



## 年頭のごあいさつ

亀田クリニック院長  
亀田省吾



明けましておめでとうございます。

本年は天皇陛下の退位と皇太子さまの即位により、元号も改められ、新たな時代を迎えます。

日本の状況を見ましても、若年人口の減少による人手不足が深刻です。さまざまな産業が維持できなくなり、海外から労働者の積極的な受け入れが始まろうとしています。一方、高齢者の増加や医療の高度化に伴い、医療・介護等の社会保障費が増大するなか、さまざまな制度改革が喫緊の課題となっています。

このような変革期の中で、亀田メディカルセンターにおける今年最大のイベントは、電子カルテを中心とした

医療情報システムの大規模更新です。10連休になると言われているゴールデンウィーク中に、亀田メディカルセンターをはじめ、亀田総合病院附属幕張クリニック、亀田MTGクリニック、亀田IVFクリニック幕張、亀田京橋クリニック、亀田ファミリークリニック館山など、ほぼ全ての事業所で医療情報システムの同時入替を予定しています。亀田クリニックでは、スムーズに新システムへ移行するため、ゴールデンウィーク中も一部外来をオープンする予定です。運用の詳細が決まり次第、同紙にてお知らせいたします。患者さまにはできる限りご迷惑をおかけしないように努力いたしますが、システム更新後は一部外来診療の流れや運用も変わる予定です。入れ替え当初は多少の混乱が予想されますが、皆様におかれましては、ご理解、ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

本年が皆様にとって、地域にとって、日本にとって、素晴らしい年となりますことを祈念しております。

## 応急手当講座のご案内



病気や事故などで心停止になった人を救うには、救急車が到着するまでの間に、その場に居合わせた人が速やかに心肺蘇生などの応急手当を行う必要があります。そんな“いざという時”に備えて、応急手当の知識と技術を学んでみませんか？

2月23日(土)午前9時から開催される「応急手当講座」では、当院の院内インストラクターが講師となり、心肺蘇生法やAEDの使い方、窒息時の対応の講義・実技を行います。中学生以上の方であればどなたでもご参加いただけます。ぜひお誘い合わせの上、ご参加ください。

- 日時：2月23日(土)午前9時～12時
  - 会場：亀田総合病院 継続学習センター 研修室
  - 定員：20名
  - 受講料：1,000円(学生割引500円、資料代・材料費含む)
  - 申込方法：郵便ハガキまたはFAX、Eメールにて、①氏名(フリガナ) ②年齢 ③性別 ④郵便番号 ⑤住所 ⑥電話番号を添えてお申し込みください。
- ※個人情報厳守いたします。

〒296-8602 千葉県鴨川市東町929  
亀田総合病院 継続学習センター 応急手当 係  
FAX：04-7099-1195、Eメール：keigaku@kameda.jp

■準備するもの：動きやすい服装と靴、筆記用具



## 防災訓練を実施

12月15日(土)午後、亀田総合病院Kタワー6階スタッフラウンジを模擬出火場所に想定し、秋季防災避難訓練を実施しました。

当院では年2回、火災を想定した防災避難訓練を行っています。訓練は事前に出火場所を公表しない形で行われ、火災の発見から連絡・通報、初期消火、避難・誘導など火災発生時の一連の対応を実践形式で確認しました。

また、消火器・消火栓を使った消火訓練も合わせて行いました。



## bayfm「MEDICAL UPDATES」

ベイエフエムの午後のワイド番組「it!!(イット)」では、毎週火曜日午後3時から、当院のスタッフが出演する「MEDICAL UPDATES」のコーナー(約10分)が好評放送中です。

1月は北浦寿子がん化学療法看護認定看護師が出演いたします。ぜひ、お聴きください。



**第8話 肛門掻痒症(かゆみ)**

**肛門掻痒症とは**

肛門掻痒症とは肛門やその周りに主に痒み(かゆみ)を訴える病気の総称です。

**肛門掻痒症はどのような人に多いのですか**

男女の差や発症年齢の差はないようです。特別な病気がない人では、拭き過ぎなど肛門に物理的な刺激を高頻度に与える方に多いようです。

**肛門掻痒症の症状は痒みだけですか**

痒み以外に、肛門のべとつき、下着の汚れなどがあります。特徴は夜間に床に入って身体が温まると徐々に痒みが増強することです。痒みが強すぎると、不眠や神経不安定になる方もいます。また、強い痒みのために指の爪で掻ききってしまい、肛門皮膚に深い傷をつくってしまうことも少なくありません。

**肛門掻痒症の原因はなんですか**

原因は多種多様です。肛門皮膚の傷(きず)、炎症、軟便の付着、過度の発汗などがあると痒みをきたします。以前に紹介した痔核、痔瘻(じろう)、裂肛でも痒みを訴える方がいます。また、糖尿病や肝臓の病気、ビタミン欠乏症、蟻虫(ぎようちゆう)症、真菌症、便もれなども原因です。

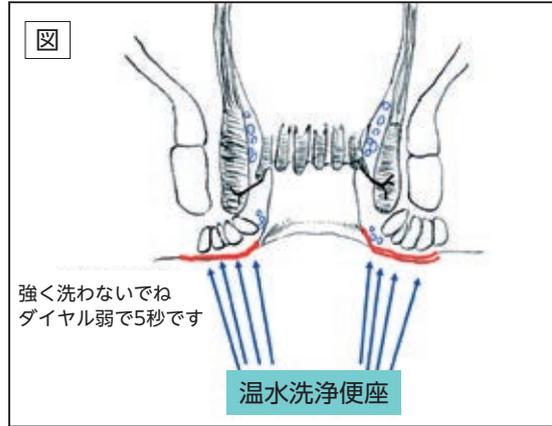
**下痢便や軟便のときに痒くなるような気がします...**

下痢便や軟便のときは、排便後にトイレットペーパーで拭いても、拭ききれずに肛門皮膚に付着していることがあります。便には胆汁酸という茶色の色素が含まれますが、この胆汁酸が痒みを引き起こすのです。

**温水洗浄便座の使用で痒くなると聞いたのですが...**

温水洗浄便座は日本で普及し、排便後の肛門を清潔にする便利な機器ですが、洗浄水の勢いが強かったり、長時間

または頻回に使いすぎたりすると痒くなることがあります。これは肛門の皮膚を保護する粘液が洗い流されたり、細かい傷ができるためです(図)。



**肛門をできるかぎり清潔にしようと思っていますが...**

肛門を清潔にすることは必要ですが、過度に清潔にする必要はありません。強く拭いたり、1日に何回も拭いたり、硬めのトイレットペーパーで拭いたりすると痒みの原因になります。完璧に清潔にしようとアルコール綿で肛門を拭く方がまれにいますが、かえって肛門掻痒症の原因になります。

**肛門掻痒症の治療は**

- 1) 食事療法：香辛料、コーヒー、アルコールなどは肛門を刺激する作用があるので避けてください。
- 2) 石けんを使わない：入浴時に石けんで洗いすぎると、痒みが増強することがありますので避けてください。
- 3) 排便習慣について：下痢がちの方は、有形便にするべく、食事を見直してください。便もれがある方は肛門疾患専門外来を受診してください。
- 4) 温水洗浄便座の使用：ダイヤルは弱にして5秒以内にしてください。肛門の外側の便が流れれば十分です。その後に柔らかいトイレットペーパーで優しく拭いてください。
- 5) ステロイドを含む軟膏：ステロイドを含む軟膏はほとんどの肛門掻痒症に有効です。しかし、真菌症では逆に悪化しますので、肛門科または皮膚科を受診する必要があります。

**医師紹介**

ほりえ だいすけ 医師  
**堀江 大介**

- ①担当科目
- ②診療における得意分野
- ③趣味
- ④ひと言



- ①眼科(部長代理)
- ②緑内障
- ③アウトドア、温泉、野球
- ④千倉出身なので地元の医療発展に貢献したいと思います。気軽に声をかけて下さい。



Kameda Medical Center

亀田ホームページ <http://www.kameda.com>