

ハーブだより

第194号 2021 1月



コロナ第3波の真冬だ。

今年春から一定時刻に院内の定期換気を行っているが、この時期の待合は寒くてつらいかも。しばし御辛抱を。

ハーブでは、運動デイサービスと事務所のエアコンの入れ換えや、天井換気扇の大型化、ダイキン空気清浄機の配置などで対応。

秋から用意してきた、発熱外来・診察室と、アルミドア工事による説明・会計室が完成し、一般患者さんとの動線隔離がなされ、稼働中だ。予想される来年春からのコロナ予防接種の繁忙を越えて、夏にはこのうつつしさから開放されると期待したい。

さて、外来皮膚科の紹介。

感染性粉瘤という「おでき」の手術が今年は多かった。本来、毛穴から分泌される皮脂が皮内に滞り、貯溜し、次第に増大。1cmを超えるとそこに細菌が感染し痛みを伴う「おでき」に化ける。多くの方がその時点で来院。背中が好発部位だ。治療は初診で麻酔後メスで切開し排膿。ただし年季が入った粉瘤は袋の壁が厚く、皮脂貯溜を繰り返すため予約手術でのまるごと切除が必要となる。できやすい体質はあるが、スモーカーに多いため、できれば禁煙を。

次に多いのは母斑(ほくろ)のうち、黒色で悪性か否かが気になり来院する患者さんだ。黒色の染み出し具合と、拡大ループでの文様で識別。急速に拡大する場合は要注意。

小さければやや広範囲に切除し、同時に病理検査すれば治療完了だが、疑わしい場合は一部病理検査の結果で判断。結果によっては総合病院皮膚科へ紹介する。

そうそう、在宅の動きの悪い患者さんの褥瘡(床ずれ)の開放手術も多かった。長時間動かず坐り続けると尾骨周囲の皮膚がズレ、血行不良となり皮下で壊死。見た目に比して意外と広範囲だ。死んだ組織を全部取り去り、さらに上皮を広範囲に切り開かねばならないため、術後家族や介護スタッフが驚くほどだ。肉芽が盛り上がり、治るにも相当時間がかかり、連日の洗浄、軟膏処置も必要ゆえ治療に手がかかる。予防がとにかく重要。適確な除圧と、なにより充分な栄養補給が必要。重症な褥瘡ができる部位はほぼ尾骨仙骨周辺ゆえ、そこにズレが生じないように見て、日々こまめに対処することが大切だ。

外来通院については、何かと神経を使う日々が続きますが、ハーブとして善処を心がけます。皆様も是非是非ご自愛を！

スタッフブログを
毎週更新中！！



ハーブ内科皮膚科 理事長 竹内 秀俊

ハーブ内科 検索



発行元:医療法人ハーブ内科皮膚科 所在地 知多郡阿久比町横松宮前 67
株式会社ハーブライフケア TEL 0569-49-2752/FAX 0569-49-2753

【訪問看護】

師走に入り、暖かい日が続き年末を感じさせない日々が続いていましたが、昨年12月16日には初雪も降り一気に師走らしくなりました。

今年はコロナ禍でテレビをつけてもコロナのニュースばかりで精神的にも大変な日々が続いています。ラジオや好きな音楽などを聞いてリフレッシュしましょう。訪問に伺うと、みなさんの笑顔が私たちの救いになっています。手洗い、うがい、マスクで乗り越えましょう。

訪問看護でもIT化でタブレット導入となりました。パソコンが不得意な私にとっては、毎日が戦いですが、硬い頭をほぐしながら取り組んでいます。訪問中も画面に集中しすぎず利用者様とのコミュニケーションを大切に1日も早く慣れるよう頑張ります。時々、利用者様からも「慣れてきたねー」と声をかけていただくと嬉しく思います。冬本番になります。食事・睡眠をしっかりとり、風邪・コロナに負けない身体を作っていきましょう。



【回想法デイサービス】

デイサービスの名前の由来になっている「回想法」とは、昔の懐かしい出来事などを思い出し、話すことで、心を元にする「なつかしいお話の会」です。

少人数でも利用者様全員そろって行うこともあり、ほぼ毎日回想法に取り組んでいます。

この季節のお話では…「障子の貼り換えは、仕上げに霧吹きするんだよ」「餅つきは毎年した。鏡餅も作った」「米屋だったから、注文受けてたくさん餅を作った」「寒い時期の洗濯はつらかった。家に洗濯機が来たときは嬉しかった」昔の行事や道具、経験など思い出して、お話がはずみます。



【くもん学習療法】

ハーブデイサービス・グループホームでは、認知症予防・維持改善のため、くもんの学習療法を取り入れています。

寒い冬の夜、布団に入っても足先が冷えてなかなか寝付けられないこともありますよね。先日「湯たんぽ」についてお聞きすると「湯たんぽはあんまり記憶にないけど



『豆炭』を足元に入れてたね。小さな炭なんだけど熱くて足をやけどしたこともあるよ。」とT子様。

今はプラスチック製の湯たんぽがあるんですよ、とお見せすると「今はこんないいものがあるんだねえ」と感心されていました。体を暖かくして寒い冬を乗り越えましょうね。