

すこやか VOL.62

医療法人 藤田病院

岡山市東区西大寺上三丁目8-63

TEL (086) 943-6555 (代)

平成27年9月発行



岐阜県 飛騨高山

ご挨拶

藤田病院 内科医 藤田琢也



蒸し暑い夏が過ぎ、日ごとに過ごしやすくなってきました。夏に比べて日差しが柔らかいので、秋は肌の手入れがおろそかになりがちかもしれません。油断はできません。

紫外線は、量は夏より少なくなっているとはいえ、秋でも降り注いでいます。少量の紫外線でも、長年浴び続けると皮膚に傷害を与え、皮膚が厚くゴワゴワになり、肌の色も濃くなります。そしてやがて、しみやしわ、良性や悪性の腫瘍となってしまうのです。また最近では、紫外線が皮膚の免疫反応を抑えてしまうこともわかってきました。外出や屋外でのレジャーの際には、帽子や長袖などで紫外線を遮断するとともに、日焼け止めを塗りましょう。特に山では、空気の層が薄く澄んでいるので、平地より紫外線量が多いことも覚えておきましょう。

また肌は夏の間に強い紫外線や日焼け、エアコンによる乾燥や冷え、過剰な汗などでダメージを受け、肌を守るバリア機能が低下しています。秋になったからといって、急に肌の状態が回復しているわけではありませんし、これから冬に向かってだんだんと空気が乾燥してきますから、秋の肌の手入れは先々の肌の健康に影響してきます。

肌のケアの基本は、とにかく十分に保湿することです。皮膚は、一番外側の厚さ0.02mmほどの角質層が保湿機能や外界からのバリア機能を果たしています。まず洗顔で、皮膚の表面についた空気中のほこりや雑菌、古い角質などを落としたり、化粧水を数回に分けて肌に押さえるように優しくなじませ、角質層を潤します。そのあとはその潤いを逃さないように、美容液やクリームなどを用いるとよいでしょう。

毎日丁寧に手入れを続けて、健康な肌を保ちましょう。

病棟リニューアルしました

おかげさまで開院40周年

藤田病院開院40周年の記念日である平成27年5月1日に、3階3号館病棟をリニューアルしました！これまでメンテナンスを繰り返し行っておりましたが、建築から約30年が経ち本格的にリニューアルしました。

患者様の「癒し」となるような環境作りを目指し、明るい木目を基調とした病棟・病室に生まれ変わりました。以前にこの病棟に入院したことがある患者様は、「きれいになったなあ！別の病院に来たみたいじゃな」

と喜んでくださっていました。これからも当院は患者様に快適な療養環境を提供していきたいと思えます。

また、昭和50年5月1日の開院から40年にわたってご支援いただいた地域の皆様に御礼申し上げます。



きれいになった3階3号館の病室(上写真)。
昭和50年代の当院周辺(下写真)。

地域包括ケア病床を 18床オープンしました



地域包括ケア病床を18床オープンしました。地域包括ケア病床とは平成26年度改正で誕生した新しいタイプの病床です。急性期治療を経過した方が、リハビリなどの医療や、在宅復帰支援を併せて受けることで、スムーズな在宅復帰につなげることを目的としています。

地域包括ケア病床は、「住み慣れた地域との橋渡しを担う」ための病床です。

「ケア病床」ができることって？

- 急性期の入院治療を経過し、高度な医療を要する状態を脱しているが、自宅での加療体制が整うまで、入院を継続し、治療やリハビリを継続することができます。
- 自宅や介護施設などで、発熱・脱水・負傷などによる重篤ではないが入院治療が望ましい場合に、入院することができます。