

患者様の心にいつも寄り添って

vol.  
108

2021  
Summer

ご自由にお持ち帰り  
ください

# エキサイだより

[特集]

口腔機能管理センター開設!

口の健康と全身の病気の  
深い関わりを知ろう

[やさしい医学]

水虫の予防と対策  
大切なフットケア

[旬を食す]

そうめん







こっちとむこう まど・みちお

たたいってきたから  
たたきかえした

また たたいってきたから  
また たたきかえした

そんなに いたくは ないのだが  
また また たたいってきたので  
とっさに ふたっ  
たたきかえして にげてやる

もちろん すぐ おいかけてきて  
また ひとつ たたいたが  
こんどは ほっておくと  
もう たたいては こなかった

やっぱり  
たたいた かずは おんなじだと  
あんしん したんだな

こっちも こっち  
むこうも むこう  
よく にてやがるなあ



口腔機能管理センター開設！

# 口の健康と全身の病気の深い関わりを知ろう

お口の中の環境と病気は、想像以上に深く関わっています。2021年1月、名古屋掖済会病院では口腔機能管理センターを開設し、稼働しました。どのような治療やケアを行っているのでしょうか。歯科口腔外科と当センターの役割をご紹介します。



PROFILE

歯科口腔外科部長  
口腔機能管理センター長 阿部厚

1996年に口腔外科医となり、愛知学院大学歯学部附属病院、がん研有明病院等を経て、2013年より当院の歯科口腔外科部長として着任。幼少期には虫歯に悩まされた経験もあり、患者様の苦しみは、痛いほどわかる。と話す。

## 手術後の回復を視野にとらえ お口から先手のケアを

「歯科口腔外科」という診療科は、腫瘍（口腔がんなど）・口腔顎顔面外傷（あごの骨折など）・炎症（歯肉や顔面の腫れなど）・顎変形症・口唇口蓋裂・顎関節疾患・粘膜疾患・デンタルインプラント関連・抜歯や嚢胞摘出など手術を専門に行っています。最近では病院歯科として、医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・歯科衛生士が連携したチーム医療も実践しています。その重要な使命のひとつが「入院中の患者様のお口の機能を管理すること」です。このたび新設された「口腔機能管理センター」は、この使命に特化してケアに当たることを目的としています。

みなさんも「大きな手術後には肺炎を起こしやすい」といった話を聞いたことがあるのではないのでしょうか。しかし、手術前に口腔の清掃を行い、機能の管理をすることで、術後の肺炎を防げるケースが多い

ことは、あまり知られていません。実は、口腔機能を管理することで、患者様の回復をサポートすることができるのです。

患者様と医師のがんばりによって手術は成功したのに、ちょっとした口腔の不具合が原因で肺炎を引き起こしたり、入院日数が増えたりしては、あまりにも残念です。手術や抗がん剤治療などの前にはお口の中の評価をして、事前に打つべき手を打っておく。いわば、先手、先手の予防とケアにお口からアプローチするのが、当センターの役割です。

## 地域の歯科医院とタッグを組み 手厚いサポートを実践

口腔機能管理に関する研究は日進月歩で進み、その必要性が浸透するに連れて患者様からのニーズも高まってきています。例えば、お口の中と上気道に定着している微生物の誤嚥によって生じる「誤嚥性肺炎」は、口腔ケアをすることで発症率を格段に

低下させることができます。また、抗がん剤治療では口内炎が重症化することがありますが、事前にお口の中を清潔にすることで、症状を軽減できます。

また、何らかの病気で手術が必要になった患者様には、地域の歯科医院の先生方とのタッグを組むことでより手厚いサポートが実現できると考え、連携を強化しています。いざという時に慌てぬように、かかりつけの歯科医院には定期的に通い、お口の中の健康を維持することは、病気の予防にもつながります。歯周病と糖尿病が関連していることはすでに広く知られおり、動脈硬化など心臓疾患とお口の健康にも関わりがあるといわれています。お口の中の汚れ、歯石、歯周病、重症の虫歯、舌苔（舌の汚れ）などが全身の疾患を悪化させ、発症の要因のひとつになることもあるのです。

虫歯の予防や治療のためだけでなく、日頃からかかりつけの歯科医院を定期的な訪れ、お口の中を健全に維持することが全身の健康につながります。ぜひ、お口の中から健康への意識を高めていきましょう。



## 呼吸器コラム

### 肺癌のお話

肺癌は国内で年間約125,000人が診断されます。男性の割合が高く、高齢になるほど多くなります。組織型によって非小細胞肺癌と小細胞肺癌の2つに分けられます。非小細胞肺癌は全体の85%を占めます。一番多いのは腺癌です。一方、小細胞肺癌は全体の15%であり、増殖速度が速く転移や再発をしやすいのが特徴です。

肺癌は症状がないうちに進行していることがあり、検診の胸部レントゲン写真

をきっかけに発見されることも多いです。喫煙は肺癌の危険因子の1つです。喫煙者は非喫煙者と比べて男性では4.4倍、女性では2.8倍肺癌に罹りやすいです。若くして喫煙を開始して、喫煙量が多いほどリスクが高くなります。受動喫煙も肺癌のリスクを2~3割程度高めめます。

検診で胸部異常陰影を指摘されたり、気になる症状があるようならば一度外来にお越し下さい。

参考文献:国立がん研究センターがん情報サービス 肺がん  
文:呼吸器内科部長 浅野 俊明

### 気管支喘息のお話

長引く咳や喘鳴、夜や早朝に症状が悪くなる、こういった症状の方は気管支喘息かもしれません。当院では血液検査、画像検査に加え肺機能検査、FeNOなどの検査を用いて気管支喘息を総合的に診断しています。

気管支喘息の治療の基本は吸入ステロイド薬です。患者さんの重症度に合わせて、吸入ステロイド薬の量を調整し、必要時は気管支拡張薬の吸入薬も加えます。吸入薬は吸入回数、吸入手技が薬によって異なるため、患者さんの重症度だけでなくライフスタイルや握力・吸入する力なども考慮して選択しています。

また当院では高用量の吸入薬などの

治療を行っても症状が安定しない重症喘息の方に対して生物学的製剤(抗IgE抗体、抗IL-5抗体、抗IL-4R $\alpha$ 抗体)の治療を行っています。喘息の治療目標は症状がないことです。治療をはじめてもなかなか症状が安定しない方はぜひ一度ご相談ください。

文:呼吸器内科部長 西尾朋子



### News 01

## 救命救急センターが 充実段階評価において 「S評価」を取得しました

当院の救命救急センターは、2021年3月厚生労働省が発表した「救命救急センターの充実段階評価(令和2年)」において、最高ランクのS評価を取得しました。

全国295カ所の救命救急センターのうち、104カ所の救命救急センターがS評価を受けています。

愛知県内では24施設のうち4施設がS評価となっています。

評価内容は、重篤患者の診療機能、地域の救急搬送・救急医療体制への支援機能、救急医療の教育機能、災害時の対応機能についての評価です。

当院はこれからも救命救急センターの機能の強化・質の向上について取り組んでまいります。

### News 02

## 禁煙活動

患者様と職員の禁煙の推進のため、接遇改善・患者サービス向上委員会のメンバーにより毎週定期的に禁煙ラウンドを行なっています。この日は外来棟正面玄関へ救命救急センターへ入院棟正面まで見回りました。喫煙されている方はみえませんでした。喫煙された方の吸い殻があちこちに散見されました。

タバコはご自身の健康に被害を与えるのみでなく、周りの方の健康にも被害を及ぼします(受動喫煙)。まだタバコを吸われている方は、ぜひ禁煙をしましょう！  
名古屋掖済会病院は敷地内全面禁煙です。



### ご注意ください！

## 患者様、ご家族の皆様へ

当院へ初めて受診する場合は、紹介状をお持ちください  
紹介状が無いと「選定療養費」がかかります

### 選定療養費って？

紹介状(診療情報提供書)無しで、病院へ受診する場合に必要な費用です。  
2016年厚生労働省により制定された制度で、200床以上の地域医療支援病院に紹介状(診療情報提供書)を持たず初診で受診する場合、5,000円以上の金額を徴収することが義務化されました。

### なぜかかるの？

現在わが国では、日頃の診療は地域の「かかりつけ医」より専門的な検査や治療が必要な場合は「病院」にかかるという制度を推進しております。  
そのため、大きな病院に患者様が集中しないようにこの制度が取り入れられました。

### いくらかかるの？

5,500円(税込)です。(2021年7月現在)





栄養科  
磯部 有香

今月の  
テーマ

## 「そうめん」

7月7日は七夕です。笹に七夕飾りをつけたり、短冊に願い事を書いたりしますよね。実はそうめんの日とも言われ、無病息災を願って七夕にそうめんを食べる風習があります。

## 七夕そうめん

材料（4人分）

そうめん（乾麺）	400g	◎	つゆ
オクラ	4本	醤油	大さじ4
ミニトマト	4個	みりん	大さじ4
きゅうり	1本	顆粒和風だし	小さじ2
大葉	2枚	水	400ml
パプリカ（黄）	1個	ツナ缶	2缶

### 作り方

- 1 つゆを作る。  
つゆの材料を鍋に入れて、中火で加熱する。ひと煮立ちしたら火からおろし粗熱をとる。冷蔵庫で1時間程度冷やしておく。
- 2 具材の下準備（お好みの食材でOK）  
オクラ…塩を振りこすり合わせて産毛を取り、さっと茹でて小口切りにする  
ミニトマト…4等分に切る  
きゅうり…ピーラーで薄くスライスする  
大葉…千切りにする  
パプリカ・ハム…クッキー型を使い星形に切り抜く
- 3 そうめんは袋の表示通りに茹で、ザルにあげ、流水で洗いをぬめりを取る。
- 4 そうめんを一口サイズに盛り、具材を彩りよくトッピングする。

### ひとくちメモ

そうめんは手軽に食べられる食材ですが、そうめんだけでは栄養が偏りやすくなるため、ハムやツナ等のたんぱく質や、野菜を組み合わせて食べましょう。

やさしい  
医学  
第107回

## 水虫の予防と対策 大切なフットケア

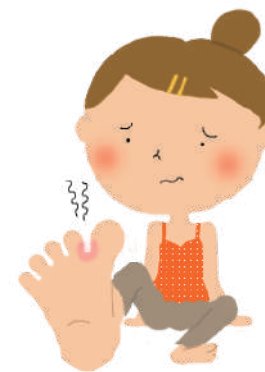
今回のテーマ

### どうして症状が起こるの？

水虫の正体は白癬菌という、カビの一種です。カビは湿気を好むので、夏は繁殖しやすい季節です。

男性に多いイメージがありますが、女性でも水虫に悩まされる人は増えています。白癬菌は、水虫にかかった人の皮膚からはがれ落ちる角質の中にも生きているので、それを素足で踏んだりして菌が付着することにより感染します。しかし、菌が付着しただけで、すぐに水虫になるわけではありません。

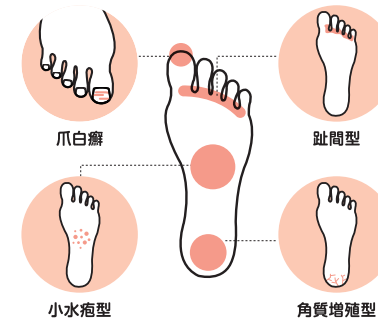
感染が成立するのは、洗い流されずに残った菌が、傷ついた角質から入り込み、繁殖しやすい環境にあった場合です。



Check!

### あなたは大丈夫？白癬菌が好む環境

- 足を清潔に保てていない
- 長時間靴を履き、足がむれた状態が続くことが多い
- 足の指が太くて、くっつきあって湿りやすい
- 体質的に汗をかきやすい
- 脂性だと思う
- 持病で免疫力が弱っている（免疫不全・糖尿病など）



### 水虫の予防と対策

白癬菌は、高温多湿の環境を好みますので、足が蒸れないように気をつけます。足のサイズに合った靴を履き、毎日同じ靴を履かないようにしましょう。皮膚表面に汗や汚れが残っているアルカリ性の皮膚環境は白癬菌が繁殖しやすい状態です。入浴などで足やからだを清潔にし、弱酸性の状態に保つことで感染を予防できます。足を洗わずに、皮膚が傷つき菌に感染しやすくなるので、カビをふき取るつもりで、優しく洗ってください。

菌に感染してしまうと、足趾（足の指）の間や足の裏などが荒れてかゆくなったり、皮がむけたりします。それが水虫かどうか、病院では、顕微鏡で確認します。足の爪が濁って厚くなっていたら、水虫が進行して、爪水虫の可能性もあります。糖尿病や閉塞性動脈硬化症の人がこれにかかると、別の感染を起こしやすくなります。フットケアは非常に大切です。

水虫がかなと思ったら、皮膚科医に相談し、診断を受けましょう。



### 医師からのひとこと

一度治療をはじめたら、見た目がきれいになり一旦おさまってもまた出てきます。少なくとも3ヶ月、冬の間も治療を続けましょう。また、かゆみがなくても水虫のことがありますので、ゆびの間や足の裏を確認しましょう。皮膚科 森重彰先生 ジョンジンウク先生 本多美貴先生









〒454-8502 名古屋市中川区松年町4-66  
Tel<052>652-7711 Fax<052>652-7783  
<http://www.nagoya-ekisaikaihosp.jp>