熱い心と癒しの心

ホッとハート

鹿児島徳洲会病院広報誌

2014 夏号 Summer

医療法人　徳洲会
鹿児島徳洲会病院

社会福祉法人　陵風会
ケアハウス西陵

中山クリニック

社会福祉法　人愛心会
ケアハウス桜の苑

医療法人　鹿児島愛心会
介護老人保健施設
光徳苑

社会福祉法人　愛心会
ケアハウス優和の里

医療法人　鹿児島愛心会
グループホーム
東谷山

ベアーレ徳洲会

社会福祉法人　愛心会
サービス付き高齢者向け住宅
ぬくみの里

有限会社
ソフィア･インターナショナル
グループホーム
山田の里

社会福祉法人　愛心会
グループホーム
桜

社会福祉法人　陵風会
グループホーム
西谷山

検査室からの情報便!

要注意です!! 今回は花粉症について説明します。

花粉症とは

スギ･ヒノキやイネ科等の植物の花粉に対して、人間の体が起こすアレルギー反応で、アレルギー性鼻炎の一つ。体の免疫反応が花粉に過剰に反応して花粉症の症状が出現する。患者の割合は年代や地域によって大きな差があり、20～40歳代で発症している人が多いが、最近では**10歳代での発症が増加**してきている。

原 因

原因となる花粉の種類は様々なので、花粉の種類と飛散時期は重要

(1) 春に多く飛散する花粉　主に樹木の花粉の飛散時期
スギ：2～4月　　ヒノキ：3～5月　　シラカバ：4～6月

(2) 夏に多く飛散する花粉　主にイネ科の花粉の飛散時期
カモガヤ：4～7月　　オオアサガエリ：4～7月　　ハルガヤ：4～7月

(3) 秋に多く飛散する花粉
ヨモギ：8～9月　　ブタクサ：8～10月

症 状

目：かゆみ、結膜･充血、目やに、涙･涙目、痛み、異物感
鼻：くしゃみ、鼻水、鼻づまり
体が花粉を外に出そうとするために、くしゃみで吹き飛ばしたり、鼻水･涙で花粉を洗い流そうとしている。

検 査

アレルギーの検査と同様、血液検査と皮膚検査を行う

(1) 血液検査
血液で検査できる花粉
樹　木：スギ、ヒノキ、シラカバ、マツ、カエデ、ブナ等…
イネ科：カモガヤ、オオアサガエリ、ハルガヤ等…
雑　草：ヨモギ、ブタクサ、タンポポ、オオブタクサ等…

(2) 皮膚検査
スクラッチテスト
皮内テスト

予防法

マスクをすると吸い込む花粉を減らし、鼻の症状を軽減させる効果があり(完全防備にはならない)、帰宅したらうがいをし、のどに流れた花粉を除去しましょう。
また洗顔をすることで、顔に付いた花粉を落とせます。
服は表面がつるつるした物が、花粉は付着しにくいです。
花粉になるべく接しないことが 花粉症にならないためには重要です。
花粉症でない方も注意しましょう!

症状があればすぐに病院へ!

脳卒中について

脳卒中とは

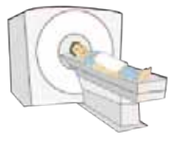
脳の血管が閉塞したり破れたりして、脳内の血管や神経が障害を受けることで、
脳血管の狭窄･ 閉塞などによる虚血性疾患と、脳血管が破れる出血性疾患に分けられます。
現在、日本人の 死因の第4位です。

分　類

	虚血性疾患	出血性疾患	
	脳梗塞	脳出血	クモ膜下出血
症状	脳の動脈が詰まり、血流が途絶する 半身麻痺、言語障害、四肢のしびれ	長期間の高血圧状態により、脳の動脈が破裂し、脳実質内に出血する 頭痛、めまい、半身麻痺、意識障害、共同偏視	脳の表面にある動脈瘤の破裂などにより、クモ膜下腔に出血する 突然激しい頭痛、嘔吐、けいれん、意識障害
危険因子	高血圧、加齢、糖尿病、肥満、心臓病、脂質異常、多量飲酒、喫煙、脱水、血液凝固異常	高血圧、加齢、動脈硬化、出血性素因(血が固まりにくい)	脳動脈瘤 高血圧
治療	全身管理、血栓溶解療法、薬物療法、外科的治療、リハビリテーション	外科的治療：血腫除去術、脳室ドレナージ	全身管理、 外科的手術：クリッピング術、動脈瘤コイル塞栓術

検　査

CT、MRI、頚動脈エコー、
心電図、心エコー、脳波等…



予防法

動脈硬化を予防する為に、食事療法と適度な運動を行い、生活習慣の改善を行いましょう。
また、ストレスをためないようにし、禁煙も大事です。
夏は脱水にならないように水分補給をしっかり行い、
冬はお風呂やトイレ等での急な温度変化に十分注意しましょう。

※運動を禁止･制限した方が良い人もいますので、必ず医師と相談しましょう。

脳卒中は、言語や運動機能に大きな障害を残す場合が多いため、早期発見と予防が大事です。何か症状があればすぐに病院を受診しましょう。

平成26年度

新入職員紹介

新しい仲間が加わりました！ よろしくお願いします!!

看　護　部

髙岡瑞穂

積ありさ

新宮恵梨奈

西村ひとみ

中村渚

田中彩

竹中沙弥香

古里妙子

福丸隼太

日髙光

濱川薫

医 事 課

田中成美

加治屋夏歩

看護補助

加納綾乃

荒田夏実

栄 養 課

増永安佳利

寝占啓志

上松鉄兵

医療事務補助

寺田雅

薬 局

三原聡子

通所リハビリ

寛山竜司

検査室

松山太郎

介護福祉士

山口信晃

リハビリ

米盛太一

田平博之

楠原範大

石原美幸

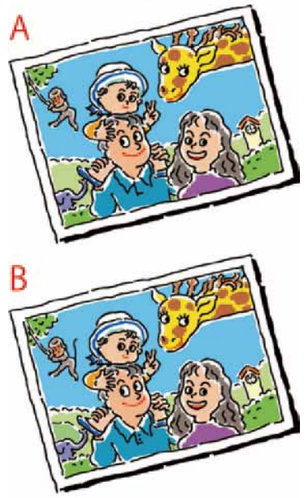
ホッとひと息ついでに
脳のトレーニング

ホッと脳トレ

ホッと脳トレ 間違い探し

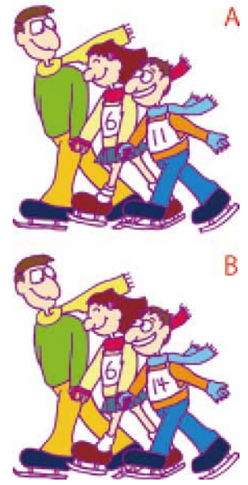
おなじみの間違い探しです。各々5つの間違いがあります。わかりますかぁ?

問題 1



問題 2

問題 3



ホッと脳トレ 二つの漢字

二つの漢字が隠れています。さてなんでしょう?

問題 1

問題 2

問題 3

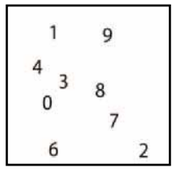
問題 4

問題 5

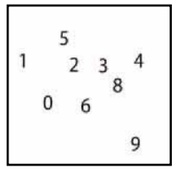
ホッと脳トレ 足らない数字

0から9の10個の数字のうち、1つ足らない数字を答えてください。

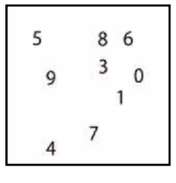
問題 1



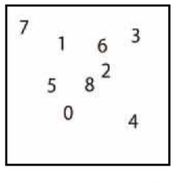
問題 2



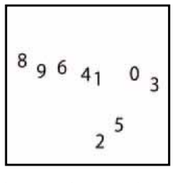
問題 3



問題 4



問題 5



※答えは 次のページにありますよぉ。

間違い探し

ホッと脳トレ 答え

問題 1

問題 2

問題 3

足らない数字

問題 1 … 5
問題 2 … 7
問題 3 … 2
問題 4 … 9
問題 5 … 7

二つの漢字

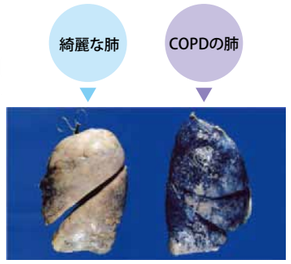
問題 1 … 恋 愛
問題 2 … 青 空
問題 3 … 南 国
問題 4 … 東 京
問題 5 … 希 望

慢性閉塞性肺疾患 COPD 別名[タバコ病]

息切れやゼンソク、息苦しさを見逃さないで!!

WHO(世界保健機構)によるCOPD死亡順位の予測

1990年		2020年	
1	虚血性疾患	1	虚血性疾患
2	脳血管障害	2	脳血管障害
3	下部呼吸器感染症	3	慢性閉塞性肺疾患
4	下痢性疾患	4	下部呼吸器感染症
5	分娩に伴う障害	5	呼吸器がん
6	慢性閉塞性肺疾患	6	交通事故
7	結核	7	結核
8	麻疹	8	胃がん
9	交通事故	9	ＨＩＶ
10	呼吸器がん	10	自殺



COPDは気管支や肺などに障害が生じる病気で、その最大の原因はタバコ! COPDの患者さんの90%が喫煙者という報告があります。また、タバコの害は男性に比べ女性のほうが受けやすいといわれているので、受動喫煙も含めて女性の方は一層の注意が必要です。

治療は内科あるいは呼吸器科で行います。

COPDは治療薬などでは完全に治すことはできません。一度壊れてしまった肺は元に戻らないからです。そのため、症状の程度に合わせた治療を行うことで、呼吸機能低下の速度を抑えます。

注目Ⅰ

現在、日本でCOPD疑いのある方は530万人以上。治療を受けている方は22万人。すなわち500万人以上の方が、COPDであること知らず何の治療もせずに生活をしています。
大切な家族の為に是非治療をおすすめします!

COPDチェック

1. 40歳以上でタバコを吸っているまたは、吸っていた
2. せき、たんがしつこく続くことがある?
3. 階段を上ると息切れがする?
   ひとつでも当てはまるようでしたら医師にご相談ください

鹿児島徳洲会病院 外来診療予定表

最新の予定は http://www.kagotoku.jp/schedule.html をご覧下さい。

曜日		月			火			水			木			金			土		
時間		9~12時	14~17時	17~20時	9~12時	14~17時	17~20時	9~12時	14~17時	17~20時	9~12時	14~17時	17~20時	9~12時	14~17時	17~20時	9~12時	14~17時	17~20時
総合診療科	1診	○	○	○		○	○		○	○	○	○	○		○	○		○	○
	2診	○			○			○			○			○		○	○	○	
	3診	○			○			○			○			○			○	○	
	6診	○			○			○			○			○					
	循環器科				○						○								
	消化器科	○			○			○			○			○			○		
	糖尿病科	○			○			○			○			○					
外科		○		○	○		○	○		○	○		○	○		○	○		○
心臓血管外科								○						○					
形成外科		○						○						○					
整形外科		○			○			○			○			○			○		
脳神経外科					○												隔週○		
創傷ケア												○							
泌尿器科		○			○			○			○			○			○		
小児科		○	○	○	○	○		○			○	○	○	○	○		○	隔週○	
眼科									○										
放射線科		○			○			○			○			○			○		

※都合により変更がございますのでお問い合わせください。

TEL 099-250-1110 FAX 099-251-2237

※土曜日 小児科午後診は各週にて第1·3·5の診察となります。

熱い心と癒しの心

ホッとハート

2014 夏号 Summer

鹿児島徳洲会病院広報誌

ホッとハート 2014年 夏号
発行日／平成二十六年六月一日
発行人／飯田信也
発行所／鹿児島市下荒田三―八―一 鹿児島徳洲会病院

医療法人 徳洲会
鹿児島徳洲会病院

社会福祉法人 陵風会
ケアハウス西陵

中山クリニック

社会福祉法人 人愛心会
ケアハウス桜の苑

医療法人 鹿児島愛心会
介護老人保健施設
光徳苑

社会福祉法人 愛心会
ケアハウス優和の里

医療法人 鹿児島愛心会
グループホーム
東谷山

ペアーレ徳洲会

社会福祉法人 愛心会
サービス付き高齢者向け住宅
ぬくみの里

有限会社
ソフィア・インターナショナル
グループホーム
山田の里

社会福祉法人 愛心会
グループホーム
桜

社会福祉法人 陵風会
グループホーム
西谷山

私のおすすめ 自宅でできるガーデニング

訪問介護 田中涼子 梯 舞

私達のおすすめは、自宅でできるガーデニングです！

主にイギリスの家庭で行う造園や園芸の一種で、自分が主有する庭（ガーデン）、ベランダで草花を植栽し棚や石畳で装飾し庭作りを楽しむことからガーデニングの名前が付きました。

毎日水や肥料をやり花が咲き成長していく姿を見ていると心が癒されます。

仕事で疲れ帰宅して水をあげにいくと「水水はやくぅ」とばかりに話しかけてくるようでかわいくてたまりません。ストレス発散になり癒されますよぉ。

皆さんガーデニングは楽しみながら行う趣味です。是非やってみてください。育てる生命いいですよぉ。

鹿児島健康友の会に入会しませんか

鹿児島健康友の会は会員相互の親睦・生きがいのある人生を送ることを目的とした会です。

会員の特典いろいろ

1、各種スポーツ大会や遠足、レクリエーション、各種クラブ活動などへ優先でご案内します。

2、医療・年金相談・医療講演・福祉講演・健康相談の開催を優先でご案内します。

3、入院による個室の割引をいたします。

4、人間ドックの割引サービスがあります。

5、予防接種の各種割引き実施しています。

健康友の会の会費

年会費 1,000円（1世帯）

申込みは 事務局（鹿児島徳洲会病院内）鹿児島健康友の会へ

鹿児島徳洲会病院への交通アクセス

バスをご利用の際は右の番線を参考にしてください。

●荒田八幡バス停より徒歩3分
■市営バス ⑭⑮⑱⑲㉘㉙㉚
■鹿児島交通 ①②④⑤⑥⑦⑧⑭⑯㉓㉜

●下荒田四丁目バス停より徒歩1分
■市営バス ㉗

●市電 荒田八幡電停前より徒歩5分