



みなかぜ通信

vol.3 春号

医療法人せいわ会 みなかぜ病院

〒819-1124

福岡県糸島市篠原西 1-14-1

TEL 092-322-3261

URL <http://www.minakaze.jp/>

発行責任者 院長 中山茂春

平成25年4月20日発行

春号発刊にあたって

「咲いた花見て喜ぶ前に、咲かせた根っこの恩をしれ」

暖かい日差しがふりそそぎ、野の花々も競うように美しく咲き誇っています
が、その花々も根っこがしっかり根をはり、栄養分を吸い上げ成長して、やっ
ときれいな花を咲かせることができます。

さて今日、「人」は多いが「人間」が少ないと言われています。すなわち、「間」
が省かれ、互いに「スピード」を競う時代と言えましょう。一方、「時間」「空間」
「仲間」「世間」「居間」など、「間」がつく言葉には形ではなかなか表現できませ
んが、とても暖かな響きがあります。この「間」で「息継ぎ」ができ、「ホッ」と
する「空間」が広がり、そして「根っこ」が見えてきます。

この言葉は「邪見」「傲慢」な私が気づかされ、あらためて「歩み」を整え直す、
厳しくも、とても温かい言葉です。

「人」は一人では生きていけません。多くの「人」の支えによって今の自分が
あることを決して忘れてはいけません。

事務長：松藤 行信





カラオケのど自慢大会



みなかぜ病院として2回目となる「カラオケのど自慢大会」を、平成 25 年 2 月 27 日に行いました。

歌う方とそれを応援する方で、会場はとても盛り上がり、終わった後に「楽しかった」という声を沢山頂きました。また、司会者のユニークな進行や審査員のコメントで、笑いや声援が大きくなり、にぎやかな雰囲気時間が過ぎていきました。



歌われた方の中には、緊張した方もおられましたが、歌い終えた後にすっきりとした表情や笑顔を見ることもできました。

普段行っているカラオケでは味わうことのできない経験になったと思いますので、年間行事の楽しみの一つとして、日常生活の慰みになったのであれば幸いです。来年も、是非企画したいものです。

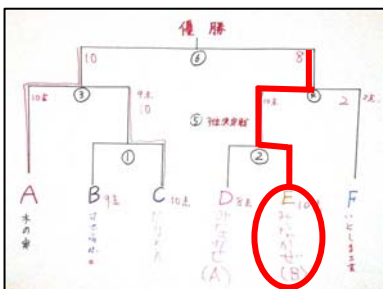
企画担当：中島祐介 (OT)

地域交流会に参加しました



平成 25 年 2 月 19 日に、糸島地区の障がい者とその家族を対象とした「地域交流会」が行われました。病院デイケアや作業所、家族会、行政機関の関係者が参加し、当院デイケアも通所メンバー17名、スタッフ5名で参加しました。

今回は、交流会に参加するにあたって、風船バレーで使用する“横断幕”“ルール表”“トーナメント表”“ネット”“優勝、準優勝の楯”を通所メンバーで作成し、提供しました。



風船バレーでは当院デイケアBチームが準優勝しました。風船バレー以外にも、カラオケ、ミニトーク、ビンゴゲームがあり、多数の賞品も用意され、楽しい交流会となりました。

参加した通所メンバーからは、「年1回の行事を2回にして欲しい」という声もあり、楽しみの催し物になっているようです。

デイケアスタッフ：池田 満 (Ns)

特集!!

花粉症対策

担当：堀 修二 (Ns)
古賀祐基(薬剤師)

花粉症の罹患率は25%とも言われ、日本では最も多い疾患と言えます。花粉症とは、特定花粉によるアレルギー反応で、体内に抗体ができ、その抗体の働きで「くしゃみ、鼻汁、涙」という体内から排除しようとする防衛反応が表れ、鼻炎・結膜炎を起こしてしまいます。これまでに罹患していない人でも突然発症しますので、予防がとても大切な病気です。

- 1) アレルゲン：樹木花粉（スギ・ヒノキ等 2～5月）
雑草花粉（9～10月）
イネ科植物花粉（3～6月・8～9月）
- 2) 検査法：血液検査（免疫血清学検査）
- 3) 治療法：抗アレルギー剤、抗ヒスタミン剤、ステロイド剤
- 4) 予防法：（薬物以外の対策）マスク（安値で可：正しい装着を行ってください）、花粉対策眼鏡、洗顔、衣服（付着しにくい衣類）、玄関先で花粉を払う、窓を開けない、空気清浄機、洗濯物を外に干さない、コンタクトレンズはワンデイタイプ使用
- 5) 発症者増加の原因
 - ①スギ木の増加
 - ②排気ガス・大気汚染
 - ③不規則な食・生活習慣
 - ④住宅環境の変化（ハウスダスト）
- 6) 専門病院：耳鼻咽喉科、内科

薬剤師より

～意外と知らない「花粉症+α」の「+α」～

1 ご存じですか？

花粉症には「くしゃみ・鼻水型」と「鼻詰まり型」で使う薬が少し異なり、近年は花粉症単独よりも、『花粉症+α』の部分でお悩みの方が多いようです。



2 +αとは・・・

- ①花粉シーズン前期に起こる、花粉+冬の冷乾空気により、「鼻粘膜びらん」を併発し、鼻の痛みや治癒能低下を引き起こします。
- ②花粉シーズン後期に起こる、粘膜損傷による「易感染状態」です。風邪を引きやすく、その結果、鼻水に加え咳や痰も出るため、症状が悪化します。

3 花粉症の治療方法は？

- ①まずは上記“+α”を治療します。
（鼻の保湿を高める、抗菌剤を飲むなど）
- ②抗ヒスタミン薬（アレグラなど）単剤、あるいは噴霧器の併用しますが、「鼻詰まり」型には併用として、抗ロイコトリエン薬が有効です。
- ③上記薬剤でも効きが悪い時には、セレスタミン併用（短期原則）します。

4 最近のお薬事情は？

近年発売の「ナゾネックス点鼻液」は、1日1回2噴霧を両鼻に噴霧するだけで、鼻閉やくしゃみを改善する薬剤です。

鼻にのみ作用するため安全性も高く、1日1回なので簡便ですが、高価な薬剤です。





訪問看護だより



皆様、訪問看護はどのようなことをしているかご存じですか？

訪問看護とは、外来診察を受けながら、地域で生活をしている方々に、看護師や精神保健福祉士が訪問し、生活や生活する上で困っていることなどについての相談や支援などを行うものです。

Q. どんなことをやってくれるんですか？

- A. ・少しでも自立した生活が出来るように、買い物、洗濯、調理など、ご本人の希望されることを一緒に行うようにしています。
- ・薬を正しく飲める方法を一緒に考えたり、血圧などを測って体調の確認をしています。
- ・必要な社会資源について、情報の提供やその活用のご案内をしています。



医師の指示のもと、患者さんやご家族の方と相談をしたうえ、訪問の回数や日程が決まります。
1回の訪問は、およそ30分程度が目安です。
ご家族からの相談もお受けします。

お問い合わせは訪問看護スタッフ（^{えがしら}江頭、^{ばば}馬場）まで!!



職員紹介リレー

ハイタッチ!!



氏名：井上和枝（左）
松藤克子（右）
部署：事務部（受付）
一言：ご来院の皆様



に『ホッ』として頂けるような対応を心がけております。
気兼ねなく、声をおかけ下さい。

編集後記

新年度を迎え、新たな気持ちで、親しみやすい広報誌作りを、スタッフ一同心掛けていきたいと思っております。

暖かな風が吹く季節、花粉症の方にとっては、辛い時季を迎えますが、どうぞお大事になさって下さい。