

ご自由にお持ち帰り下さい。



MY HOME DOCTOR

生きがい

2014年

7月号



創立1955年 医療法人 西福岡病院

散歩道

トマト

「トマトが赤くなると、医者が青くなる」ということわざがあるとおり、トマトには様々な栄養が含まれています。特に、その赤い色の元でもあるリコピンは活性酸素を消去する抗酸化作用があるといわれています。



西福岡病院の理念

私たちは、医療の基本に則り、更なる研鑽につとめ、常に地域の人々の立場に立った病院づくり、最適な医療提供を目指します。

(当院糖尿病内科医師)



4年生になると学校給食が始まり、食パンと味噌汁が美味しかった。5年生になって疎開が始まった。会社の人たちと一緒に私共家族は長野県東筑摩郡、富山県射水郡と移住し、8月15日に終戦となりホッとしました。世の中は戦争の最中で大変だったのに悲壮感は皆無だった。根底に武士道精神があつたからであろうか、悠久に生きていたのではなかったか。

我が国の小さな戦闘機が、近所の人達と大空を見上げている中で、B29と体当たりを敢行して撃墜し、敵国の兵が落下傘で降下したのを鮮明に覚えている。「トントン トンカカリ」と隣組 格子を開ければ顔馴染み 廻して下さい回覧板 助けられたり 助けたり」という歌があつた。みんな仲良しで近所を飛び廻っていた。寂しくなかなかった。

尾翼の設計に従事して居り、私は名古屋市立桜国民学校の生徒だった。暗い雰囲気はなかった。3年生の夏休みには、家族揃って伊勢神宮参拝、京都・奈良見物、東京見物、日光東照宮参拝の旅が出来た。宮城の楠木正成公銅像の近くには百台を超える消防自動車待機していた。その後米国のB29爆撃機による空襲が頻繁となり、毎晩12時頃に防空壕に避難した。



健康随筆

大東亜戦争中の思い出

若杉 英之
わかすぎ ひでゆき

特集

外用薬の正しい使い方
Part 2薬剤部 田中 貴光
たなか 貴みつ

外用薬とは「内服薬および注射薬を除く、人体へ直接的に用いる全ての医薬」と定義されています。つまり、「飲用しない薬」かつ「注射しない薬」の総称です。今回の健康講和では外用薬のなかでも「点眼薬」、「貼付薬」、「塗布薬」、「吸入薬」に関して、薬の効果を最大限に発揮させるための正しい使い方を紹介しました。しかし、点眼薬、貼付薬、塗布薬については、前回（平成24年12月22日）の健康講和と重複する内容なので、ここでは割愛させていただきます（興味のある方は「生きがい2013年3月号」をご覧ください）。よって、ここでは、主に吸入薬について、掲載させていただきます。

吸入薬

気管支喘息治療では、気道に直接効果を発揮する吸入薬がよく使われます。吸入薬には毎日規則的に使う長期管理薬と、発作が起きたときだけに使う発作治療薬があります。さらに、長期管理薬には気道の炎症を抑える吸入ステロイド薬と長時間作用性気管支拡張薬があります。現在では、吸入ステロイド薬と長時間作用性気管

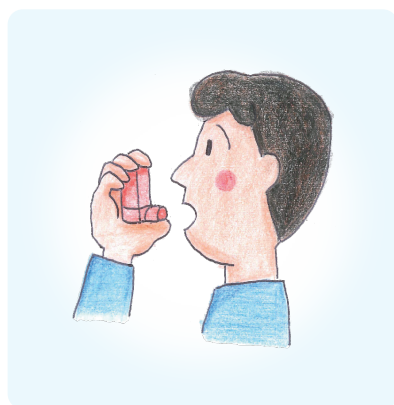
支拡張薬が1つの吸入器に入ったものもあり、吸入が簡便になっています。気管支喘息は気道の慢性炎症性疾患であり、喘息症状のないときでも気道の炎症は残っているため、症状がなくても毎日定期的に治療を続けることが大切です。しかし、吸入薬は気道の奥にある細かい気管支まで薬を届ける必要があるため、正しい吸入方法で薬剤をきっちり吸い込めていないと、肺に必要な量の薬が届かず、効果が下がってしまいます。

また、吸入薬にはさまざまな種類の吸入器が存在し、次のように大きく2つに分類されます。

① エアゾールタイプ

(pMDI=加圧式定量噴霧吸入)

スプレータイプの吸入薬。エアゾール缶を押すことで1回分量の薬液および噴射剤がエアゾールとなって噴霧される。噴霧された薬剤を吸い込むため、発作時などの吸気力が低い場合でも吸入しやすい。しかし、薬剤の噴霧と吸入のタイミングを合わせる必要がある。



福博寺 仏像めぐり ③

小田観音こたのかんのおん（万歳山光明寺）

霊場本執筆家

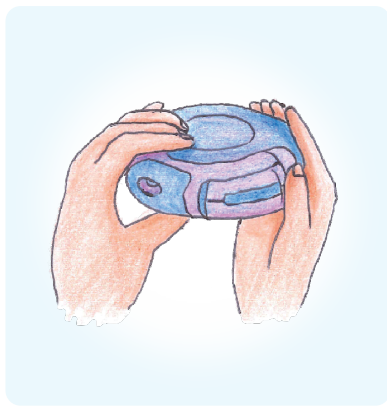
西原そめ子

小田観音は博多湾の西の突端宮浦の1キロほど手前の里山の山懐にある。海釣り公園の1キロほど先の北崎小学校前を左折し、3〜400メートル進んだ右正面の里山の中腹に南面して建つ光明寺の観音堂に祀られている。光明寺は今、観音堂と大日堂、大師堂だけ残る廃寺だが、観音堂前に架かる「光明寺」と書かれた金文字の立派な寺額と堂内の大小20数点の鮮やかな絵馬が昔を偲ばせてくれる。現在この寺は、近隣の住民と近くの西区木原の福寿寺が飛び地境内として守っておられる。

光明寺は奈良時代初期に聖武天皇の勅願寺として開創された。本尊千手観音、小田観音は天竺渡来僧の清賀上人が油山の白樺の木で造ったと伝えられる福岡三観音の一体である。住時は七堂伽藍が整う立派な寺院だったと伝えられるが後に兵火に罹り焼失、今は本尊と脇立の十一面観音と

②ドライパウダータイプ (DPI)

粉末薬剤を専用の吸入器を使用し、自分の吸気によって吸入するタイプ。エアゾールタイプのように噴霧と吸気を合わせる必要がなく、自分のタイミングで吸入できる。粉末薬を自分の吸気で吸い込むので、ある程度の吸気力が必要となる。デイスカス、ロタディスク、タービュヘイラーなど、様々な吸入器が存在する。



このように、さまざまな種類の吸入薬が存在し、個人に合った適切な治療薬の選択が可能になっています。その反面、それぞれの吸入器ごとに吸入動作や手順が少しずつ異なるため、操作に戸惑う人も少なくありませんが、吸入

薬の効果を最大限に得るためには、使用する吸入器に応じた正しい手技を身につける必要があります。それぞれの吸入器の使い方について詳細を知りたい方は、医師・薬剤師にお尋ねください。

吸入ステロイド薬 吸入後のうがいについて

吸入ステロイド薬の副作用には口腔カンジダ症、嚔声（させい）（声が枯れる）、咽頭痛などの局所症状があります。吸入した薬剤の大部分が口腔内に付着するので、吸入後はうがいをして洗い流すことが重要です。



スプレー（吸入補助器具） について

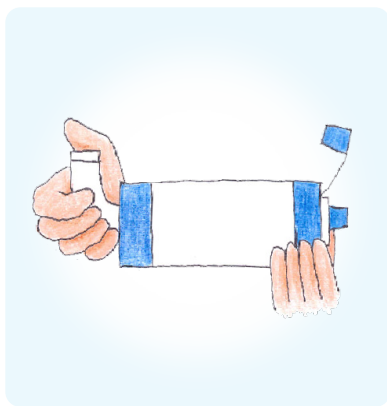
エアゾールでは上手に使用できない場合に、スプレー（吸入補助器具）を使用することで吸入が可能となります。スプレーのメリットとしては、

①噴霧と吸入のタイミングを無理に合わせる必要がない

②直接噴霧する際に生じる咳込みや喉への刺激を軽減する

③口腔や咽頭への薬剤沈着を減らすため、局所副作用の発現が減る

ことが挙げられます。



以上、外用薬を正しく使うことで本来の効き目を最大限に発揮させ、病気の治療にお薬を十分に役立てていきましょう。外用薬の使用方法などその他、お薬のことでご不明な点がございましたら、当院薬剤部までお気軽にご相談ください。

不空羅索観音の他、若干の仏像が残るだけである。また江戸時代には『筑前国中三十三観音霊場』の13番霊場であり、古色蒼然とした石段脇にそれを示す石柱が建つ。小田観音は高さ180センチと大変立派な木造の立像で、先年福岡市博物館で開催された密教渡来1200年祭記念の「空海と九州のみほとけ展」にも出品されたが、広い館内で改めて目にする

と堂々として辺りを払うピカイチの仏像であった。

因みに戦国武将の後藤又兵衛や母里太兵衛が城主を務めた大隈（益富）城跡に建立された益富山圓通寺の「渾の観音」は、この小田観音を分祀したものである。



▲小田観音

※当記事に関するお問い合わせは、直接お寺ではなく当院代表電話（092-881-1331）へお願いします。

今月の街の行事予定

西陵公民館 ☎092-891-6342

高齢者教室

夏の過ごし方と軽い運動

日 時 7月8日(火)
13:30~15:00◎場 所 西陵公民館 講堂
◎対 象 60歳以上の人
◎指 導 西区地域保健福祉課・健康運動指導士

子育てミニミニひろば

「水あそび」

日 時 7月31日(木)
10:00~12:00◎場 所 西陵公民館 講堂
◎対 象 0~3歳児と保護者
◎指 導 保育士 大歯 美穂子 さん
☆お茶・タオル・着替え等の準備を
お忘れなく!

第47回 楽らんクラブ

日 時 7月27日(日)
9:00~10:00(雨天中止)◎場 所 生の松原森林公園(自由参加サークル)
◎対 象 校区住民
※楽しく歩いたり、走ったりするサークルです。
*9月の予定
9月28日(日)ノルディックウォーキング体験
●場所:西陵公民館 ●時間:9:00~

詳しくは公民館にご確認ください。

健康講話

《今月のテーマ／ピロリ菌による胃の病気》

と き 平成26年 7月12日(土)
午前10時より午前11時まで場 所 医療法人西福岡病院
本館3階会議室

☎ 092-881-1331

住 所 西区 生の松原3-18-8

講 師 消化器内科医師 山田 幸生

会 費 無料

お問い合わせ先

医療法人 西福岡病院 総務課 ☎092-881-1331

外 来 診 察 表

診療科目	月 曜 日		火 曜 日		水 曜 日		木 曜 日		金 曜 日		土曜日
	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前
内 科	副島	児玉	飯田	副島/飯田		副島		濱本		副島	飯田/交代
内 科	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)			
			高野	高野	團	吉川(5休診)	高野	高野	吉川	金子(15時まで)	
	國武	國武	國武	國武	國武(1・3・5)	國武		團(結核)	國武(2休診)	國武(2休診)	
	安藤(文)/山田		安藤(文)/山田	宮本	安藤(文)/宮本		安藤(文)/宮本		安藤(文)	山田	
		松尾	松尾	松尾	松尾		松尾	松尾	松尾		
循環器内科											
糖尿病内科	大庭		井野	若杉		大庭(4休診)	大庭		若杉/井野	若杉(15時~)	
神 経 内 科	非常勤				非常勤		非常勤				非常勤
外 科	中垣		非常勤		中垣		中垣		非常勤		非常勤
整形外科・リハビリテーション科	佐々木/勝野	高比良	高比良		勝野	高比良	勝野		佐々木/高比良	勝野	非常勤
泌 尿 器 科				非常勤				非常勤			
皮 膚 科	福與				福與		福與		福與		
眼 科	非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		
耳 鼻 咽 喉 科	非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤 (1・3)
婦 人 科			非常勤(3休診)		安藤(真)		安藤(真)				非常勤
緩和ケア内科			川上	川上					川上	川上	
腫 瘍 内 科							川上				
禁 煙 外 来				國武(予約制)							

※ご質問は各科担当医あるいは外来看護長、外来医長までおたずね下さい。

平成26年6月23日現在

※変更の場合がありますので、外来直通☎092-881-1371もしくは病院代表☎092-881-1331までおたずね下さい。(一覽表もごさいます。)

健康講話のご案内



日頃疑問に思われていること、
外来診療ではなかなか尋ねられないこと等、どのような質問にもお
答え致します。納得の医療を享受す
るのにもきっとお役に立つことと
存じます。

なお、ご参加は自由ですので、ど
うぞお気軽にお越し下さい。

■ 日時 10:00~11:00

■ 場所 本館3回会議室

開催日	テーマ	講 師
7月12日(土)	ピロリ菌による胃の病気	消化器内科医師 山田 幸生
8月23日(土)	早寝早起き	糖尿病内科医師 若杉 英之
9月27日(土)	治験ってなんだろう	整形外科医師 高比良 知也
10月病院フェア	腰痛のリハビリテーション	リハビリテーション科
11月22日(土)	インフルエンザとノロウイルス	老健施設西寿施設長 北原 靖久
12月13日(土)	花粉症について	耳鼻咽喉科医師 森園 哲夫

※変更がある場合がございますが、上記のように予定しております。