



MY HOME DOCTOR

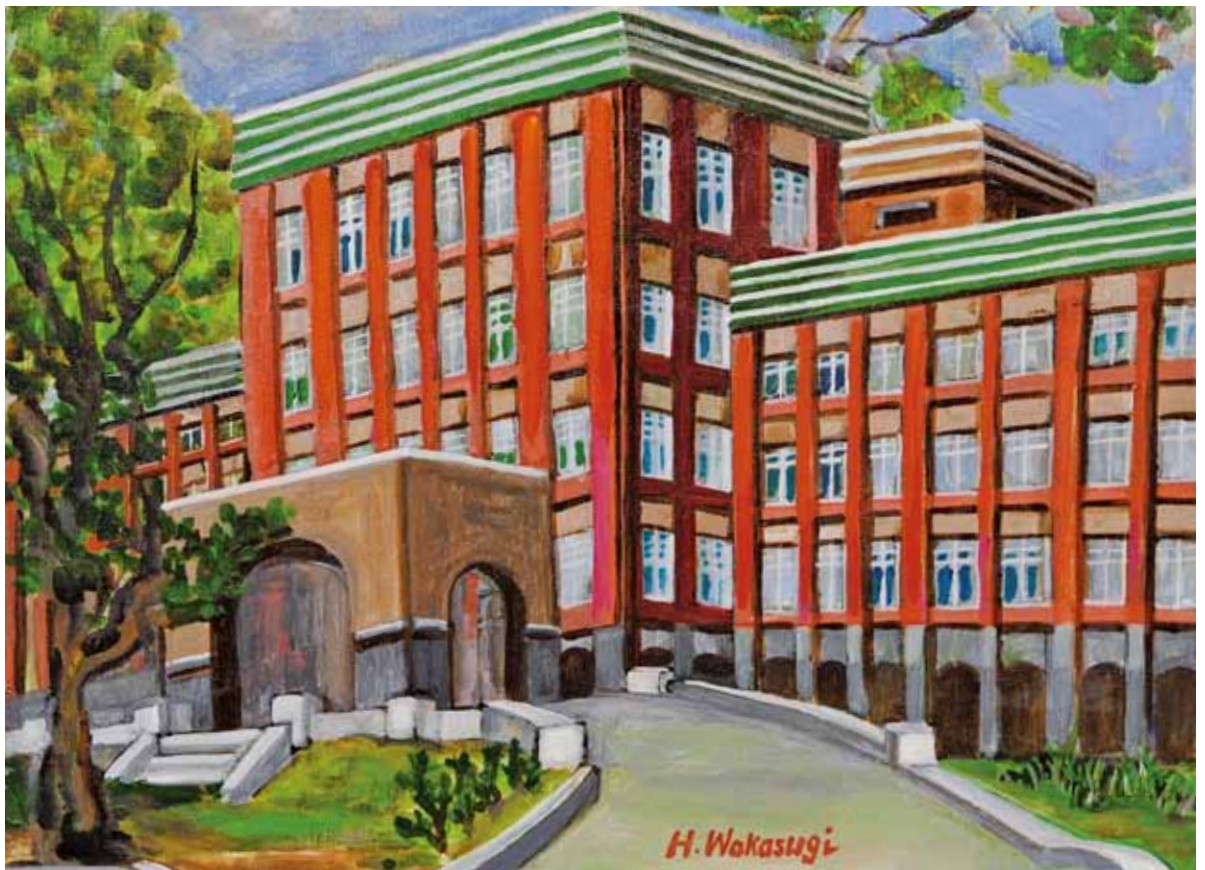
住まかみ



散歩道

九大病院
旧内科病棟

九大病院を絵にしようと友人数名と出かけた。好天に恵まれ楽しい一日を過ごすことが出来ました。風格ある立派な建築物です。診療に研究に懸命に頑張っていた頃が思い出されます。



健康
随筆

年齢は宝もの

私は1971年にNHKみんなのうたで『小さな木の実』を歌ったのがきっかけで全国各地の小・中・高校、養護学校、盲学校、ろう学校でスクールコンサートが出来ようになりました。出会った学校も3000校



おおば てるこ
大庭 照子

余になります。思い出はとも語り尽くせないほどですが私の人生に大きな影響があったのは37才の時に「年齢は宝もの」と受け止めることが出来るようになったことです。

それはある小学校で、いつものようにコンサートを終え控室で帰る準備をしていたとき、5年生の女の子から「大庭さんは何才ですか」と尋ねられたのです。当時37才だった私は年齢を言いたくない、隠したい、若く見られたいという思いがいっぱいの頃でした。一番気にしていることを聞かれ思わず「13、7つよ」と答えてしまいました。女の子はなんとも言えない表情になり、そのまま部屋を出ていきました。その後姿を見ながら、何故37才といえなかったのだろう、自分の年齢を言えないということはこれまでの人生を否定していることになると思いました。

そしてその時ふっと浮かんだのが「年齢は宝もの」でした。これから堂々と「年齢は宝もの」と受け止めていこうと思いついたのです。

それからあっという間に40年の人生を重ね昨年11月3日に77歳になりました。この40年間を振り返ると、とても一言では言えない様々な事がありました。両親も姉や兄たちもこの世を去り一人になりました。しかしどんな厳しい事があっても「年齢は宝もの」と自分自身に言い聞かせながらの人生を重ねることができたのは本当によかったと思っています。

(日本国際重謡館館長)

西福岡病院の理念

地域の人々に信頼される
納得と安心の医療・介護・
福祉の提供を目指します。

特集

たいじょうほうしん
带状疱疹

带状疱疹とは体の片側に起きる強い痛みと、痛みがある部分にできる帯状の赤み、ブツブツ、水ぶくれが特徴の病気です。

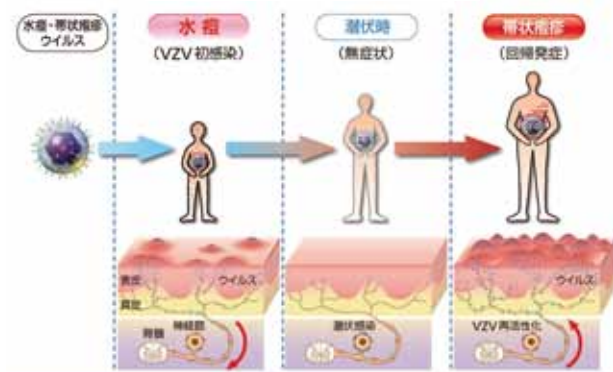
発生する場所は、胸やお腹、背中など（肋間神経領域）が最も多く、ついで顔（三叉神経領域）に多いですが、全身のいずれの場所にも発症します。

带状疱疹の原因

子どもの頃にかかること多い「水疱瘡」のウイルスが原因で起こります。水疱瘡のウイルスは、水疱瘡が治っても体内の神経節というところに潜んでいます。しかし、過労や加齢、病気などで免疫力が低下すると活動を始め、再び増えて暴れ始めることで起こります。

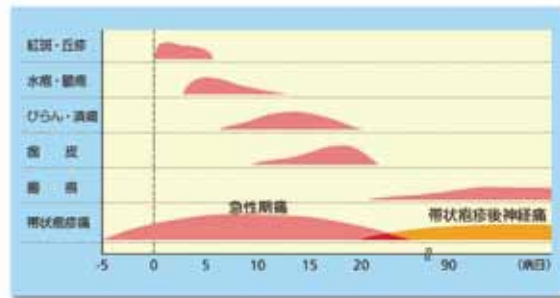
带状疱疹の症状の経過

皮膚の症状の出る数日〜1週間前から、ピリピリ、チクチクとした痛みが起きます。ときには2週間以上前から痛みが見られることもあります。そして赤い斑点があらわれその後、赤い斑点の上に、小さくて透明な水ぶくれが集まっ



皮膚科 医師
福與 麻耶

带状疱疹の一般経過



出典：新井 隆夫；『皮膚科』31(4)、295(2001)80-81頁

てできます。水ぶくれはかさぶたになり、その後、かさぶたが取れて皮膚の症状が治っていきます。痛みのピークは皮膚の症状が始めてから7〜10日目頃といわれており、多くの場合、皮膚の症状が治るとともに痛みも消えていきますが、患者さんによっては痛みだけが長い間残る場合があります。

7.5
超低山散歩
城山／岩門城址（那珂川町）

体験活動協会 FEA 理事長

谷 正之

岩門城址である那珂川町の城山（195m）には、今もその面影が残る。JR博多南駅から西鉄バスを利用して向かうことにする。

山田バス停で下車。浄光寺の大イチョウが目止まる。分岐①を右へ。澄んだ水が流れる古代水路の裂田溝に沿って平坦な舗装道路を歩く。正面に城山の姿が見える。

車を数台駐車できる所を過ぎ、分岐②を右折。岩門城址、高津神社への誘導標識を利用して進む。朱塗りの鳥居をくぐると間もなく、バス停から約20分で交点①に着く。

ここから先は、木陰の土道を上る。途中、茶臼岩があり、分岐③は左をとる。傾斜がある坂を上り、三の曲輪、二の曲輪、堀切と通り過ぎる。周辺にはヒメユズリハの低木が多い。やがて交点①からおよそ30分で頂上に着く。

北へ20m程下ると展望所に出る。解説板もある。脊振山地、福岡タワー、宗像の大島などの島々も一望できる。帰りは来た道を引き返す。バス停までは40分程。高

またできる場所にもよりますが、目の近くにでた場合角膜炎など目の症状、耳の周りにできた場合、難聴や顔面神経麻痺などの症状、免疫不全がある方や高齢の方は全身にウイルスが広がり重症となることもあり様々な合併症を引き起こすこともあります。

带状疱疹の治療

できるだけ早期に抗ウイルス薬（アシクロビル、バラシクロビル、ファムシクロビル）の全身投与が必要です。重症になると入院して点滴で治療する場合もあります。

抗ヘルペスウイルス薬は、ウイルスが増えるのを抑えます。この薬は効果が出るまでに2〜3日かかるため、その間は皮膚の症状が拡大する場合もあります。薬の効果がすぐに感じられなかったとしても、ご自身の判断で中止せず、医師に指示された通りに内服してください。痛みや炎症のひどい場合には、抗ヘルペスウイルス薬に加えて、消炎鎮痛薬やステロイドの内服を併

用することがあります。眠れないほどの痛みがある場合はペインクリニックに紹介することもあります。

带状疱疹後神経痛

通常、带状疱疹になってから3カ月たっても痛みが残っている場合に带状疱疹後神経痛とされます。これは、带状疱疹になったときにウイルスの攻撃によって、神経に痕が残ってしまったために起こると考えられています。皮膚の表面の痛みと奥のほうの痛み、持続的な（ずっと続く）痛みと一定の時間をおいて出たり消えたりする痛みが混じったものです。ピリピリ、チカチカ、ズキズキ、焼けるような、針で刺されるような、鋭い、電気が走ったような、えぐられるような、切り裂かれるような、とさまざまに表現されます。

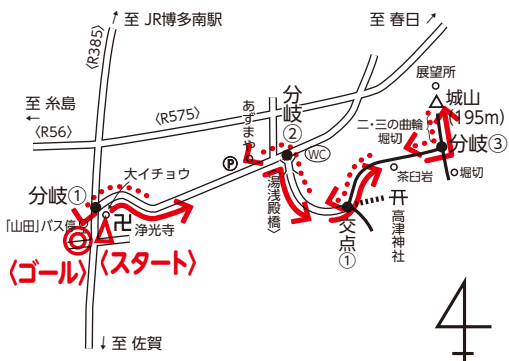
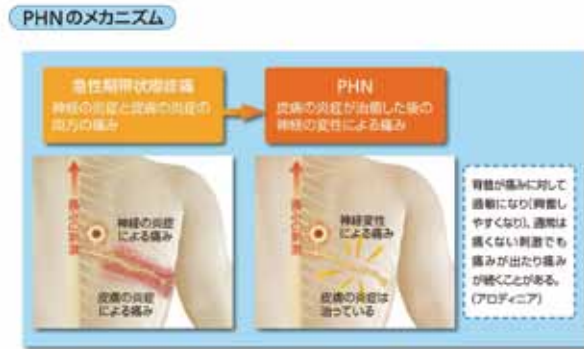
带状疱疹後神経痛は高齢の方や、带状疱疹の症状が重い場合に残りやすいといわれています。带状疱疹後神経痛を残さないためにはできるだけ

早く带状疱疹の治療を始めることが大切です。

PHN移行のハイリスク群



带状疱疹後神経痛(PHN)



▲古代水路の裂田溝と正面奥に城山

津神社に立ち寄るときは、交点①から往復12分位見ておくとういだろう。

範囲 那珂川町山田

歩行距離 3・8 km

歩行時間 90分

一〇メモ 今回の山は、できれば軽登山靴がよい。高齢者などはストックを携行されると、より安全に歩くことができる。

今月の街の行事予定

西陵公民館 ☎092-891-6342

高齢者教室

マイナンバーを利用した
特殊詐欺

日時 4月22日(金)
13:30 ~ 15:00



◎場所 西陵公民館 講堂
◎対象 60歳以上の方
◎講師 福岡市 市民局 生活安全課

子育てミニミニひろば

開講式～はじめてまして～
日時 4月28日(木)
10:00 ~ 12:00

◎場所 西陵公民館 児童等集会室
◎対象 0～3歳児と保護者
◎指導 保育士 大歯美穂子さん



地域づくり講座

ごきぶり団子づくり

日時 5月10日(火)
10:00 ~ 12:00



◎場所 西陵公民館 講堂
◎指導 地域指導者 橋本節子さん
◎対象 校区住民
◎費用 200円
申し込み:公民館まで(共催:保健衛生連合会)

詳しくは公民館にご確認ください。

健康講話

《今月のテーマ / 訪問看護師って何する人?》

とき 平成28年4月23日(土)
午前10時より午前11時まで

場所 医療法人西福岡病院 本館3階会議室

☎ 092-881-1331

住所 西区 生の松原3-18-8

講師 訪問看護ステーション 訪問看護師
相徳かおり・伊藤利江子

会費 無料

お問い合わせ先

医療法人 西福岡病院 総務課 ☎092-881-1331

外来診察表

| 診療科目 | 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 金曜日 | | 土曜日 |
|-----------------|---------------|-----------|---------------|-----------|---------------|-----------|---------------|-----------|------------|----|-------|
| | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 |
| 内科 | 副島 | 児玉 | 飯田 | 副島/飯田 | | 副島 | | 濱本 | | 副島 | 飯田/交代 |
| 内 科 | 原田 | 原田(15時まで) | 原田 | 原田(15時まで) | 原田 | 原田(15時まで) | 原田 | 原田(15時まで) | | | |
| | | | 高野 | 高野 | | 吉川 | 高野 | 高野 | 吉川 | | |
| | | | 國武 | 國武 | 國武(1・3・5) | 國武 | | | 國武 | 國武 | |
| 消化器内科 | 安藤(文)(予約制)/山田 | | 安藤(文)(予約制)/山田 | 宮本 | 安藤(文)(予約制)/宮本 | | 安藤(文)(予約制)/宮本 | | 安藤(文)(予約制) | 山田 | |
| 循環器内科 | 大園 | 松尾 | 松尾 | 松尾 | 松尾 | 大園 | 松尾 | 松尾 | 大園/松尾 | | |
| 糖尿病内科 | 下田 | | 井野 | 下田 | | 下田 | 下田 | | 井野 | | |
| 神経内科 | 非常勤 | | | | 非常勤 | | 非常勤 | | | | 非常勤 |
| 外科 | 中垣 | | 非常勤 | | 中垣 | | 中垣 | | 非常勤 | | 非常勤 |
| 整形外科/リハビリテーション科 | 勝野 | 高比良 | 高比良 | | 勝野 | 高比良 | 勝野 | | 高比良 | 勝野 | 非常勤 |
| 泌尿器科 | | 非常勤 | | 非常勤 | | | | 非常勤 | | | |
| 皮膚科 | 福與 | | 福與 | | 福與 | | 福與 | | 福與 | | |
| 眼科 | 非常勤 | | 非常勤 | | 非常勤 | | 非常勤 | | 非常勤 | | |
| 耳鼻咽喉科 | 非常勤 | | 非常勤 | | 森園/非常勤 | | 森園/非常勤 | | 非常勤 | | 非常勤 |
| 婦人科 | | | 非常勤 | | | | | | | | 非常勤 |
| 緩和ケア内科 | | | 川上 | 川上 | | | | | 川上 | 川上 | |
| 腫瘍内科 | | | | | | | 川上 | | | | |
| 禁煙外来 | | | | | 國武(予約制) | | | | | | |

※ご質問は各科担当医あるいは外来看護長、外来医長までおたずね下さい。

※変更の場がありますので、外来直通☎092-881-1371もしくは病院代表☎092-881-1331までおたずね下さい。(一覧表もごさいます。)

予防接種 で体を守ろう!!

*重症化を防ぐ効果もあります



肺炎球菌ワクチン

一般の方 8,520円
助成対象年齢の方 .. 4,200円
(福岡市の金額です)

診療日: 月曜日～金曜日
(祝日は行っていない)
受付時間: 8:30 ~ 11:30
12:30 ~ 16:30
診療時間: 9:00 ~ 17:00
※比較的午後からの時間がスムーズに接種できます

助成対象年齢の方で生活保護受給者・市県民税非課税世帯に属する方など、個人負担が免除になります。詳しくはお電話にてお問い合わせください。

予約制ではありません。ご希望の方はお気軽に来院ください。

●お問い合わせ 病院代表 ☎092-881-1331

●発行 医療法人
西福岡病院

〒819-8555 福岡市西区生の松原3-18-8 ☎ 092-881-1331・FAX 092-881-1333
(事業者個別番号) http://www.nishifukuhp.or.jp