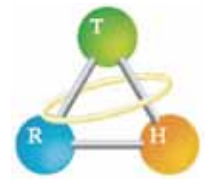


はあと

メディカルインフォメーション



ドクターメール

带状疱疹(たいじょうほうしん)

皮膚科 坂本 淳



第101号

発行日
2019年12月24日

日本私立学校振興・共済事業団
東京臨海病院



带状疱疹とはどんな病気？

带状疱疹は、身体の中に潜んでいたヘルペスウイルスの一種、「水痘・带状疱疹ウイルス」によって起こります。水痘(水ぼうそう)にかかったことがある人なら誰でも带状疱疹になる可能性があります。

初めて水痘・带状疱疹ウイルスに感染したときは水痘として発症します。水痘が治った後もウイルスは体内の神経節に潜んでいて、加齢やストレス、過労などが引き金になってウイルスに対する免疫力が低下すると、潜んでいたウイルスが再び活動を始め、神経を伝わって皮膚に到達し带状疱疹として発症します。身体の左右どちらか一方にピリピリと刺すような痛みと、これに続いて紅斑(こうはん)と小水疱が帯状に現れます。この症状に由来して带状疱疹という病名がつけられました。



発症しやすい年齢や発症部位は？

60歳代を中心に50～70歳代に多く見られる病気ですが、若い人に発症することもあります。通常は生涯に一度しか発症しませんが、免疫力が低下しているときに再発することがあります。部位は、胸から背にかけて最も多くみられ、全体の半数以上が上半身に発症します。また、顔面の特に目の周囲も発症しやすい部位です。



带状疱疹によって起こる合併症

带状疱疹を発症すると、発熱や頭痛がみられることがあります。顔面の带状疱疹では、角膜炎や結膜炎などを起こすことがあります。また、稀に耳鳴りや難聴、顔面神経麻痺などが生じることがあります。



治療は？

抗ヘルペスウイルス薬の内服や点滴で治療します。抗ヘルペスウイルス薬はウイルスの増殖を抑えることにより、急性期の皮膚症状や痛みなどを和らげ、治るまでの期間を短縮します。さらに合併症や後遺症を抑えることも期待できます。

また、痛みに対しては、消炎鎮痛剤の内服や神経ブロック療法なども行われます。



発症してしまったら

◆できるだけ安静に

带状疱疹は免疫力が低下したときに発症します。十分な睡眠と栄養をとり、精神的・肉体的な安静を心がけることが回復への近道です。

◆患部を冷やさないように

带状疱疹の痛みは神経痛ですから、患部が冷えると痛みがひどくなります。患部は冷やさず、できるだけ温めて血行を良くしましょう。

◆人との接触に注意

带状疱疹は人にうつることはありません。しかし、水痘にかかったことのない乳幼児などには、水痘としてうつる場合があります。水痘に感染したことのない人との接触は避けましょう。



後遺症は？

通常、皮膚症状が治るとしばらくして痛みも消えますが、1か月以上痛みが持続することがあります。これを带状疱疹後神経痛といいます。これは急性期の炎症によって神経に強い損傷が生じたことによっても起こります。带状疱疹後神経痛が残った場合はペインクリニックでの専門的な治療が必要になる場合があります。

抗ウイルス剤は発症後3日以内が効果的で、時間が経つと効果が悪くなります。痛みなどの後遺症を残さないためにもなるべく早く皮膚科を受診することをおすすめします。

片側だけ

・痛み
・赤い発疹
・水ぶくれ



目次：

带状疱疹(たいじょうほうしん) ... 1

「東京臨海病院 緩和ケア研修会」を開催しました 2

「第9回世界糖尿病デーキャンペーン」を開催しました 2

当院施設移動のお知らせ ... 2

ICT times Vol.39
「溶連菌感染症」 3

糖尿病教室 3

がんサファティ 3

年末年始診療のご案内 3

お薬手帳 4

編集後記 4

■「東京臨海病院 緩和ケア研修会」を開催しました

令和元年 11 月 10 日（日）、「第 9 回 東京臨海病院 緩和ケア研修会」を開催しました。
この研修会は厚生労働省健康局長通達「がん等の診療に携わる医師等に対する緩和ケア研修会の開催指針」に基づき行われるものです。

緩和ケアは、がん患者やその家族が抱える身体的、精神的な苦痛などの軽減を図るものです。当院では、患者さんに何よりもまず、やさしく、安全で高度の医療を提供すべく努力しております。



■「第 9 回世界糖尿病デーキャンペーン」を開催しました

『11 月 14 日の世界糖尿病デー』に世界糖尿病デーキャンペーンを開催しました。血糖値や血圧測定、ミニ講座、食品展示、ご飯盛りなどを行い、多くの患者さんおよび近隣住民の方々にご参加いただきました。



▲ミニ講座「糖尿病にならないために」



▲ミニ講座「糖尿病にならない食事」



▲血糖値、血圧測定



▲ミニ講座「糖尿病のおくすりについて」



▲ミニ講座「いつでもどこでも体操」



■ 当院施設移動のお知らせ

令和元年 11 月 5 日（火）より、下記の施設が移動しました。皆さまにはご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。

1 階



2 階



ICT times Vol.39

溶連菌感染症

例年11月～4月頃にかけて流行がみられ、子どもに多いのどの病気『溶連菌感染症』のお話です。

溶連菌感染症とは、A 群溶血性連鎖球菌という細菌によって引き起こされる感染症で、子どもに多い急性の咽頭炎です。菌の侵入部位によって、咽頭炎だけではなく、中耳炎、肺炎などの原因にもなります。抗生物質が大変良く効くため、きちんと除菌することが大切な感染症です。

好発年齢：学童期の小児に最も多く、3歳以下や成人では典型的な症状が現れることは少ないと言われています。

潜伏期間：2～5日

症 状：38度以上の発熱と全身倦怠感、のどの痛みによって発症します。

体や手足に小さく紅い発疹が出たり、舌にイチゴのようなツブツブができる「イチゴ舌」の症状が現れます。風邪とは違って咳や鼻水が出ないというのも特徴です。

感染経路：日常生活の中で出る咳やくしゃみなどによって近くの人に感染（飛沫感染）することがあります。溶連菌に汚染された食品が原因のこともあります。

予 防：予防のためのワクチンはまだ実用化されていません。手指や飛沫を介して感染するので、手洗い・手指消毒やうがいが基本的な予防方法です。



■「糖尿病教室」のお知らせ

月2回程度、糖尿病教室を開催しております。糖尿病に興味のある方は、どなたでもご参加いただけます。

■時 間 13:00～14:00 (12:40 開場)

■場 所 大会議室

■参加費 無料 ■申込み 不要

※当日は直接会場までお越しください。

日 程	テーマ	担 当
1/9 (木)	糖尿病の食事 基礎編 ～バランスよく食べよう～	管理栄養士
1/20 (月)	糖尿病の防災対策	管理栄養士 糖尿病看護認定看護師
2/6 (木)	糖尿病の薬について 低血糖について	薬剤師 糖尿病看護認定看護師
2/20 (木)	糖尿病の運動 ～血糖値を下げる運動を知ろう～	理学療法士 糖尿病看護認定看護師

★【糖尿病スタンプラリー】を開催しています。全テーマ参加者には、健康お役立ちグッズを贈呈しますので、ぜひご参加ください！

■「キャンサーカフェ」にお立ち寄りください

キャンサーカフェでは、がん患者さんやそのご家族の交流の場やミニ講座に加えて、個別相談もお受けしています。薬のことや食事や栄養のこと、仕事や生活全般のことについて、ご心配なことやおわかりにならないことなど、遠慮なくお尋ねください。

■日 程 1/24 (金)、2/28 (金)、3/27 (金)

■時 間 14:00～15:00 <ミニ講座 / 14:15 頃予定 (15～30分程度)>

■場 所 第1・2会議室

参加費 無料 出入り 自由 当日 参加可

.....年 末 : 年 始 : : 診 療 の ご 案 内 : : : :

	27(金)	28(土)	29(日)	30(月)	31(火)	1/1(水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	5 (日)	6 (月)
病 院	通常 ○	土曜診療 △	×	×	×	×	×	土曜診療 体制 △	×	×	通常 ○
レストラン	8:00～14:00 (LO.13:30)	10:00～15:00 (LO.14:30)	休業	休業	休業	休業	休業	10:00～15:00 (LO.14:30)	休業	休業	通常
売 店	通常営業 (7:30～19:30)				7:30～18:00			通常営業 (7:30～19:30)			

*令和元年12月29日(日)～令和2年1月3日(金)は、年末年始につき休診とさせていただきます。但し、1月3日(金)は、土曜診療体制で診療を行います。

*土曜診療体制＝【受付時間】8:00～10:30 当日受付順。詳細は、各診療科の受付にお問い合わせください。

*LO＝ラストオーダー



お薬手帳【お薬を正しく保管していますか？】

お薬をご自宅でどう保管していますか？ 机の上に置いてある、棚の中で保管している。保管方法は患者さんそれぞれだと思いますが、今回は薬の保管方法について紹介します。

重要なポイントは、【温度・湿度・光】の3つです。

温度



お薬や薬袋に「冷所に保存してください」などと書かれているのを目にしたことがあると思います。それぞれのお薬には適した温度があります。室温保存とは1～30℃で保管することを言います。多くのお薬がこれにあたります。家の中でより涼しい場所があれば、そちらに保管するのがよいと思います。冷所保存とは1～15℃以下で保管することを言います。「冷所に保存してください」と注意書きのある坐薬や目薬などは、冷蔵庫に入れておきましょう。

湿度



最近、口の中に入れると、すぐに溶けるお薬が増えてきました。OD錠、D錠、口腔内崩壊錠などと書かれた薬です。これらのお薬は、特に湿気に弱く注意が必要です。ふたの閉まる缶などに乾燥剤と一緒に入れて涼しい所に保管することをおすすめします。

光



お薬は、強い光を受けると成分が変化しやすくなります。直射日光のあたる場所に置くことは避けましょう。特に、「遮光保存」と注意書きのあるお薬は部屋の明かりでも分解しやすいため、暗い場所で保存する必要があります。目薬で遮光袋がついたものは、遮光袋に入れて保存しましょう。

小さいお子さんがいる場合には、お薬を手の届くところに保管したりしないように注意しましょう。誤ってシートごと飲み込むことを防ぐため、シートを1錠ずつに切り分けて保管しないようにするのもよいと思います。

お薬の保管方法について、気になることがあれば、薬剤師にお気軽に相談してください。大切なお薬ですので、効果が十分に発揮できるよう、正しく保管しましょう。



編集後記

今年も残りわずかとなり、新元号「令和」もすっかり耳になじんできました。この言葉には「美しく調和がとれている」という意味があります。そして、今年の新語・流行語大賞の「ONE TEAM」と、なんだが私たちに求められている新しい風を感じます。

2020年は、オリンピックイヤーです。江戸川区でもカヌー・スラローム競技が開催され、間近でオリンピックの風を感じることでしょう。皆さんも身近にある新しい風を探し感じてみてはいかがでしょうか。



休診のお知らせをホームページに掲載しています。

当院ホームページにて、休診のお知らせを掲載しております。ご予約以外で受診される際ご確認をお願いします。なお、医師の急な都合により、休診情報を掲載できない場合がございますので、あらかじめご了承ください。

ホームページをご覧ください <http://www.tokyorinkai.jp/>

「東京臨海病院公式 Facebook」を始めました

東京臨海病院ではこのたび Facebook ページを新設しました。病院の院内・院外活動について情報発信を行っていききたいと思います。

診療実績

2019年10月の当院の実績は以下のとおりです。

病床数：400 床

医師数（2019年10月1日現在）：85 名

外来延患者数：18,773 名

入院延患者数：9,741 名

手術件数：295 件

【1・2・3月の土曜診療日】 1月11・25日、2月8・22日、3月14・28日

■受付時間■午前8時～午前10時30分 原則として予約診療はいたしません。