

そよ風



【特集】

エキシマライトについて

【TOPICS】

表紙のあの人

カラダに美味しいレシピ その7

ローソンs 庄原赤十字病院店 取扱商品の紹介

「#あなたの備えがみんなの備えに」
キャンペーン

面会禁止が続いています

特集

エキシマライトについて

皮膚科部長
よしが 吉賀
てつろう 哲郎

当院の皮膚科ではエキシマライトによる光線療法が可能です。
エキシマライトは主に皮膚疾患に有効な光線療法に用いる装置です。
今回は皮膚科から「エキシマライトって何？」をQ & Aで紹介します。



Q1. エキシマライトってどんな機械？

紫外線の持つ光毒性による細胞障害作用や、皮膚表面の抗原提示細胞であるLangerhans細胞を抑制することによって皮膚局所免疫を低下させる事で、様々な疾患の治療に効果が期待できるとされています。



Q2. 従来の紫外線療法とはどんな違いがありますか？

紫外線の波長が308nmで、従来のものよりも照射機器の小型化と高出力化が進化しており、より治療効果が期待できるものになっています。

Q3. どんな病気に効果がありますか？

じんじょうせいいかんせん しょうせきのうほうしやう
アトピー性皮膚炎、尋常性乾癬、掌蹠膿疱症などに効果があります。
また、自己免疫疾患の側面もある円形脱毛症や尋常性白斑や、頻度は低いですが、悪性リンパ腫や菌状息肉症に効果が期待されるとされています。



Q4. 痛みがあるとちょっと不安です。副作用はありますか？

痛みはほとんどありません。副作用としては、照射回数が増えてくると照射部位に反応性の紅斑が出現することがあります。

Q5. 保険適用で治療ができますか？

「Q3」での疾患であれば、保険診療の適用範囲内です。それらのうち、円形脱毛症に対する紫外線療法は2020年4月から新しく保険適用疾患に加われました。

また、現時点で保険適用外の疾患とはなりますが、けっせつせいようしん結節性痒疹にも有効とされています。

▶ 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。

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 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。 | <ul style="list-style-type: none"> 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。 |
|---|--|



表紙の“あの人”



南5病棟 看護師
たきくち こと は
瀧口 琴葉

『南5階病棟では 外来との一元化に取り組んでいます！』

南5階病棟では、地域で生活をするために再入院予防に取り組んでいます。病棟の看護師が外来に行き、病棟と外来の患者さんどちらもサポートしています。

入院中は、退院後の生活を見据えた取り組みとして、心不全手帳や血圧手帳の使い方や受診の目安などを指導しています。またその人の心不全の原因をスクリーニングし、指導に活かします。例えば、心臓に負荷がかかりすぎて心不全になっている方には、家事や農作業の分担や動き方の指導を行います。

退院後は、初回外来受診時に全身状態はもちろんですが、内服ができていのか、血圧手帳などの記入ができていかなどの話を伺いながら観察とアセスメントを行います。指導

が必要な患者さんについては情報共有し、次回受診時にも状況に応じた指導が行えるようにしています。情報共有していることで経過もわかり、一貫した指導ができます。

退院後訪問では、地域での生活、在宅の生活環境を窺うことができます。実際に訪問してみて、患者さんがどのような生活をしておられるのかがよくわかりました。在宅酸素を利用している患者さんは生活範囲を1階にされているなど工夫されていました。

これからもこのような取り組みを続けていき、再入院予防につなげていきたいと思えます。



南5階病棟スタッフ

～栄養士からレシピのおすす分け～

カラダにおいしい レシピ その7

～いつもの材料に トッピングで骨を強く～ しらすオムレツ ゴマだれソース

◆材料 (2人分)

しらす	20g
卵	3個
牛乳	大さじ2
ネギ	20g
塩コショウ	少々
サラダ油	大さじ1

《ゴマだれソース》

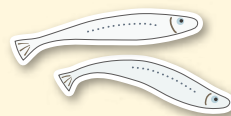
・酢	小さじ1
・いりごま	小さじ1
・みそ	大さじ1
・みりん	大さじ1

【2人分栄養価】
490kcal
◎たんぱく質 29.9g
◎脂質 18.9g
◎カルシウム 260mg
◎食塩相当量 2.5g



◆作り方

- ①ボウルに卵を溶き、牛乳を混ぜる。
- ②ネギは斜め切りにする。
- ③フライパンに油を熱し、よく温まったら
①を入れ、ゆっくり円を描くように半熟になるまで混ぜる。
- ④ネギとしらすを上に乗せ、ふたをして1～2分蒸す。
- ⑤器に盛り混ぜ合わせたゴマだれソースをかける。



管理栄養士からメニューのポイント★

- ・いつものオムレツにカルシウムの多いしらすをトッピングしてカルシウムを簡単に補給できます。
- ・いつものトマトケチャップの代わりにゴマだれソースで和風でさっぱりと気分を変えて食べられます。
- ・卵は良質のたんぱく質やカルシウムの吸収に関係するビタミンDも含まれています。
- ・ゴマだれソースのごまは骨の形成に必要なマグネシウムを多く含みます。またカルシウムとマグネシウムは密接な関係があります。

ローソンス庄原赤十字病院店 取扱商品の紹介

ローソンはご利用されてますか？
通常のコンビニとしての商品以外にも、「ローソンス庄原赤十字病院店」では、マスクや紙おむつなどの他に、入院生活で必要になる身の回り品、便利グッズなども取り揃えています。



《営業時間》▶平日 7:00~17:00 ▶土日祝 7:00~15:00
直通電話番号 0824-72-0881

商品紹介 第1弾

◆前開きのシャツ.....

- ①マジック脱着タイプ《男性用・女性用》
7分袖 (M・L・LL) 1,606円
半袖 (M・L・LL) 1,342円



日本赤十字社では、Twitter上で 「#あなたの備えがみんなの備えに」 キャンペーンを実施します。

あなた自身が災害に対して備えていることを、写真やテキストで指定のハッシュタグを付けて投稿することで、その知恵が広がり、足りなかったものが見える化され、その投稿を見た人が備えてみようと思うことで日本全体の「備え」に繋げるものです。さらに1投稿またはリツイートで、**賛同企業を通じ100円が日赤の活動に寄付**されます。

みなさまも、ぜひ、**ご自身のTwitterアカウントでキャンペーンにご参加ください!!!**

備えをツイートするだけで100円が寄付される！
#あなたの備えがみんなの備えに
キャンペーン 2022

1ツイートリツイートで100円の賛同企業から日赤に寄付されます。

1分で投稿完了！

救いを託されている。

面会禁止が続いています

オミクロン株が拡大していることを受け、当面の間、面会禁止とさせて頂いております。

なお、入院中の患者様に、生活用品（着替え・スリッパ等）のお荷物を引き渡しが必要な方については、患者様の入院されている病棟の詰所でお預かりいたします。

お荷物の引き渡しができる時間は**12:00~20:00**の間です。

※荷物の受け渡しで病棟へ行かれる場合でも、申込書の記入と、健康状態のチェックをさせていただきます。健康状態のチェックで、体調のすぐれない方や、37.0度以上の発熱がある場合は病棟へお入りいただけません。また、院内にお入りいただく際は、マスクの着用、手指消毒をお願い致します。

