いちき串木野市医師会 広幸民志 医師会立脳神経外科センター 広幸民志





平成28年8月22日発行



動しえて」「トンダー 知ってるようで知らない お肌の知識野邊修明先生

第3回 この夏、要注意 虫による皮膚炎・感染症

笑顔ころかる 「ころはん体操」・・・・・・・・・・・P2・3
みんなの元気を支える 施設紹介 · · · · · P8 · 9
みんなの掲示板······P10
編集後記······P10



撮影場所 鹿児島空港付近



燥はよか

地域包括支援センター

保健師

中袴田

洋

健康増進課

介護予防係

いちき串木野市

暮らすために、毎週1回公民館につどい、 児島弁で転ばないという意味で、高齢者 の国のモデル事業として、「ころばん体操」 と名付けました。高齢者が地域で元気に をいつまでも送れるよう、「ころばん体操」 が筋力をつけて転ばずに、自立した生活 に取り組んでいます。ころばんとは、鹿 地域づくりによる介護予防推進支援事業 体操に取り組み、 いちき串木野市では、平成26年度から みんなと顔を合わせて

ろばん体操」です。 笑顔になる。まさに、「笑顔ころがる

位で調節ができるようになっています。 者の体力に合わせて無理なく200g単 動かす手足には重りをつけ、重さは参加 子に座ったり、背もたれにつかまって、ゆっ くりと手や足を上げ下げする運動です。 を行います。高齢者に優しい体操で、椅 れに違う童謡を流して、歌いながら体操 ころばん体操は全部で 6種類、それぞ

す。発足後、5回は市が運動指導士と一 操を立ち上げ、週1回活動しており、こ 目以降は住民主体の運営となります。 緒に体操の指導をしますが、その後6回 市が提供するのは、CD、歌詞カード、 ろばん人口は1200人を超えています。 また、28年度現在で20か所がころばん体 圧計、いすなどは各公民館が準備をしま また、地域リハ職の活用として、ころ 平成27年度は49か所(55公民館)が、 個人用パンフレットなどで、

続するために、リハ職として何ができる を行って、「ころばん体操が5年、 メンバー会議」を立ち上げ、毎月勉強会 身体の軽さはもちろんのこと、「地域の皆 となり、あちこちで、体操だけではない か」をテーマに、検討を重ねています。 週間が待ち遠しい」、「生活に活力や張り さんとの交流や会話が一番の楽しみ」、「一 ふれあいや支え合いの声も多く聞かれま ころばん体操の市内全域展開は2年目 体操の効果による、痛みの軽減や、

> います。 創意工夫のもと公民館ごとに運営されて 方が楽しく過ごせる雰囲気づくりをされ、 が出た」という声も多く、お世話役さん

場所」、暮らすための「生き場所」、役割・ を持っています。 括ケアシステムの基盤となる重要な役割 出番となる「活き場所」として、地域包 通いの場は、その人らしさを生む「居

の交流が生まれ、支え合いの仕組みがで けたらと思います。 きるなど、相互支援の活動に発展してい から活動回数を重ねるうちに、住民同士 持って活動していくことが大切で、これ 場となることを期待しています。そのた 役割を持って生活できるような高齢者の めにも住民の方々が生き生きと主体性を 居場所と出番づくり、そしてふれあいの ころばん体操が地域ごとに、生きがい、

参入に賛同したリハ職の皆さんで、「コア

てもらっています。リハ職向けに、ころば ている理学療法士、作業療法士に担当し を、市内の医療機関や介護施設に勤務し

ん体操説明会をおこない、ころばん体操

ばん体操9か月目の体力測定と運動指導

ころばん体操に関しての お問い合わせはこちら

5 0996-21-5172

知ってるようで知らない お 肌 の 知 識

第3回 この夏、要注意 虫による皮膚炎・感染症



野辺ひふ科クリニック野邊修明先生

夏本番の今、虫さされの被害が多い。皮膚科医の出番である。前2回は皮膚についての基礎編であったが、今回は疾病編として、昆虫や昆虫以外の節足動物による被害、特に話題の皮膚病に始まって、身近な虫さされに触れてみます。

重症熱性血小板減少性症候群 (SFTS)

(図1、2) はマダニの一種「タカサゴキララマダニ」の成虫と皮膚症状で、筆者が当市で2004年に経験したケース。 本県での初報告例として学会発表したものです。この方は幸いにも全身症状を伴わず無事に終息した。

SFTS はマダニの咬傷を介してウイルスが感染し 2011 年に特定されたタカサゴキララマダニに限らず、フタトゲチマダニ、シュルツェマダニなどに刺されて感染し、5~14日の潜伏期の

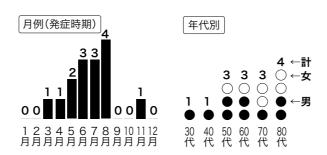


あと(表 1) のような症例や検査所見が出ると SFTS

【表1】 SFTSの症例定義

- (1)38℃以上の発熱
- (2)消化器症状(嘔気、嘔吐、腹痛、下痢、下血のいずれか)
- (3)血小板減少(10万/μL未満)
- (4)白血球減少(4000/μL未満)
- (5) AST、ALT、LDHの上昇(いずれも病院の基準値上限 を超える値)
- (6)他に明らかな原因がない
- (7)集中治療を要する/要した、または死亡した

を疑い、適切な対応をすることになります。重症化すると死亡することもある(県下に少なくとも4人)。 (表2)に13~15年度の患者状況を挙げたが、



16年は5月に80代女性の感染が報告された。高齢者に重症化・死亡が多いのは、免疫的に弱くなっているからと説明される。

(図3) に農作業・山林作業・アウトドアでの活動

【図3】 夕三日かまれないための服装の一例





に出かける際の身を守る服装を示した。市販されて いるジエチルトルアミド(ディート DEET)を含む製 品を着衣にスプレーするのも良い。ユーカリ油を含む 製品も良い。家に帰ったら直ぐ服を脱ぎ、すぐ洗濯す る。シャワー浴、入浴して、虫さされがないかを点検。 万一虫体を見つけたら、マダニは口器の先端を皮膚 に刺しこみ、捕鯨の銛みたいに中で開いてガチッと喰 いこんでいる。これを無理に引っぱって取ろうとする と、虫体は口器を引き千切ることになり、口器が皮膚 の中に残り、また押し潰すことにもなり体液が皮膚の 中に注入される。私はワセリンを30分~1時間ぐら い塗ってからソーッと引き抜く。しかし、幼虫は簡単 だが成虫は抜き難いときがある。ピンセットで周囲の 皮膚もろとも除去する。ときには局所麻酔下に切開し て除去したりする。喰いついたらホクロみたいに見え ることもある。自分で無理に取らずに医師に任せるの が無難。ステロイド外用剤ですむこともあるが、ミノ サイクリン、ニューキノロン系の抗菌剤をのむといい。 最近、インフルエンザ治療薬のアビガンの有効性も 注目されている。

ブユ刺症

今年はブユに刺される人が多い。高原や渓流沿いで刺される 機会が多いと成書にはあるが当



市でも多発していることは当市が恵まれた自然のなかにあるともいえる。雨模様・曇天のとき、朝方・夕方にいつのまにか刺されている。ブユは2~5ミリの小さい吸血昆虫で黒っぽい虫体。吸血中は自覚なく気づかない。顔面、手、下腿など露出部が刺されることが多いが、薄い衣服の上から刺すこともある。刺し口に溢血を認めることもある。強い炎症反応を生じ、子供の眼のまわりなどパンパンに腫れる。四肢ではシコリのある発赤腫脹となり、中心の漿液丘疹が潰れてカサブタになる。足関節では発赤腫脹が強く、触っただけでも激しい痛みを感じ、歩行困難になる人もいる。治るのに時間がかかり、慢性痒疹になって長く悩むことになる。速やかに治したい虫さされである。

毛虫皮膚炎

有毒毛をもつチョウやガの幼 虫に触れてできる皮膚炎である。

(1) 毒針毛型

ドクガ、チャドクガが代表。



茶樹と同じツバキ科に属するツバキ、サザンカに主に寄生する。一匹の毛虫に 0.1 ミリほどの毒針毛が 10万本以上あるといわれ、これが数十匹びっしりと密集した塊状に葉の裏で棲息する。人間など天敵が近づくと、数十本以上の毒針毛を放ち身を守る。風に乗った毒針毛が皮膚や着衣にくっつき着衣を通して刺され

(次ページにつづく)

る。これらの樹の傍らを通っただけでも刺される。剪 定、草刈り時にも被害にあう。紅い丘疹が密集ある いは散在し、痛みとチクチクとした痛みもある。案外、 毛虫の被害であると気づかなかったりする。シャワー を浴びたり、着衣も洗濯する。ステロイド軟膏が有 効。治りは早い。今年は何故か?毛虫皮膚炎が少ない。 皮膚科医も痛くて泣いている。

(2) 毒棘型

ヒロヘリアオイラガに刺 されると電撃的な痛みがす る。紅く腫れるのも強い。 サクラ、バラ、カキの樹に 多い。冷やしたり、ステロ



イドの外用ときには内服で対応。大変です。

イエダニとツメダニによる皮膚炎

イエダニはネズミに寄生している 0.7 ミリ大のダ 二。室内に這入りこみ、衣服にもぐりこんで、腋周囲、 股周囲を好んで刺すので「エロダニ」の異名を持つ。 紅斑と丘疹で数は多くない。ダニに刺されたと訴える 患者さんの大部はツメダニによるもの。このダニは更 に小さいヒョウヒダニ、コナダニを捕食して畳やカー ペットに寄生している。高温多湿(25℃以上、60% 以上)の夏、爆発的に繁殖し、人の皮膚に触れること で誘発的に刺す。お盆過ぎまでは多い。燻煙殺虫剤 は効果があるが畳の表面だけである。繰り返す必要 がある。部屋の掃除整頓、風通しを良くし、室内の 乾燥化をはかる。しかし、イエダニにはこの方法は効 かない。ネスミを駆除する。スズメ、ニワトリなどに つくトリサシダニもいてときに人が刺される。

アオバアリガタハネカクシ皮膚炎

体長7~8ミリで羽のないアリ に似る。夜になると活動。体液 にペデリンを含み、皮膚に付い た成虫を手で払いのけると、払 いのけた方向に体液が付着して 線状に小水疱、膿疱が生じ痛み



すら感じる(線状皮膚炎)。灯火に親しみ屋内に侵入 して被害を受けることもある。眼に入ると結膜炎や角 膜炎を起こす。

アオカミキリモドキ皮膚炎

山地、雑木林、市街地に生息 し、体長10~16ミリの緑色の カミキリムシ似た昆虫である。 カンタリジンという体液を分泌 し、透明な水ぶくれをつくる。



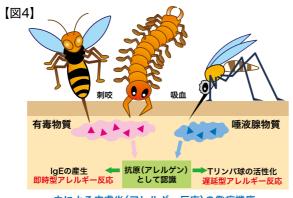
痒みと痛みが生じる。「ヤケドムシ」の異名あり。

ハチ刺症

刺されたあと紅く腫れて痛いの は対症的な治療で治るが、2回目 以降はアレルギー反応の重症型 であるアナフィラキシーショック を起こすことがある。ジンマシン、



喘息様症状、気分不良、血圧降下など起こすことがあ る。直ちに救急車を使ってでも医療機関に駆け込むこ とである。この体質の人は、野山に出るときには、エ ビネフリンの皮下注射であるエピペンを常に携帯する。 エピペンは食物アレルギーを有する人の救急薬でもあ る。夏から秋は八チの攻撃性が高まる時期。アシナガ バチ、スズメバチは人家周辺や雑木林に巣をつくる。 雌の八チの毒針が危険だ。(図4)



虫による皮膚炎(アレルギー反応)の発症機序

蚊(力)

アカイエカは夜に、ヒトスジシ マカは昼間に吸血する。雌が吸 血する際に注入する唾液腺物質 に対するアレルギー反応である。



最近では雄も吸血することがわかった。蚊の世界も男 女平等のようだ。テング熱、ジカ熱のウイルスも日本 に入ってきているので要注意。蚊刺過敏症(蚊アレル ギー)を起こすこともある。蚊に刺されやすい体質(特 に血液型) はない。

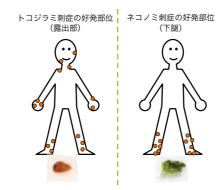
トコジラミ(南京虫)

戦前から終戦を経て高度成長 期にかけて被害が多かったが、 駆除が進み被害は殆どなくなっ ていた。しかし、近年海外から 持ち込まれて被害が広がってい

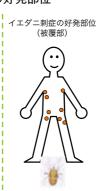


る。成虫は5~8ミリ大茶褐色の扁平な体型で、夜に 活動する。フトンや衣服に覆われた部には這入りこま ず、首、腕、足などを刺し、唾液腺からの毒で丘疹、 紅斑、かゆみを生じる。畳、壁、柱の隙間に隠れて 棲息する。駆除は厄介。ダニ用の殺虫剤は無効で専 門業者に頼むことになる。

【図5】 吸血性節足動物による皮疹の好発部位







ムカデ

咬まれると激しい痛みがある。就寝中や、スリッパ、靴、 手袋に入りこんだムカデに刺されることもある。2個の 溢血点をみる。応急処置に「温めるといい」という説が 流布しているが、やはり「氷などで冷やす」ことである。 二次感染、アナフィラキシーを起こすことがあるので 注意。

ほかにはヌカカ、クモ、アリ、アブ、カメムシなど 多くの害虫がいるが、被害は少数なので省略。いわ ゆる虫さされは、原因となった虫そのものと、実際刺 す、咬む、触れたときを確認しないと因果関係を判断

出来ない。しかし、環境、生態、皮疹の形状、強さ、 人の反応などをみて同定できる。治療は冷やしてみる。 ステロイド外用剤を塗る。抗アレルギー剤、ときには ステロイド内服が標準的治療である。アンモニア塗 布は禁忌(第1回コラムで述べた。)

昆虫や他の節足動物を含む有害動物も、それぞれ の本能と環境に対応して精一杯生きて世代を累ねて いるものである。私たちの多くは(昆虫好き、ヘビな ど好きな者もいるが)仲良くしたくないけれど、バラ ンス良く棲み分けたいものである。

(番外)

夏だけでなく、年中活動しているダニ科の 害虫がいる。ダニの一種であるヒゼンダニ(疥 癬虫)がおこす疥癬である。皮膚の角層内に 寄生する0.2~0.4ミリ大で臍を中心に腹 部、腋、陰部、大腿、手に小さな丘疹をつくる。 特に夜間の痒みの強さは相当なもので、この ときると早が皮膚の角層の中でトンネルを造 り、そこでデートしている影響である。人か ら人へ感染し、施設内、院内での感染、最近 では愛猫家に飼い猫からうつることもよくあ る。湿疹治療薬のステロイド軟膏を使うとか えって皮疹は増悪、拡大する。虫体の確認を して、特別な薬(第1回で紹介した大村智教 授のイベルメクチンなど)を用いる。

[参考資料]

夏秋優、大滝倫子、谷口裕子、川島眞による著作。鹿 児島県健康増進課、地域保健課、環境保健センター、 伊集院保健所、広島県感染症疾病センター、鹿児島大 学病院、厚生労働省健康局結核感染症課、国立感染症 研究所、南日本新聞、讀賣新聞、毎日新聞による資料。





00000

07 07

__ __ __

医療法人 芳清会

グループホーム さくらの丘

管理者 前夷 友則 鹿児島県いちき串木野市生福 8974 番地 電話 0996-21-2777 FAX 0996-21-2778

当グループホームは、静かで緑豊かな環境のもと、各フロアからは季節ごとに変化する木々や実になる果実 も観賞ができ、また野鳥の囀りも聞こえ自然を楽しみながら、2 ユニットで生活しています。

平成17年11月に開設し「明るい笑顔を大切にします。自分らしい生活を支えます。地域との連携、交流、 共存をめざし、人としての尊厳と自立を尊重した、介護支援を行います。」の理念を掲げ、スタッフ一同ご利用 者様のご希望に添えられるような支援に日々努めております。

午前、午後と簡単な体操もしくはレクリエーション。2カ月に1回の行事に加え、誕生会、初詣、花見、父、 母の日、敬老の日・・・・等そして地域の行事参加と楽しんでいただけるように提供しています。

医療に関しても24時間医療連携体制にて、母体串木野内科・循環器科院長往診、看護師健康管理にて、ご 利用者様、ご家族様に安心していただけるように努めています。

食事は母体管理栄養士による献立、指導のもとバランスのよい食事を提供しております。

どんなところかな?または見学、相談等はいつでも受付けておりますので、お近くにお越しの際は、ご遠慮 なくお立ち寄りください。

施設の様子をご紹介します



家族会 (理事長挨拶)



夕涼み会 (灯篭作品)





七夕



夕涼み会 (踊り)

苗植

節分祭



医療法人 南洲会 南洲整形外科病院

理事長 園田 昭彦 鹿児島県いちき串木野市別府 3994-5 電話 0996-32-0051 FAX 0996-32-1497

担当者 矢野 伊智郎 連絡先 0996-32-0051

E-mail nansyu-jimu@poll.synapse.ne.jp

平成8年デイケア開設以来、今では、いちき串木野市の通所リハビリテーションで草分け的施設として、 地域の皆様にご利用いただいております。

通所リハビリテーションとは、介護保険要支援・要介護者が利用でき、送迎・リハビリ・入浴・食事・各 種レクリエーションのサービスを行う施設です。

当病院の通所リハビリテーションは、利用者が可能なかぎり自宅で自立した日常生活を送ることができるよ う理学療法士・作業療法士が生活機能向上のため機能訓練を行い又、看護師2名・准看護師3名・他スタッ フ5名が閉じこもり防止・人とのふれあい・楽しみ・生きがい作りとなるプログラムを通して身体機能の維持・ 向上を図り地域の皆様の在宅での生活を支援いたします。

施設の様子をご紹介します



















の他の掲示板

南日本新聞に当院の新人看護師が インタビューされ記事が掲載されました。

いるきは大野市長市会立

いちき串木野市医師会立 いちき串木野市医師会立 出口奈菜美さん(21) 出口奈菜美さん(21) 出口奈菜美さん(21) 出口奈菜美さん(21) 出口奈菜美さん(21) 地元のいちき串木野市医師会立 地元のいちき串木野市医師会立で、県外に出てみたいというで、県外に出てみたいという

気持ちもありました。しか、気持ちもありました。 し、実家が近いと、環境が大と、急性期医療も手掛けていと、急性期医療も手掛けている病院なら学ぶ機会も多いる病院なら学ぶ機会も多いる方になら学ぶ機会も多いました。

働き始めて2年目。プリセ が、きっちりと教えてくれます。ドクターも日常的に、あ 方といった基本的なことか ら、きっちりと教えてくれま ら、きっちりと教えてくれま ら、きっちりと教えてくれま ちんさいった基本的なことか 方といった基本的なことか 方とのる場面で私の技術指導に あたってくださいます。

> んを担当しました。 日々接す る中で「もっとやれるケアが あったのではないか」と後悔 あったのではないか」と後悔 あったのではないか」と後悔 あったのではないか」と後悔 あったのではないか」と後悔 あったのではないか」と後悔

先輩の存在支えに

鹿児島の*"*元気"のために



本当に大切に育てていただいていると感じています。分いていると感じています。分からないことがあれば、すぐからないことを大事にしたいと考いうことを大事にしたいと考れらことを大事にしたいと考れらことを大事にしたいと考れらことを大事にしたいと考れらことを大事にしたいと考れらことを大事にしたいと表があれば、すぐからないと思います。

6 月 26 日発行 南日本新聞に掲載

動が多いと思いますが、虫刺され がっています。私もリハビリ職と がいや出会い・活動の場として広 説してありますので、是非目を通 はいつも悩まされます。詳しく解 トドアや農作業など野外での活 染症」のお話です。夏も本番、アウ いうことで、「虫による皮膚炎・感 院長のコラムは第3回疾患編と ています。野辺ひふ科クリニック り、地域の方からパワーをもらっ してお手伝いをさせて頂いてお 域住民が主体となっており、生き があるのではないでしょうか。地 ばん体操」です。一度は耳にした事 環として取り組まれている「ころ て、今月号の内容は介護予防の 日本選手の活躍が楽しみです。さ か。リオオリンピックが開催され、 ますが、いかがお過ごしでしょう 8月に入り猛暑の毎日が続き

編集後

当院の新人看護師の記事が南というに明るいひまわりという間です。夏バテをしなり畑へ行ってきました。太陽のより畑へ行ってきました。太陽のより畑へ行ってきました。太陽のより畑へ行ってきました。太陽のように明るいひまわりは元気を貰うに明るいひまわりは元気を貰うに明るいひまわりは元気を貰うに明るいひまわりは元気を貰うに明るいひまわりは元気を貰うに明るいひまかりは元気を貰うに明るいひまかりは元気を貰った。本のという間です。夏バテをしなあっという間です。夏バテをしなあっという間です。夏バテをしないようにお過ごし下さい。

○ご意見・ご要望等ございましたら脳外科センター広報チーム宛までお願いします。

して頂ければと思います。

http://kushikino-da.jp (ホームページが新しくなりました。 http://www.kunc99.jp

(文責 リハビリ重田)