



# 南東北

第351号

院是「すべては患者さんのために」

- ・一般財団法人脳神経疾患研究所
- ・社会福祉法人南東北福祉事業団
- ・医療法人社団三成会
- ・医療法人社団新生会
- ・医療法人財団健貢会
- ・社会医療法人将道会
- ・医療法人謙昌会

URL:http://www.minamitohoku.or.jp  
E-mail:pr@mt.strins.or.jp

## 新型コロナウイルス対策 引き続き実践を

### 変異株の感染拡大

#### ワクチン接種後も注意必要

新型コロナウイルス変異株の感染が全国的に広がっています。福島県でも4月中旬以降、感染者が急増し、県は5月15日(土)から同31日(月)まで、感染抑制のための「非常事態宣言発令期間」と定め、警戒レベルを引き上げて、一層の感染防止を呼び掛けました。

一方、65歳以上の高齢者をトップに始まった一般人の新型コロナウイルスのワクチン接種は5月10日(月)から本格化、その効果に期待が高まっています。しかし、感染症流行の収束は

見えず、コロナとの闘いは今後も長く続きそうです。公衆の場においても、まだしばらくは感染対策が必要です。すでにワクチンを接種した人も感染のリスクがないとは言えません。引き続き不要不急の外出や旅行を控え、3密を避ける、こまめに手を洗うといった「新しい生活様式」を実践しましょう。日々の健康チェックを行い、熱がある、体調が悪いと感じたらすぐに医療機関に相談しましょう。

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐために

## 新しい生活様式

の徹底と継続をお願いします。

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐためには、今後も長い期間の対策が必要です。そのためには、私たち一人ひとりがこれまでの日常生活を見直し、上記実践例を参考に「新しい生活様式」を徹底していくことが大切です。

[福島県のホームページから]

【主な感染対策】

- ① 3密（密閉・密集・密接）を避ける。
- ② こまめに手を洗う。
- ③ マスクを着用する。
- ④ 咳エチケットを守る。
- ⑤ こまめに換気する。
- ⑥ 人と人との間隔は約2m。
- ⑦ 近い距離で向かい合っている会話を避ける。
- ⑧ 買い物は少人数で。

【マイカーでお越しの方】

郡山市が富久山町久保田に準備した専用駐車場（ダイナム福島郡山東店の東側駐車場）をご利用ください。接種会場までは15分ごとに無料の

#### ワクチン集団接種 当院で受ける方へ

当院の北棟1階のNABEホールは郡山市の新型コロナウイルスワクチンの集団接種会場の一つ（八山田会場）になっています。会場でのワクチン接種の流れは次の通りです。

- ① 受付
- ② 問診（予診）
- ③ 接種（3カ所で行っており、まず右腕で、係員の誘導に従ってお進みください）
- ④ 接種後は15分間休憩し体調を見る
- ⑤ 出口でワクチン接種記録書にシールを貼ってもらおう。

- ⑨ 料理は個別の皿に分ける。
  - ⑩ コップ、タオルなどの共有を避ける。
  - ⑪ 誰とどこで会ったかメモを取る。
- 【コロナ疲れ予防】
- ① 生活リズムを崩さない。
  - ② 趣味や楽しみの時間を持つ。
  - ③ 安心できる相手と電話やメールで連絡を取る。
  - ④ 十分な栄養と睡眠を取る。
  - ⑤ 飲酒や喫煙を増やさない。
  - ⑥ 散歩や適度な運動で体を動かす。

### 今月号のなかみ

- ▶ 2面 = 健康生活情報ナビ「新茶の効能」、気になる言葉「ワンヘルス」、食中毒予防の3原則
- ▶ 3面 = ラジオ健康セミナー「インプラント治療」
- ▶ 4面 = 4月の新任ドクター紹介、陽子線治療の実績、総合南東北病院の目標
- ▶ 5面 = フォトセラピー、当院の藁谷先生が厚労省コロナ対策本部事務局参与に、歯周疾患検診を受けよう
- ▶ 6面 = 健診用語の基礎知識、施設日より、カビやダニの繁殖を防ぐには
- ▶ 7面 = 患者さんからの礼状、増子輝彦さんのコラム、4月の手術件数・救急車台数
- ▶ 8面 = 食の豆知識「たまねぎ」、薬局日より「薬剤性光線過敏症」、編集後記

# 健康生活情報ナビ

## 新茶の効能

おいしい新茶が出回る季節です。お茶好きの人にはうれしい季節といえましょう。最近はペットボトルでお茶を飲む人が増えていますが、たまには急須で淹れてゆつくり味わいたいものです。

ところで、お茶はもともと薬草として日本に入ってきたのですが、中でも新茶には

### 免疫力増進や血圧降下 豊富なカテキン 少ないカフェイン

新茶ならではの効用があるようです。昔から「新茶は無病息災の妙薬」「八十八夜（立春から88日後＝5月上旬）に摘まれたお茶を飲むと不老長寿になる」などと言い伝えが

あるのです。茶は元来、生命力の強い植物で、年に3回茶摘みができると言います。中でも冬の寒い時期を耐え忍んで芽吹いた5月上旬の一番茶は、最も多く栄養素が蓄えられてい

ます。特にポリフェノールの一種であるカテキンが豊富に含まれています。

そのカテキンには抗菌、免疫力増進、血圧降下、抗がん、コレステロール値改善などの作用があると言われています。抗菌作用では、O-157、ピロリ菌、溶連菌の抑制や風邪、下痢の予防にも効果があるとされます。抗がん作用は発がん物質のニトロソアミン生成を抑制するというものです。

また、新茶はカフェインが少なく、旨みと甘味を感じるテアニンが多いのが特徴です。テアニンには緊張や興奮を落ち着かせ、身体や精神をリラックスさせる効果があるとされ、就寝前に飲んでも良質な睡眠を得ることができると言います。

薬草でもあったお茶は利尿解毒、除煩熱（体内の余分な熱を納め、イライラを解消する）、清頭目（のぼせを解消し視力を回復する）など、様々な薬効が知られており、漢方薬の原料としても使われています。

忙しい時には一服のお茶でほっと一息つくのは、健康にもプラスかもしれません。

### 細菌をつけない！増やさない！ やっつける！

#### 食中毒予防の3原則

気温が上がり湿度も高くなるこの季節は「食中毒」への注意が必要です。食中毒とは、食事を通して身体に有害な細菌などを摂取してしまうこと。胃腸炎など様々な症状が起こり、重症化すると命に関わることもあります。食中毒予防で重要なのは、細菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」の3原則です。

家庭で起こりやすい「細菌性食中毒」には「感染型」と「毒素型」があります。感染型は、食品に付いた細菌を食べてしまい、細菌が腸管で増殖して感染し、症状を引き起こされます。

感染型の細菌にはサルモネラ菌、カンピロバクター、腸炎ビブリオ、ウエルシュ菌、病原性大腸菌（O157）などがあります。

毒素型は、すでに食品の中で細菌が繁殖し毒素が作られているのを知らずに、その食品を食べ発症するケースです。ボツリヌス菌、黄色ブドウ球菌などが毒素型の細菌です。

食中毒の原因となる細菌は腸管に感染するため、多くが急性胃腸炎を起こします。おう吐や下痢、腹痛のほか、高熱を出す場合もあります。これらの症状

は脱水状態を招きやすいため、白湯やスポーツ飲料などで水分を補うことが大切です。子どもや高齢者は重症化することがあるので、早目に医療機関を受診することです。

【食中毒予防の対策例】

- ・刺身などの生ものを買った際は保冷バッグに入れて帰る。
- ・食べ物は冷蔵保管し、早目に食べきる。
- ・調理する際はよく手を洗う。
- ・包丁やまな板はいつも清潔にこまめに殺菌。
- ・布巾は何枚か用意し、こまめに交換する。
- ・カビがはえた食品や傷んだ食品は捨てる。
- ・残った食品は完全に冷ましてから容器に移し、冷蔵庫または冷凍庫で保存する。

#### 医療 健康

### 気になる言葉

「ワンヘルス」とは「人、動物、環境（生態系）の健康は相互につながっている」という考え方です。この言葉

### ワンヘルス

が使われるようになったのは、2004年に米国で「ワンワールド ワンヘルス」をテーマに開催された国際会議が発端と言われています。その考え方は環境の変化や人獣共通感染症の流行が背景

にあると考えられます。また、過度な抗菌薬の使用が薬剤耐性菌の増加につながっていることも要因です。日本では2016年に北九州市で世界獣医師会と世界医師会によるワンヘルスに関する国際会議が開催され、医師と獣医師の協力関係を強化することなどを盛り込んだ「福岡宣言」が採択されました。

人の間で流行する感染症に

はもともと、動物の病原体だったものが多くあります。インフルエンザはカモなどの水鳥、エボラ出血熱や重症急性呼吸器症候群（SARS）はコウモリ、エイズはサルやチンパンジーから感染したとされています。新型コロナウイルス感染症もコウモリが由来とみられ、パンデミック（世界的大流行）でワンヘルスが改めて認識されるようになりまし

た。地球規模でのワンヘルスへの取り組みはますます重要になってくると見られます。

当院×ふくしまFM

ラジオ健康セミナー

# 歯を失った場合の治療 インプラントについて

南東北医療クリニック歯科  
顎顔面インプラントセンター長  
**春日井 昇平先生**

聞き手・矢野真末アナ



インプラント治療について  
解説する春日井先生

歯は人間が食物を食べるためになくてはなりません、身体全体の健康とも密接に関わっていると言えます。本日(4月27日)は南東北医療クリニック歯科・顎顔面インプラントセンター長の春日井昇平先生に歯を失った場合の治療、特にご専門のインプラント治療について詳しくお聞きしたいと思います。まずは歯を失った場合の身体への影響からお聞かせください。

**春日井** 歯を失ったからといってすぐに生死に関わるわけではありませんが、噛めない、食べにくい、しゃべりにくいといったことがあるため

QOL(生活の質)がかなり低下してしまいます。噛み合わせが悪いととても

QOL(生活の質)がかなり低下してしまいます。噛み合わせが悪いととても

QOL(生活の質)がかなり低下してしまいます。噛み合わせが悪いととても

## 天然歯のよう に違和感なく噛める

す。一つは治療ではありませんが、何もしないことです。二つ目はブリッジです。歯の抜けた部分の両側の歯から橋(ブリッジ)を架けてつなぐ方法です。三つ目はいわゆる入れ歯で、四つ目にインプラントがあります。

インプラント治療は、どのようにするのでしょうか。春日井 歯を失った所の骨にネジのようなものを埋めて、その上に人工の歯を取り付ける治療法です。その歴史は古く、2、3世紀のローマ帝国時代からあったとみられます。鉄を使って治療した人骨が1980年代に見つかり分かったのです。ただし、この治療法が確立されたのは1965年になってからです。それまでもいろいろな方法が試されたのですが、スウェーデンで骨に埋めるインプラントの材料にチタンを使い、良好な結果が得られたのです。チタンは骨との相性が良く、人工関節にも使われています。

インプラントがよいところはどのような点でしょうか。春日井 第一に天然歯と同じように食べ物違和感なくしっかりと噛める点です。第二は、歯の抜けた部分だけを治療するの

で残っている歯に負担をかけない点です。ブリッジや入れ歯の治療は残っている歯を利用するので、それらの歯に負担がかかります。三つ目は、1歯欠損でも全く歯のない状態でも治療できる点です。

逆に欠点はありませんか。春日井 一つは骨の中に金属を埋める手術がある点です。そのため身体に負担がかかります。第二に治療期間が長いことです。手術をしてインプラントが安定するまでに最低でも2カ月位はかかります。三つ目は治療する部分に骨がないとできない点です。四つ目はほとんどの場合、手術が保険適用とならないため治療費が高いことです。ただ、毎日快適に食事ができることを考えれば、それほど高いものではないと言えるのではないのでしょうか。五つ目は人工材料の歯は歯肉となじみにくいため、天然歯に比べると菌が感染しやすい点です。六つ目は、噛み合わせの変化に対応できない点です。天然歯は多少噛み合わせが悪くとも少しは動くので対応できるのですが、インプラントは骨に固定すると全く動きません。

※ふくしま放送で5月7日(金)に放送された内容を要約して再構成しました。放送内容は総合南東北病院のホームページから聴くことができます。

# 新任ドクターです！ よろしくお願ひ致します！

4月に着任した新任医師です。患者さんのために頑張ります。よろしくお願ひします。



のま さとし  
**野間 聖**  
【呼吸器内科】科長



つちや まりお  
**土屋 真理夫**  
【脳神経内科】医長



まつもと よしゆき  
**松本 善幸**  
【循環器科】医長



たかがわ よしあき  
**高川 佳明**  
【放射線治療科】  
南東北がん陽子線治療センター 医長



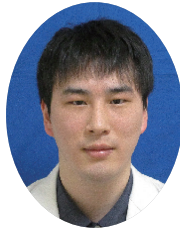
こばやし ゆうた  
**小林 祐太**  
【脳神経外科】医員



まちだ まさのり  
**町田 政憲**  
【放射線治療科】医員



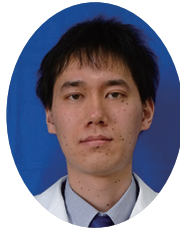
すずき まさや  
**鈴木 優也**  
【外科】医員



まるやま ゆうや  
**丸山 裕也**  
【外科】医員



すずき ふみたか  
**鈴木 文隆**  
【外科】医員



ふじしま こうすけ  
**藤嶋 康祐**  
【呼吸器外科】医員



おおた かずひろ  
**太田 和寛**  
【心臓血管外科】医員



ゆだ けんたろう  
**湯田 健太郎**  
【心臓血管外科】医員



おがわ いたる  
**小川 到**  
【整形外科】医員



すがや かずき  
**菅谷 一樹**  
【放射線診断科】医員



まつお ともき  
**松尾 知樹**  
【外傷センター】医員



きたじま だいご  
**北島 大悟**  
【脳神経外科】医員

## 研修医



ぐんじ みずき  
**郡司 瑞樹**  
【初期臨床研修医】1年



はまだ こうき  
**濱田 浩輝**  
【初期臨床研修医】1年



つだ なおひこ  
**津田 尚彦**  
【初期臨床研修医】1年



ひらもと たくと  
**平本 琢人**  
【耳鼻咽喉科】医員



なかお えいち  
**中尾 詠一**  
【外科】医長  
低侵襲腫瘍制御学講座



としやま さとし  
**俊山 聖史**  
【外科】医員  
低侵襲腫瘍制御学講座



まきの ななみ  
**牧野 七海**  
【初期臨床研修医】1年



わたなべ こうき  
**渡部 昂輝**  
【初期臨床研修医】1年



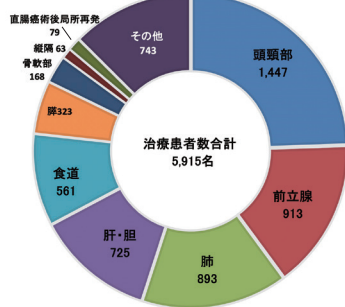
くりはら ともゆき  
**栗原 智行**  
【初期臨床研修医】1年



べつぷ あおい  
**別府 葵**  
【歯科研修医】

## 陽子線治療実績 (南東北がん陽子線治療センター)

2021年4月末まで  
(2008年10月開院以降)



がん陽子線治療センター  
HPはこちら



## 総合南東北病院の目標

- 患者さんに公正な医療を提供します。
- 医師による説明と、患者さんの選択に基づく医療を進めます。
- 患者さんのプライバシーを尊重します。
- 診療情報を患者さん自身にお伝えします。
- より良い医療が行われるよう研修・研鑽いたします。
- 患者さんの人生が最後まで豊かであるようにその意思を尊重します。

# フォトセラピー 今月の 1枚

【達沢不動滝】



撮影データ：2015年5月10日 猪苗代町達沢 Nikon D800+NIKKOR 20mm F1.8G f/16 絞り優先オート、PLフィルター・三脚使用

新緑の季節は一年のうちで最も木々の生命力が感じられ、森林浴に適した時期でもあります。この滝は近年パワースポットとしても人気があります。森の中を歩き滝の水しぶきを浴びると、しばし日常を忘れ心が洗われます。思い切って滝に近づき広角レンズで撮影しました。

(総合南東北病院／南東北第二病院 外科医長・緩和ケアチーム 佐藤 直)

## 厚労省新型コロナ対策本部事務局

### 藁谷先生が参与に就任



藁谷 暢 医師

当院の藁谷暢（わらがい・みつる）医師（外科医長）は4月20日付で、厚生労働省の新型コロナウイルス感染症対策推進本部事務局参与（非常勤国家公務員）に就任しました。同本部地域支援班より寺西寧院長を通じて協力要請が

あり、受託しました。同参与は、新型コロナウイルスの感染が拡大し危機的な状況にある地域や医療機関において、感染対策を円滑に推進するため、医療・公衆衛生の専門的・技術的な事項についての助言指導を行います。同本部地域支援班が都道府県に対して行う職員派遣や連絡調整、感染制御支援チーム立ち上げなどへの助言・実務も行います。任期は限定されず、当面

の間としてあります。藁谷医師は福島県立医科大学で、日本外科学会専門医。昨年4月に福島県が新型コロナウイルス感染拡大防止のために設置した県感染対策支援チームの一員で、これまでにクラスターが発生した郡山市内や会津、いわき、宮城県などの医療機関で感染対策支援に当たりました。また、JMAT（日本医師会災害医療チーム）のメンバーとしても活躍、昨年は北海道の医療機関で支援活動を行いました。当院でも新型コロナウイルス感染対策チームの一員で、今年4月からはチームリーダーを務めています。

40・45・50・55・60・65・70歳

## 歯周疾患検診 該当者は受診を

5年に1回の  
**歯周疾患検診の  
お知らせ** 結果は当日お伝えします。

歯周病…「他人事」ですか？

「自分には関係ない」「何も症状が出ていないから大丈夫」「痛くなったら受診しようかな」「他人事」と思っている間に症状は進行していきます。

「歯周病」は「生活習慣病」

生活習慣を見直すことで、歯周病も予防し健康なからだをつくれます。

対象者 郡山市に住民票があり、令和4年3月31日までに40・45・50・55・60・65・70歳になる方  
自己負担金 無料 持参するもの 保険証

検診内容 歯や歯ぐきの健康状態の確認、歯みがき指導

実施期間 令和3年5月20日(木)～令和4年1月31日(月)

市内18の歯科医師会機関で受診できます。歯周病の健康第一を「見守り」。

お問い合わせ 郡山市保健所健康づくり課 TEL.924-2900

歯周疾患検診のPRポスター

対象年齢に該当した市民が無料で受診できる郡山市の令和3年度「歯周疾患検診」は5月20日(木)から始まりました。郡山歯科医師会に所属する医療機関で行っており、南東北医療クリニックの歯科でも受けられます。期

間は今和4年1月31日(月)まで。歯周病の早期発見・早期治療の喪失予防などを目的とした高年齢期の健康維持推進事業で、郡山歯科医師会に委託して実施しています。対象者は郡山市に住み票があり、令和4年3月31

日(木)までに40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳になる方です。検診は期間中に1回のみで、無料で受けられます。保険証持参。歯や歯ぐきの健康状態を確認し、歯磨きの指導も行います。検診の結果は当日、お伝えします。

歯周病は放置していると進行し歯が抜けるだけでなく、身体のような臓器にも悪影響を与えます。予防には生活習慣の見直しも大事です。検診に関する問い合わせは郡山市保健所健康づくり課 電話024(924)2900へ。南東北医療クリニック歯科は電話024(934)5437。

# 健診用語の基礎知識

②

## 《血圧》

血圧測定は高血圧、低血圧の有無をみます。高血圧は循環器（心臓・血管）の異常のほか、腎臓、内分泌や代謝系の異常を知る手掛かりにもなります。正常血圧は最高血圧（収縮期血圧）が130 mm Hg未満、最低血圧（拡張期血圧）が85 mm Hg未満です。最高、最低の数値がこれ以上であれば高血圧と言えます。

血圧が高い状態が続くと血管の老化が早まって動脈硬化も進み、血管が詰まったり破れたりして、生命をおびやかす重篤な病気を招く危険性があります。このため高血圧は別名「サイレントキラー」（静かなる殺人者）とも呼ばれています。

高血圧の原因は加齢や遺伝のほか、多くの場合、塩分の摂り過ぎ、肥満、ストレスなどの生活習慣が影響していると考えられます。血圧測定は生活習慣病を予防するうえで欠かせません。

【メモ】血圧が高いと言われたら、食事を中心とした生活習慣の改善が大切になります。食べ過ぎ、飲み過ぎ、塩分の摂り過ぎに注意し、適度な運動を心掛けましょう。1日の塩分摂取は6g未満が目標です。また、カリウムを多く含む食品にはナトリウムを体外に排出する作用があるので、食生活に上手に取り入れるとよいでしょう。



肥満は高血圧、動脈硬化などを促進します。

※参考：全社連「健診結果のわかる本」

【おひつわら】今号は「地域医療を支える絆」総合南東北病院オーブンシステム登録医ご紹介」を休載しました。

ダニは寿命が3カ月程度ですが、この時期に繁殖したダニの死骸はハウスダストになり、秋にアレルギーを引き起こすものになる可能性があります。天気の良い日に布団を干す、ダニ取りシートを活用する、こまめに掃除をするなどのダニ対策が必要です。

## ゴールドメディア

### ◆ブタの貯金箱作り楽しむ

四月の通所リハビリでの行事や活動などを紹介したいと思います。利用者の皆様に子供のころに行った遊びを懐かしんでいただけたらと思います。「ダルマおとし」や「カ



制作したブタの貯金箱

ルタとり」などの「伝承遊び」を行いました。ダルマおとしで、なかなかうまくいかず悔しがる利用者さんがいたり、カルタとりで、自分が一番札を取ろうと身を乗り出して待ち構える利用者さんだったり、いずれの遊びも活気に満ち溢れていました。

制作活動では張り子の「ブタの貯金箱作り」を行いました。風船を膨らませ、そこに新聞紙や色紙を貼り合わせて制作しました。最初は数名の方が制作していましたが、「私もやりたい」という声が増え、たくさんの方が貯金箱作りを楽しみました。中には「孫にプレゼントしたい」と2個目、3個目と作る方もいました。

## 施設だより

### ◆総合南東北福祉センター

今年度はまだ始まったばかりですが、この活気が続くよう、これからもスタッフ一同、皆様楽しんでいただける行事や活動を考えたいと思います。

### ◆満開の桜に喜びもひとしお

総合南東北福祉センターでは、各事業所で『お花見』を実施しました。今年は、駐車場の一角にお



満開の桜に顔もほころぶ利用者さん

花見用のスポットを設けました。車輛を移動して作ったスペースに、テーブルやイス、ベンチなどを設置し、満開の桜を目の前で観賞できる贅沢なスポットが誕生しました。外出できない事業所の利用者さんは、こちらのスポットでお花見を楽しみました。

一方、外出できる事業所の利用者さんは、久々の外出行事を満喫しました。一年以上の間、外出を自粛してしまっていたので、喜びもひとしおです。満開の桜と美味しい外の空気を堪能し、心身をリフレッシュしました。新型コロナウイルス感染症の先行きは見通せない状況ですが、「また行きたい」という利用者さんの声にこたえ、感染対策をしっかりと行った上で、少しずつ外出行事を計画していきます。

## カビやダニの繁殖を防ぐポイントは？

梅雨時期は、高温で湿度が高くなるためカビやダニなどが繁殖しやすくなります。家庭での対策をしっかりと行い、この時期を気持ちよく乗り切りたいでしょう。

カビは増殖すると空気中に胞子が舞い、アレルギーの原因物質になります。カビにとっては気温25度前後、湿度60%以上が育つのに好都合な環境です。このため室内でカビの繁殖を抑えるには除湿機やエアコンを使って湿度を60%以下に保つことがポイントです。浴室は、使用後に壁の水分を拭き取ったり、換気したりしてなるべく乾燥させるのがよいでしょう。

# 患者さんからの礼状

## 大変な時期に 安心して入院

新型コロナウイルスの感染拡大が続く中でしたが、安心して入院、退院することができました。すべてのスタッフの皆さまに感謝の気持ちでいっぱいです。何の症状もない所の病気ま

で見つけてくださった先生方、優しく対応していただいた看護

### うれしかった 優しい声掛け

入院期間中はお世話になりました。スタッフの皆様、本当にありがとうございました。病気

師さん、ありがとうございます。大変な時期に、私たち患者のために頑張ってくださいまして本当に感謝します。(5月・病棟、女性)

ストランの皆様、清掃スタッフの皆様にも笑顔で親切に対応していただきました。私もちゃんと病気を治して、少しでも困っている人のお役に立てるよう努めていきたいと思えます。(4月・絆ガーデン、女性)

### 院内での撮影・録音 は禁止しております

当院では、患者さんの個人情報を守るため、病院内での写真撮影・動画撮影・録音等を原則禁止しております。診察の際に、どうしても動画撮影・録音等が必要な場合は、主治医にご相談ください。許可なく撮影・録音をした場合、フィルム等の没収やデータの消去をさせていただきます。また、許可を得て撮影したものであっても、他の患者さんや職員が写った画像の無断使用は固くお断りします。

## 4月の手術件数

当院の4月の手術件数は767件でした。診療科別の内訳は眼科227件、外科127件、外傷センター72件、整形外科65件、形成外科64件、泌尿器科39件、脳神経外科35件、耳鼻科27件、呼吸器外科27件、心臓血管外科25件、放射線治療科17件、歯科口腔外科13件、放射線科10件、消化器内科9件、周産期センター3件、陽子線治療センター3件、麻酔科2件、循環器科2件でした。

## 4月の救急車台数

当院の4月の救急車受け入れ台数は558台(患者数563人)でした。時間外の救急患者数は1158人。ドクターヘリ受け入れ件数は6件(患者数6人)でした。

## 増子輝彦さんの コラム



新型コロナウイルス感染拡大が止まらない。7月開催の東京五輪を意識して短期集中で発出した緊急事態宣言も5月末まで延長された。切り札とされたワクチン接種も予定通りにいかず国民に不満・不信が募っている。福島県も4月以降感染拡大が続き、病床使用率は8割に達す

る状況になり緊急対策が求められている。

このような中、東京五輪開催まで約2カ月となり、中止や延期の声が大きくなっている。延期を決めた1年前よりコロナ感染は世界中で悪化している。とても東京五輪を開催する状況にはない。招致の際には「復興五輪」が高らかにうたわれたが、今は「コロナに打

## 「東京五輪開催は？」

ち勝った証としての五輪」に変わった。五輪開催を政治的・商業的利益を目的とした人達にとっては五輪精神など二の次で、何がなんでも開催することが目的となっている。菅義偉首相がこだわる「安全・安心な東京五輪」開催を疑問に思っている人々が多い。各種世論調査を見ても70%近くが中止か延期だ。財政的にも当初費用を超える約2兆7000億円をつぎ込み、今後さらにコロナ対策費用として膨大にかさむ事は明らかだ。アスリート達も、開催ありきへの矛先が向けられ傷つけられている。全くの筋違いであり残念だ。海外のメディアも厳しい論調を主張している。5月5日のワシントンポストのコラムは、国際オリンピック委員会(IOC)のバッハ会長を、開催国を食い物にする「ぼったくり男爵」

と非難、日本政府に東京五輪の中止を促した。特に、海外報道で指摘されるのが「開催都市契約」の存在だ。東京の招致が決定した2013年9月にIOCと東京都、日本オリンピック委員会(JOC)との間で結んだ契約に「中止する権利を有する」と明記されているのはIOCのみで、都やJOCにはない。開催までわずかしかない中、コロナ感染は改善されず、モヤモヤ感が充満し、参加をためらう選手も国も多く、中途半端な形で五輪開催が成功するとは到底思えない。バッハ会長の選手に対する特権的なワクチン接種も大きな不満を招いている。菅義偉総理はバッハ会長と直談判して、今こそ中止の勇氣ある決断をすべき時と大多数の国民が思っている。国民の声を無視する五輪開催強行は次期総選挙に大きなツケとして返ってくるだろう。

(5月14日)

もっと明るく、もっと楽しく、もっと快適にしてあげたい。介護のことは、ケアヘルスに任せて「安心」頼んで「安心」

### まかせて！安心 介護無料相談

介護保険レンタル対象商品  
ベッド・車椅子・じょくそう予防用具・スロープ・歩行器・移動用リフトなど

介護保険購入対象商品  
ポータブルトイレ・家具調トイレ・特殊尿器・入浴補助用具  
簡易浴槽など

健康用品・健康食品  
予防医学、健康増進のための用具、食品・サプリメントなど

紙おむつ  
郡山市おむつ給付券が当店で使用できます。

住宅改修  
当店の有資格者(福祉住環境コーディネーター2級)がお客様の状況にあわせてご提案させていただきます。  
手すりやスロープを設置して、段差の解消や転倒防止の工夫のお手伝いをいたします。

健康支援ショップ  
CH♥ケアヘルス  
営業時/平日9:00~17:30(日・祝日休み)  
介護のことならケアヘルス。  
0120-26-5121  
ケアヘルス  
〒963-8052 福島県郡山市八山田7丁目101

# 薬局だより

## 薬剤性光線過敏症について

段々と暖かい季節になり日差しが強くなってきました。日差しが強くなると共に紫外線の量も増えていきますが、皆さんは紫外線対策をしていますか？ 実は5月は真夏に次いで紫外線量が多い時期で注意が必要です。今回はそんな紫外線と薬剤によって引き起こされる薬剤性光線過敏症についてお伝えします。

光線過敏症とは皮膚に日光(紫外線)が当たることによって免疫が過剰な反応を起こし、発疹やかゆみ、皮膚が赤くなるなどの症状が出てしまう疾患のことです。日光アレルギーとも呼ばれています。原因としては遺伝的要因や代謝異常、アレルギーなど多岐にわたりますが、中でも薬剤が原因となるものが最も多いと言われています。薬剤に

よる光線過敏症は主に内服薬・点滴薬で起こる光線過敏型薬疹と外用剤で起こる光接触皮膚炎に分けられます。

光線過敏型薬疹は内服薬服用後に、露出している皮膚が日光に当たることによって赤みやかゆみ、発疹が出来るものをいいます。露出部位の広範囲に症状が出るのが特徴です。原因薬剤としては抗生物質のクラビット(成分：レボフロキサシン)やミノマイシン(ミノサイクリン)、利尿剤のラスステープ(フロセミド)などが有名です。

光接触皮膚炎は、塗り薬や貼り薬を使用している部位が日光に当たることによって、薬剤を使用した部分が赤みやかゆみ、水疱といった症状が出るのが特徴です。原因薬剤は非ステロイド系抗炎症薬のモー

ラステープ(ケトプロフェン)やボルタレンゲル(ジクロフェナクナトリウム)などがあります。

症状の治療としては、ステロイドの外用薬と抗アレルギー薬を内服します。また、予防として薬剤使用後は肌の露出を控えたり、日差しが強い時間帯(10時~14時)の外出は控えたりといった対策が大切です。紹介した薬に限らず、薬剤の使用後に症状が出た場合は早めに受診をしましょう。

〔参考文献〕「光アレルギーの発生機序と対策」産業医科大学皮膚科学教室、厚生労働省「重篤副作用疾患別対応マニュアル 薬剤による接触皮膚炎」(薬剤科 大和田柚樹)

# たまねぎ

## 食の豆知識

たまねぎは中央アジア原産で、日本には明治時代にアメリカから伝わりました。初めは北海道で春まき栽培され、その後秋まきでも栽培できることが分かり大量に生産するようになりました。そのまま焼く、蒸す調理法やサラダやソースにも活用できバリエーション豊かに様々な料理に使用できる便利な食材です。

たまねぎを切ると涙が出ますが、切る前に冷蔵庫でしっかり冷やす、逆に電子レンジで20秒ほど加熱する、包丁やたまねぎの切り口を水で濡らすなどを行うと予防出来るのでぜひ試してみてください。

**【主な種類】**  
 新たまねぎ：春先に出る早生種。辛味が弱く、生食に向いています。  
 赤たまねぎ：表面が赤紫色をしたたまねぎ。辛味が弱く甘みがあるので新たまねぎと同様に生食に使用すると良いでしょう。  
 葉たまねぎ：春先に早採りしたもの。葉はねぎのように使うと良いでしょう。甘みとうまみ、ねばりが特徴的です。

**【たまねぎの選び方・保存方法】**  
 たまねぎの頭をさわると、肉質がしっかりしていて外皮が良く乾燥し、ツヤがあり固く締まって重みがある物が良いでしょう。芽や根が出たものは水分が少なくなっているため、味が落ちている可能性があります。  
 保存は、風通しがよく常温で直射日光を避け暗い所にしましょう。春先の新たまねぎは1週間以内に食べると美味しい状態で食べられます。蒸れや湿気は大敵なので注意してくださいね。

**【親子丼】(2人分)**  
**◆材料**  
 ・たまねぎ1個 ・鶏もも肉100g ・卵1個  
 ・めんつゆ1カップ (200cc)  
**◆作り方**  
 ①たまねぎを薄切りにし、鶏肉は食べやすい大きさに切っておく。  
 ②鍋で煮詰めためんつゆにたまねぎを入れ、中火で1分ほど加熱してから鶏肉を加える。  
 ③鶏肉に火が通ったら溶き卵を回しいれる。蓋をして火を止め、余熱で半熟状態にする。

※参考書籍：もっとからだにいい野菜の便利帳 (栄養管理科)

南東北  
 2021年5月31日  
 発行  
 一般財団法人 脳神経疾患研究所  
 法人本部広報担当  
 郡山市八山田七丁目115  
 TEL(024) 934-15708  
 印刷  
 石井電算印刷株式会社

メガネ・コンタクトレンズ・補聴器の専門店  
 メガネ・補聴器のご相談は見える・聴えるのプロショップ  
**南東北メガネコンタクト**  
**各種コンタクトレンズが超お買得特価!!**  
 メガネの無料洗浄いたします。  
 お気軽にご来店ください。  
 TEL:024-927-7780 FAX:024-927-7781  
 内線 7585(渡邊まで)

## 編集後記

コロナ禍のためか、家庭菜園が人気です。プランターでトマトやナスを作る人もいます。食べるだけが目的ならトマトもナスもスーパーで買ってきた方が断然安いのですが、家庭菜園にはお金に変えられない楽しさがあります。それが人気の所以なのでしょう。コロナの収束はきつと来ると信じて、それまでの間、ささやかな楽しみとして、家庭菜園は悪くないかもしれません。