### あなたと病院をつなぐ健康ニュース Vol.265

## おだいにに







当院ではシミやあざなどのさまざまな疾患に対して、レーザーを用いた治療を行なっています。

#### Q。医師になろうと思ったきっかけは何ですか? また、皮膚科を選択した理由もお聞かせください。

A. 中学生の頃、母親と一緒に観光バスに乗っているときに バスの中で意識を失った方がいました。そのときに看護師 である母親が素早く初期対応をする姿を見て、自分自身も 医療に関する仕事に携わりたいと思い、医師を目指しま した。

医学部で学んでいくなかで、皮膚科の領域はさまざまな症状により日常生活や人生に大きく影響する疾患が多いと感じました。当時はアトピー性皮膚炎などの治療法が大きく変化していた時代でもあり、そのような新しい治療法にも関心を持ち、皮膚科を選択しました。

## Q。普段から心がけていることや、大切にしていることは何ですか?

A. 医師として、まずは自分の体調管理が大切だと思っています。急な体調不良で患者さまにご迷惑をおかけしないように、普段から栄養バランスの取れた食事を意識したり、体力づくりのためにジムに通ってトレーニングをしたりしています。

#### Q 趣味や休日の過ごし方を教えてください。

**A.** 車を運転するのが好きなのでよくドライブに行きます。 先日も淡路島のサービスエリアまで行ってきました。

#### 特集

- ■ドクターインタビュー/山藤 慎吾 先生
- ■病院探検隊/感染症予防対策 編
- ■浅香山病院 ボランティア募集のお知らせ

## シリーズ **ドクターインタビュー**

No.152



#### 浅香山病院 皮膚科 さんとう しん ご **山藤 慎吾 先生**

出 身 地	山口県
専 門 分 野	皮膚科
外来診察担当日	皮膚科 月·木曜日 2診

美味しいものを食べるのも好きなので、料理もよく作ります。得意料理はローストビーフと中華料理全般です。色々な調味料をそろえて本格的な味にこだわって作っています。

#### ○ 浅香山病院の印象をお聞かせください。

A. スタッフの方々全員のフットワークが軽く、相談したらすぐに対応してくださります。皮膚科では、患部を洗浄したり薬を塗ったり、医師一人では対応しきれない処置が多いのですが、率先して手伝ってくださる看護師さんたちにはいつも感謝しています。

#### ○ 患者さまや地域の方々へのメッセージをお願いします。

A. 皮膚科の治療はここ数年でどんどん新しい治療法がでてきています。皮膚疾患で困っている方や、昔、皮膚科に行って治療がうまくいかなくてそのまま我慢している方は、一度相談にきてもらえればと思います。

シミなど、見た目を綺麗にしたいというお声にもお応えできるよう、アレックスレーザー(保険適用外)という治療にも積極的に取り組んでいます。シミの治療は肌に合わないなどの個人差がありますので、正確な診断ができるように心がけております。気になるシミがある方はぜひ足を運んでください。



院 〒590-0018 大阪府堺市堺区今池町3丁3番16号 電話 072-229-4882(代)

https://www.asakayama.or.jp



#### ○浅香山病院 外来診察医表

【受付時間】午前8:30~午前11:30(土曜日は11:00) (耳鼻咽喉科は午前8:30~午前11:00です)

曜日		月		<i>y</i>	<u> </u>	가	<	7	7	<b>4</b>	土	
診療科目		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前
内科	1診	太 田呼吸器内科	岡 崎 (リウマチ外来)	森 山消化器内科	川 村 (肝臓専門)	高橋 消化器内科		太田呼吸器内科	八木神経内科	田 原循環器内科		交替制 (総合内科)
	2診	田 原循環器内科		大 村循環器内科		野 口消化器内科		渡邊(芳) 消化器内科		丸 山 呼吸器内科		
	3診	髙 橋 消化器内科		松谷(一般内科)		田村循環器内科		梅 田 消化器内科		櫻 井 呼吸器内科		太 田 (総合内科)
	4診	織田(義)循環器内科		小島 呼吸器内科	野 村糖尿病内科	芝 嵜 呼吸器内科		谷 畑 循環器内科		渡邊(晃) 消化器内科	山 崎 糖尿病内科	
	5診	藤 川 消化器内科			上 村腎臓内科				宮島 循環器内科			
   外 科	1診	瀬良		徳原	(第1,3,5) 高 橋 (心臓血管外科)	坂 田		西澤		徳原		
75 14	2診											
整形外科	1診	宮		住友(暁)		宮				住友(暁)		交替制
	2診	篠塚						篠塚				
リハビリテーション科			八木								八木	
泌尿器	科	浅井		浅井		交替制		浅井		杢		杢
皮膚科	1診	住友(理)		貝阿弥		大 霜		住友(理)		住友(理)		貝阿弥
以宵付	2診	山 藤				貝阿弥		山 藤		大 霜		
眼科		若林		窪田		若林		若 林		交替制		
婦人科				北 田								友 田
耳鼻咽喉	科					担当医						担当医
緩和ケア外来											徳原	
歯科	[	増井		増井		増 井		森		増井		増井
		森				森				森		森
精神科	1診	戸井		小嶋		正木		須 藤		田中(秀樹)		特別予約
	2診	三谷		伊藤		眞 本		釜江		榎 本		
	3診	木 藤		東尾		柳川		田中(秀門)		更家		
	4診	江藤		山科		奥田		谷口		嶋		
	5診									篠崎		
	8診	当番医		当番医		当番医		当番医		当番医		

曜日	月			火			水			木			金			Ŧ
	午前	午後	夜診	午前	午後	夜診	午前	午後	夜診	午前	午後	夜診	午前	午後	夜診	午前
人工透析センター	鶴﨑	鶴﨑	鶴﨑	鶴﨑	鶴﨑		鶴﨑	鶴﨑	担当医	鶴﨑	鶴﨑		担当医	担当医	担当医	鶴﨑

- 1) 当院は原則として、どなたでも利用していただけます。ただし、 に限っては予約制となっております。
- 2)精神科の初診のご予約は、精神科医療連携室までご相談ください。
  - 都合により、診察医または診察時間が変更となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。
  - その他、ご不明な点がありましたら、各受付までお問い合わせください。
  - 印は前月号以降に変更となった医師です。
  - 当院ホームページ上にも、臨時の医師変更や休診の情報を公開しております。

## 感染症から身を守ろう!



病院 探検隊

感染症予防 対策 編

冬の季節は、空気が乾燥しウイルスが活発になるため、さまざまな感染症が起こりやすくなります。新型コロナウイルス感染症が流行したおよそ3年間は、インフルエンザの流行は目立ちませんでしたが、今シーズンは2023年の9月頃から流行が見られています。

一人ひとりが感染症の予防を心がけて冬を元気に乗り切りましょう!

#### ●冬の季節に注意したい感染症

#### 感染性胃腸炎(ノロウイルスなど)

主な症状

腹痛、嘔吐、下痢、発熱 など

#### 感染予防のポイント

① 予防には手洗いが最も重要!

チェ・クン 「手洗い」のポイント



指の間・爪の先・手首・親指周りまでしっかりと 30秒を目安にもみ洗いを行なう!

帰宅後や食事の前、トイレの後など石けんを使ってしっかり手洗いを行ない、手からウイルスを落とすことが 大切です。ノロウイルスは、手指の消毒薬として馴染みのあるアルコールはあまり効き目がないとされて います。

- ② ウイルスに汚染されている可能性のある食品は、中心部まで十分に加熱する。 使用した調理器具などは洗浄後に熱湯消毒または塩素系漂白剤に浸して消毒する。
- ③ 感染している人の嘔吐物・便には大量のウイルスが含まれています。汚染した床などは、手袋・マスク・エプロンなどを着用し**塩素系漂白剤で適切に処理・消毒**する。

#### インフルエンザ



38度以上の発熱、頭痛、のどの痛み、関節痛、咳 など

重要!

インフルエンザの感染予防は 新型コロナウイルスの感染予防 としても有効です。

#### 感染予防のポイント

- ① こまめに手洗いや手指消毒を行なう
- ② 必要な場面でのマスク着用
- ③ 室内では適切な湿度を保つ
- ④ こまめに換気を行なう



主な症状

ワクチンを接種することで発病の可能性を減らす効果と、 発病した場合の重症化(肺炎などの合併症)を予防する効果が期待できます。



#### ●日頃からの健康管理で身体の免疫力を高めよう!

生活習慣の変化や食生活の乱れ、運動不足、慢性的なストレスなど、さまざまな原因で免疫力が低下すると、感染症にかかりやすくなります。また、感染したときに症状が重くなってしまうおそれもあります。日頃から、**充分な睡眠・バランスの良い食生活・適度な運動**を行なうことで、身体の免疫力をしっかりと整えて高めていくことが感染症の予防に繋がります。

#### 感染管理室からのメッセージ

冬は空気の乾燥により、ウイルスが長く空中を浮遊します。手指衛生に加えマスク着用も感染予防に有効です。マスクの効果をより上げるためにも、正しい方法(マスクは鼻から顎まで確実に覆い、隙間が無いように鼻にフィットさせる)で着用し、感染予防をすることがとても大切です。

感染管理室(感染症看護専門看護師)佐々木 真由美

#### 地域にひらかれた病院を目指して



# 浅香山病院 ボランティン









浅香山病院では、病院職員と協力し、患者さまが より快適に安心して診療を受けていただく サポート役として病院ボランティアの方々が 多数活躍されています。

専門的な知識がなくても、相手を思いやる 優しい気持ちがあれば大丈夫です。

もうすぐ4月です。何かを新しく始めようと 思っている方、浅香山病院のボランティアは いかがですか?



#### 応募資格

- ◎ 満18歳以上の方
- ◎ 患者さまのプライバシー保護 にご理解いただける方

#### 活動内容

- ◎ 身体の不自由な方への移動介助
- ◎ 患者さまとフラワーアレジメント、 楽器の演奏や歌、絵手紙作成
- ◎ 園芸

- ◎ デイケアサロンでの調理 補助、料理の提供
- ◎ 縫製
- ◎ 車いすの修理 など

#### 活動日時

- ◎ 月曜日~金曜日 (週1~3回程度) ※祝日・年末年始除く
- ◎ 2~5時間程度



#### 活動場所

- ◎ 一般科外来
- ◎ デイケアサロン
- ◎ 介護老人保健施設か一さ・あも一れ
- ◎ サポートハウスアンダンテ など

#### 活動に対する支援

- ◎ 年1回の健康診断
- ◎ インフルエンザ予防接種
- ◎ ボランティア保険

「詳しい話を聞いてみたい」、「私にもできるかな?」など少しでも興味をお持ちの方は どうぞお気軽にお問い合わせください。右の二次元コード(ボランティア募集要項)からでも ご応募可能です。



**お問い合わせ先** 公益財団法人 浅香山病院 人事課 TEL:072-229-4882 (代表)