさしくしんさつ  
安心だ

令和2年度

## 出前講座 (～12月末まで)

東城

### ▶足腰の痛みの原因と予防について

開催日 令和2年12月2日(水) 14:00～15:00  
場所 八幡自治振興センター 対象者 地域住民  
講師 整形外科部長 吉塚 将昭 医師

庄原

### ▶フレイル予防について (オーラルフレイル)

開催日 令和2年12月11日(金) 14:00～15:30  
場所 庄原市ふれあいセンター 対象者 一般市民  
講師 摂食・嚥下認定看護師 竹岡 雅美 看護師

東城

### ▶生活習慣病と認知症予防について

開催日 令和2年12月15日(火) 14:00～15:00  
場所 東城自治振興センター 対象者 地域住民  
講師 認知症看護認定看護師 西野 沙緒里 看護師

比和

### ▶感染症予防対策 (ベッド周囲や入室時・訪問時の対策等)

開催日 令和2年12月23日(水) 13:30～15:00  
場所 あけぼの荘 健康増進課  
対象者 医療・福祉・保健・介護関係者  
講師 感染管理認定看護師 山根 啓幸 看護師

各講座  
お問い合わせ

■庄原市保健医療課 健康推進係 0824-73-1255  
■東城支所 市民生活室 保健福祉係 08477-2-5131  
■比和支所 地域振興室 市民生活係 0824-85-3001