

病院情報誌

はまつかぜ

鹿島労災病院

茨城県神栖市土合本町1-9108-2

Tel0479-48-4111 Fax0479-48-3012

ホームページアドレス

<http://www.kashimah.rofuku.go.jp/>

平成23年12月

[第57号]隔月刊

《目次》

ストーマ外来のご案内 皮膚・排泄ケア認定看護師 田村 留美.....	2
膠原病（こうげんびょう）の話 副院長 鏡味 勝.....	3
神経内科？ 神経内科 岩井 雄太.....	4
居眠りしていませんか 検査科 池田 和淑.....	5



ストーマ外来のご案内

皮膚・^{はいせつ}排泄ケア認定看護師 田村 ^{たむら} ^{るみ}留美

ストーマとは人工肛門や人工膀胱とも言われております。

腸や膀胱の病気のため切り取った部分の代わりにお腹につくられる排泄のための口です。人工と言いますが、機械や器具をつけるのではなく、腸や尿管を直接お腹に出してきて人工的に排泄の口をつくります。

手術をするとお腹につくられたストーマからお小水やお通じがでる仕組みですが、専用の袋状のストーマ用装具をお腹に貼ってそこに排泄物をためます。ある程度たまったらトイレで袋の中の排泄物を出します。

排泄の方法や袋の取り付けなどの方法に慣れる必要はありますが、手術前と同じ生活ができます。排泄物をためる袋は洋服の下に隠れますので外見はわかりません。正しい管理をしていれば臭いがすることもありません。したがって、日常生活では何も制限されることはないのです。ストーマを持ってゴルフはもちろん、水泳をされている人、着物を着て趣味や仕事をしている人、海外旅行や温泉旅行に行かれる方はたくさんいらっしゃいます。

ストーマ外来は、ストーマ保有者やご家族の長期的なサポートを目的として開設されました。専門の看護師（皮膚・排泄ケア認定看護師）が支援をしております。皆様が毎日を快適に過ごせますよう、少しでもお役に立てればと思っております。どうぞお気軽にご相談ください。

ストーマ外来は、毎月第4火曜日（要予約）に行っております。

予約受付・お問い合わせ 当院 医事課受付 TEL 0479-48-4111

膠原病の話

副院長 かがみ 鏡味 まさる 勝

以前は足の手術の話を書きましたが、今回は膠原病の話です。

膠原病とは症例によりさまざまですが、初発症状としてはまず発熱があります。原因のわからないもの（不明熱）の3大原因疾患として、悪性腫瘍、感染症、膠原病があげられ、熱が続く時は考えなければいけない病気です。ただし、それほど頻度は多くはありません。

そして膠原病の種類により、さまざまの症状が出てきます。全身性エリテマトーデス (SLE)、強皮症 (SSC)、多発性筋炎 (PM) と皮膚筋炎 (DM)、多発性動脈周囲炎 (PN)、関節リウマチ (RA)、リウマチ熱 (RF) の古典的膠原病では、関節痛や筋肉痛が起こります。リウマチ性疾患とよばれる一因です。そして、自己の成分に対して過剰な免疫応答を示す結果、自己抗体や自己に感作されたリンパ球が出現して各種の臓器が障害を受ける可能性のある病気です。

また、原因不明の体重減少、易疲労感、全身倦怠感などの全身症状よくみられるようです。痒みのない発疹が見られるのも特徴です。SLE では、蝶形紅斑が特徴的な発疹としてみられるようです。指が発作的に白くなったり、紫色になったりするレイノー現象もよく見られる症状のひとつです。寒冷刺激や精神的興奮で誘発されるようです。

膠原病の治療には、主に副腎皮質ステロイド剤が用いられます。この薬は強い抗炎症作用と同時に、免疫抑制作用ももっておりますので、ステロイド剤は『両刃の剣』です。副作用に十分な注意が必要ですので、専門医に診てもらいましょう。

神経内科？

神経内科 いわい 岩井 ゆうた 雄太

神経内科は馴染みのない診療科目だと思いますが、しんけい きんしつ 神経-筋疾患のうこうそくの診療を行う診療科目です。中でも一番多い疾患が脳梗塞で、日本にも数十万人の患者さんがいると言われていています。脳梗塞は脳血管きょうさく狭窄により血流が低下し脳が障害される疾患で、代表的な症状としては半身の麻痺まひや呂律ろれつが回らないなどが挙げられます。

脳梗塞の治療は日々進歩していますが、残念ながらじゅうとく重篤な後遺症を生じることもあります。このため発症予防が何よりも大切になってくるのです。塩分、脂分を控え、禁煙、節酒するなど生活習慣の是正が重要です。また不整脈が脳梗塞の原因になることもあるため、定期的な健康診断も必要です。我が身を振り返っても十分に行えていないセルフケアですが、日々の積み重ねが脳梗塞の一番の予防と言えるでしょう。健康で楽しい人生を送るために、気を付けていきたいものです。それでも万が一上記のような症状が見られた場合は、我慢せず早めに受診して下さいね。



お持ちですか？「おくすり手帳」

「おくすり手帳」とはあなたが飲んでる薬の名前や量、
使い方、注意することなどを記録する手帳です。



居眠りしていませんか

検査科 いけだ 池田 かずよし 和淑

皆さんは「すいみんじむこきゅうしょうこうぐん睡眠時無呼吸症候群」と言う病名を聞いたことがありますか？

この病気を一躍有名にした事件があります。2003年2月、時速280kmで走行していた山陽新幹線の運転士が、なんと、運転中に8分間も居眠りをしていた！！

その時はATCの作動で緊急停車をして大事には至りませんでした。が、運転士は病院で精密検査を行った結果、重度のへいそくせい閉塞性すいみんじむこきゅうしょうこうぐん睡眠時無呼吸症候群と診断されました。単純な居眠りではなく病気として一般に知られるようになりました。

その症状としては十分な睡眠時間を取っているにもかかわらず昼間眠気が襲ってきて、最悪は寝てしまう。寝ている時にいびきがうるさい、呼吸が止まるなどです。心当たりがある人はこの病気を疑ってみて下さい。

この居眠りは、自分自身だけでなく周囲にも被害をもたらします。交通事故の検証では、飲酒運転者より重度のすいみんじむこきゅうしょうこうぐん睡眠時無呼吸症候群の患者の方が、ハンドル操作のミスが多いことが報告されています。

日中の眠気をストレスや寝不足だけの問題とせず、病気だったらと意識することも必要です。また睡眠時無呼吸障害は高血圧、心疾患、糖尿病、脳卒中などの合併症を引き起こし、生命を悪化させる事が最近の研究で明らかになってきています。

気になる症状があったら、自己診断せず担当医にご相談下さい。簡単な検査で調べることができます。