



第2号 平成28年12月発行

水明会通信 スワン

11/5文化祭におけるデイ・ケア利用者の作品

漢方事始め

医療法人水明会佐潟荘 副院長 佐藤 聡

皆さんこんにちは。水明会佐潟荘副院長の佐藤聡(さとうさとし)です。ご縁がありまして、平成28年4月より佐潟荘に勤務しております。私は、自然豊かな佐潟の地で、西洋医学と東洋(漢方)医学、それぞれの長所を組み合わせ、新しい精神科医療を目指したいと考えています。まだまだ模索中で試行錯誤の段階ですが、こうした取り組みがきっと皆さんのお役に立てると思っています。組み合わせの効果を実感できることも、少しずつですが増えてきました。今回、当院北村院長のご高配でこの誌面に連載する機会を得ましたので、私になぜ、精神医学もその中に含まれる西洋医学に、東洋(漢方)医学を組み合わせようと思うに至ったか、また漢方医学の魅力、携わる先生方の情熱、数多くの生薬や方剤の特徴について、少しずつお話ししていこうと思っています。



漢方薬の魅力についてお伝えします。

ところで、皆さんは漢方薬に対してどんなご意見をお持ちですか?「身体に優しい」、「長い歴史があり、実績を積み上げている」などの好意的なご意見の一方で、「茫洋としてつかみ所がない」、「すぐには効かない」、「味が嫌い、飲みにくい」、「成分があまりにも多すぎて、なにがどう効いているのか判らない、非科学的」等々、今まで様々なご意見やご批判を、患者さんやご家族、また同僚からも頂戴しました。そして多くの患者さんに服用頂き、また自分も折にふれ服用し、それなりの感想を持つに至っています。結論を申しますと、実際ご指摘の通りであることもあれば、そうではなく、全く逆の場合もあります。私は漢方薬の魅力に取り憑かれている者の一人ですが、同時に批判的視点も同じくらい強く持っています。また西洋薬を用いた精神医学に対しても絶大な信頼と魅力を感じており、それだけに要求水準は高く、強く批判的でもあります。同じ人間を扱う、西洋医学と東洋医学という二つの医学。対立ではなく、融和、統合、発展を強く希望します。まだまだ力不足ではありますが、このような私が漢方医学の魅力についてお伝えしていこうと思いますので、今後のおつきあいの程、何卒よろしくお願い申し上げます。

インフルエンザのミニ知識

医療法人水明会佐潟荘 内科医長 上村 明子

例年10月頃よりインフルエンザにかかる人が増えてきます。

ショッピングや映画館など人ごみの中に入ると、知らず知らずにインフルエンザに感染してしまっていることがあります。インフルエンザの時期になったら、自分で感染しないように気を付けることが大事です。意識することが大事です。インフルエンザにかからないための注意は簡単です。外出から戻ったら、手洗いうがいを行う。小さな子供もできる簡単な行為です。ですが一番大事なことです。次に、人ごみの中に入るときはマスクをする。これは正しく装着しないと効果が半減します。きちんと鼻と口を覆い、顔とマスクの間に隙間が無いようにしましょう。さらにインフルエンザの予防接種をすると予防効果が倍増します。(ただしワクチンのアレルギーがある場合は受けられません。)

ではインフルエンザにかかってしまったらどうしましょう。このときは早めに医療機関を受診しましょう。インフルエンザに効果のある薬剤があります。発熱の期間が短くなり症状も軽くなります。指示された日数分確実に服用しましょう。症状がなくなったからといって途中で服薬を中止すると次に内服した時に効果が低下します。



インフルエンザは予防が大切です。

当院でも、インフルエンザの予防接種、インフルエンザの検査、インフルエンザの投薬を内科外来で行っています。是非ご利用ください。

それから皆様にはお願いです。インフルエンザとは気が付かずに、なんとなく調子が悪いなーと精神科の定期的外来を受診される患者様がいらっしゃいます。このような方は、知らず知らずに周囲にインフルエンザをまき散らしていることとなります。発熱、咳、鼻水、くしゃみなど風邪のような症状のある場合はあらかじめマスクを着用し受診時に受付に申し出てください。受診の順番を早めたり、別室でお待ちいただいたりと対応します。

面会の場合も、風邪のような症状のある場合には面会は控えていただき、どうしても面会しなければならない場合は、マスクを着用し、短い時間の面会にして頂くようご配慮をお願いします。

一人一人の心遣いで、感染拡大の予防ができます。皆様のご協力をお願いします

【病院祭】たくさんのご来場ありがとうございました。 病院祭実行委員会

11/5(土)に佐潟荘の病院祭が「来て見て知ろう佐潟荘～地域に根ざした病院を目指して～」というスローガンの当日は当院の青山先生による思春期外来のおはなしや体脂肪や骨密度などを測定できる健康ブース、デイ・ケア利作品展示などがありました。バザーでは定番の焼きそばやパフェをはじめ、ラグーンカフェのカレーや当院の老麺などが人気を集めました。また、外部より赤塚中学校音楽部による合唱や新潟総おどり「響'連」の演舞がありました。あまりの方々にご来場いただき、たくさんのお褒めの言葉をいただきました。来年度の病院祭はより一層盛り上げぜひお越しください。

冬はノロウイルスに注意しましょう。

医療法人水明会佐潟荘 管理栄養士 本間 千恵

毎年 11 月頃から『ノロウイルス』による食中毒が流行します。

ノロウイルスは強い感染力を持ち、年間食中毒患者の約半数を占めます。主な症状は、下痢、嘔吐、吐き気、腹痛、発熱ですが、風邪に似ていたり、症状がなく感染に気付かないこともあります。感染源はカキ等二枚貝が知られていますが、調理者の手から食品を介して周りの人に感染する場合も多くあります。二枚貝は充分加熱することで安全に食べられます(中心部を 85~90℃で 90 秒以上)。二枚貝調理後の器具等は、熱湯(85℃1 分以上)又は塩素系漂白剤で消毒しましょう。感染予防の基本は【手洗い】です。帰宅後、トイレの後、調理前、食事前は石鹸と流水でしっかり手を洗いましょう。感染者の便や嘔吐物には大量のウイルスが含まれます。処理する際は感染防止の為、使い捨てのマスク、エプロン、手袋等を着用し、処理後は充分手を洗いましょう。

感染予防の基本は手洗いです！



【地域活動支援センターラグーン】ラグーンCAFÉにきてね！！

地域活動支援センターラグーン 主任 飯塚 有紀

11月5日の病院祭は、お天気にも恵まれて半カレー100食完売！カフェにも多くの方が来てくださり、皆様のおかげで大盛況でした。本当にありがとうございました。寒い季節、カフェでは手作りのゆずハニーや抹茶ラテなどを



をご用意しています。季節の丼ではラグーンお手製豚丼も好評いただいておりますが、新作メニューもみんなで考案中です。また、ポイントカードも始めましたので、ぜひごひいきに♪創作チームも年末年始に向けてクリスマスリースや門松づくり、年賀状の販売を始めています。お気軽にお問い合わせ、ご来店くださいね。

寒い季節にピッタリのゆずハニー。

ホットジンジャー、レモネードもあります。

もと開催されました。
利用者様や入院患者様の
会による手作りラーメ
ました。当日は 300 名
ていきたいと思ひます。

