



医療法人社団 仁恵会

石井病院

人工透析ひ尿器科じんけいクリニック

Now

Vol.179

- Since 2008

JINKEIKAI NEWSPAPER

発行：2023.2

石井病院 外来診察担当医表が更新されました

当院では、2023年1月11日より内科の常勤医師として 小山朋之 先生が入職され、外来診察を担当されることとなりました。また、専門外来についても、患者様に分かりやすく、ご自身の症状によって診察を受けやすいよう新たに設けましたので、ご紹介させていただきます。

● 新任医師のご紹介

小山 朋之（こやま ともゆき）医師 1995年 岡山大学医学部卒業

【診療担当】内科 / 消化器内科 【専門外来】摂食・嚥下外来 下肢のむくみ外来

【外来診察】水曜日・金曜日 午前診 / 木曜日 午後診

【専門医・認定医等】日本内科学会 認定内科医 日本医師会 認定産業医
ICD制度協議会 ICD(インфекション コントロール ドクター)

お体の不調や
お悩みなど
お気軽にご相談
ください



● 新たに設置された「専門外来」のご紹介 ※ 曜日・診療時間等は外来診察担当医表にてご確認ください

専門外来	このような症状の方に	担当医師
下肢痛外来 	<ul style="list-style-type: none"> ・太ももから膝下まで痛みやしびれがある ・歩いたり運動すると痛みやしびれが起こる ・長時間立っていたり、座っていたりすると辛い ・足に力が入らない、感覚が鈍い など 	石井・梶浦 中村・楠
下肢のむくみ外来 	<ul style="list-style-type: none"> ・足を指で強く押すと凹んだまま元に戻りにくい ・足が重く感じて歩きにくい、転びやすい ・むくみが一日中、または数日続いている ・足以外にもむくみがある など 	石井・梶浦 小原・小山 高田
便秘外来 	<ul style="list-style-type: none"> ・3~4日お通じがない ・強くいきまないと便が出ない ・お通じの後に残便感がある ・下腹部、肛門部に詰まった感じがある など 	中尾・中村 福井・柳
腹痛外来 	<ul style="list-style-type: none"> ・食後に胃が痛む ・お腹の痛みが徐々に強くなる、痛む場所が変わる ・お腹が張って苦しい ・お腹全体、または一部が膨らんでいる など 	石井・中尾 中村・福井 楠
胸痛・不整脈外来 	<ul style="list-style-type: none"> ・胸が締め付けられるような痛みがある ・体を動かしている時に圧迫されるような痛みがある ・突然胸がドキドキして持続する ・少しの労作で息切れがする など 	梶浦・高田
摂食・嚥下外来 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事の時に頻繁にむせるようになった ・食事が飲み込みにくくなった ・喉に食べ物が残っている感じがする ・食事の量が減って痩せてきた など 	小山



～ 足のケアについて ～



仁恵会本部事務局長代行
兼 人工透析ひ尿器科
じんけいクリニック
事務局長代行
原 真一郎

皆様、寒いこの時期どのようにお過ごしでしょうか。

冬のこの時期は、空気の乾燥に注意が必要になります。特にお肌の乾燥について気を付けておられますか。

冬場は温度が下がり、更に湿度も低下することで、手先・足先への血流が低下すること、乾燥により皮脂が少なくなり、皮膚が荒れる事があります。顔・手は、比較的皆様ケアを実施されていると思いますが、足（足先・かかと）のケアは十分行っておられる方は少ないように感じます。

当院では、スタッフによるフットケアを実施し、足のケアのサポートを行っております。

足の乾燥、爪の管理、足の怪我、水虫等の病気、足の血流等をトータルに管理し判断しながら、患者様へ適切な指導とケアを実施しております。

しかし、透析室のケアだけで十分とは言えません。毎日のご自宅でのケアを実施することで、足の健康を守れると思っております。

透析患者様の約半数以上は、糖尿病の既往歴があり、糖尿病のある方は、寒い冬には特に注意が必要で、適切に予防策を講じる必要があります。

ぜひとも今日から行っていただきたいケア・注意点をご紹介いたします。

1. 毎日足をチェックする

足のケアの基本は、毎日足をチェックする事です。足が乾燥・傷（擦傷、かかと割れ）・爪が伸びている・指の間がジクジク・皮膚の色が他と違う（白・赤・黒・紫等）などの症状があれば必ずスタッフへ教えてください。足の事で恥ずかしいと思われる方もおられますが、医療スタッフとして適切に対応させていただきます。

2. 足を濡れたままにしない

冬の寒さにより、アクリル製のあたたか靴下や、分厚いブーツなどは通気性・吸水性が低いため、群れやすく菌が繁殖しやすい環境です。匂いのもとにもなりますので、注意が必要です。

3. 足の乾燥には、保湿ケア

冬場は、特に乾燥しやすく、足のバリアがなくなり傷ができてやすくなります。保湿を行うことで、正常な皮膚状態を保つことで、かかと割れや傷を作りにくくなります。保湿としては、足の指の間は避けて、太もも（乾燥している部分）から足先まで丁寧に塗って下さい。指の間は、保湿しすぎること菌が繁殖しやすくなり水虫や、傷があると感染症等の発生リスクが高まりますので注意してください。

4. 糖尿病の合併症としての神経障害に注意（感覚神経機能の低下）

神経障害が進むと、温度や触覚などの感覚の機能が低下することで、痛みを感じにくかったり、長時間の暖房器具使用による低温やけどになったり、知らない間に傷や火傷を作ることがあります。

低温やけどに関しては、冬場特有ともいえますので、電気ヒーター、電気マット等、長時間同一部位に温度が当たると暖房器具は、注意が必要となります。対策としては、設定を「高・熱・強」など熱くなるような設定にしない。ヒーターなどは、距離をとり、首振り機能などを使い同じ部位に温度が当たらないよう注意することです。



足のことで気になることがあるようでしたら、遠慮せずにぜひともスタッフにお声掛けください。

以上のようなことに気を付けていただきながら、これからご自身の足を大切にしてください。当院のフットケアと検査を含めトータルにサポートし、患者様とスタッフ一同で、足のケアチームとして対応させていただきます。

どうぞよろしくお願いいたします。

■ 医療連携相談室

TEL 078-918-1512 FAX 078-918-1725
平日 9:00～12:00 14:00～17:00
土曜 9:00～12:00
担当 酒見 古門 上野

編集・発行

医療法人社団 仁恵会 石井病院 広報委員会
〒673-0881 明石市天文町1-5-11
TEL 078-918-1655 FAX 078-918-1657
<http://jinkeikai-group.or.jp/ishii/>