



MY HOME DOCTOR

生きがいの



散歩道

ケヤキ通り

福岡の中心部を通る国道202号。警固から赤坂までの全長約800mの「ケヤキ通り」に入ると、洗練された雰囲気に変わります。街路樹がトンネルを作り、木漏れ日が心地よい並木道の両側にはおしゃれなカフェやアートギャラリー、マンションが立ち並び、都会と自然が調和した景観が魅力的です。



健康 随筆

ナースキャップ

19世紀後半、ヨーロッパの病院は教会に付属しており、看護師の象徴ともいえるナースキャップはシスターが着用していた帽子が発端とされています。そして、ナイチンゲールが身に着けたことにより広まりました。しかし、衛生上の問題、男性看護師の増加、邪魔になるなど様々な説がありますが、米国では1970年代頃、日本では1980年代頃から徐々に廃止となりナースキャップを見かけることはなくなりました。ただ、現在でも戴帽式を行っている看護学校は多く、キャップをつけることが職業への誇りと自覚の証とされています。

幼少の頃から病弱だった私は病院通いで看護師と接することが多く、それが看護師を目指すきっかけとなりました。高校担任教師の勧めで大阪日赤の専門学校に進学することになり看護師資格を取得して、そこで5年ほどの経験を積みました。日赤では、キャップは神聖なものとして教えられ、外す時は胸元より上の棚に置くことが習慣としてありました。糊がついてパリッとした白衣を身にまとうと、おのずと専門職としての自覚が湧いたことを覚えていきます。当院でキャップが廃止となったのは、2000年を過ぎた頃です。私は、キャップをつけた時の緊張感が好きだっただけに、外す方針が示された時には気の緩みを危ぶみ不安さえ感じたものでした。振り返れば、職業人生40年を超えました。私にとってナースキャップは、体力と気力を下支えしてくれる特別なものでした。

(医療法人西福岡病院 法人スーパーバイザー)



まわたり 馬渡
かよこ 加夜子

表紙題字 安藤 精彌
表紙絵 川副 了造

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。

咳には、急性咳嗽と慢性咳嗽、湿性咳嗽と乾性咳嗽があります。長くても2〜3週間で治まる咳は急性咳嗽といい、大半が呼吸器疾患の感染症です。8週間以上続くものを慢性咳嗽といい、多くは非感染性の病気です。気管支炎・肺炎などは痰を伴い、気胸や咳喘息、間質性肺炎などでは乾いた咳が見られます。表のようなイメージです。

咳の種類	咳の様子	痰
乾いた咳 (乾性咳嗽)	「コンコン」「ケンケン」「コホコホ」	出ない
湿った咳 (湿性咳嗽)	「ゴホゴホ」「ゲホゲホ」	出る

4. 痰のしくみ

細菌感染などで気道分泌物が増え、膿などが混ざった粘度が増し、痰となって咳と共に排出されます。痰は、気道や肺、心臓の病気などで生じますが、病気によってその色や性状に特徴があります。痰を採取して顕微鏡で観察すると、細菌や真菌などの病原体やがん細胞などが見え、病気の診断につながりますので、よく観察し医師に伝えることが重要です。



5. 呼吸器感染症総論

新型コロナウイルス感染症のパンデミックは、私たちに呼吸器感染症を予防するには何をすれば良いのかを教

えてくれました。呼吸器感染症はもとより、他の感染症についても、感染症予防の王道は、しっかりとした手洗いと飛沫などを防ぐための対策です。

- 外出から帰ったとき、トイレを使用したときなどしっかりと手を洗いましょう。
- 石鹸をよく泡立てて、指の間や爪の中も忘れずに手首までしっかりとこすった後、水でよく洗い流して下さい。
- 手指消毒用のアルコールは十分な量を手に取り、手の平と甲の全体にいきわたらせるように両手をこすり合わせます。
- 飛沫などを防ぐにはマスクを使用することが有効です。鼻の横や頬に隙間ができないように、しっかりつけるようにしましょう。
- 咳エチケットを守りましょう。
- 寒い時期は特に乾燥しやすくウイルスも蔓延しがちです。部屋の湿度を保つこと、日頃から生活習慣を見直しできる対策をお勧めします。



総本山に次ぐ大本山の格式をもつ古刹の善導寺。広い境内に老樹が点在する。
「善導寺」駅から歩き始める。「善導寺駅」交差点を左折し、すぐの「善導寺町飯田」交差点を右へ。角に「鎮西本山善導寺北従」の石碑がある。善導寺橋を渡り「大本山善導寺」の誘導標識がある分岐①は左へ。分岐②を右折すると駅から約20分南門に着く。



善導寺の大樟(1号木・2号木)

善導寺の老樹

ふくおかの自然探訪

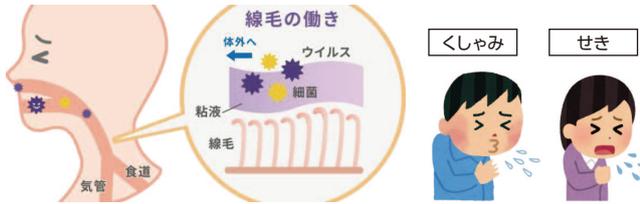
体験活動協会 FEA 理事長 谷 正之

くしゃみ・咳・痰 しくみと予防

医療法人 西福岡病院
慢性呼吸器疾患看護認定看護師 筒井 真理

1.呼吸だけではない呼吸器の役割

呼吸器には異物などの侵入を阻止し、排除する機能が備わっています。呼吸器の入り口となる鼻孔に生えている鼻毛はほこりなどの異物をひっかけて奥に侵入するのを阻止します。奥に侵入した異物は気道粘膜の粘液や線毛でひっかけ、線毛が外に送り出して排除します。また、気管支は次々に枝分かれしているため、入ってきた異物は分岐部の壁にぶつかってとまりやすくなります。くしゃみや咳も、気道に入った異物を物理的に排除する手段です。



2.くしゃみのしくみ

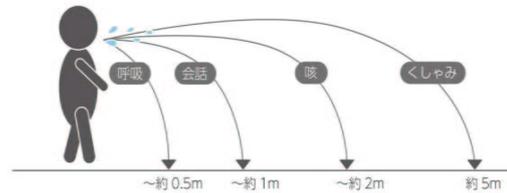
くしゃみは赤ちゃんから高齢者まで、どんな人にも起こります。花粉症やかぜの時、急に寒いところに出た時や強い光が目に入った時にも出ることがあります。くしゃみは鼻腔の異物を吹き飛ばすための反応です。

くしゃみで口から出る飛沫は3～5メートル程度、時には8メートルも飛ぶと言われています。呼吸器の感染症にかかっている、唾液中にウイルスなどが含まれていると、飛沫でほかの人に移してしまう可能性があります。また、一度出始めると出力を小さくすることはできても途中で止めること

はできません。目をつむってしまうので車の運転中は危険です。

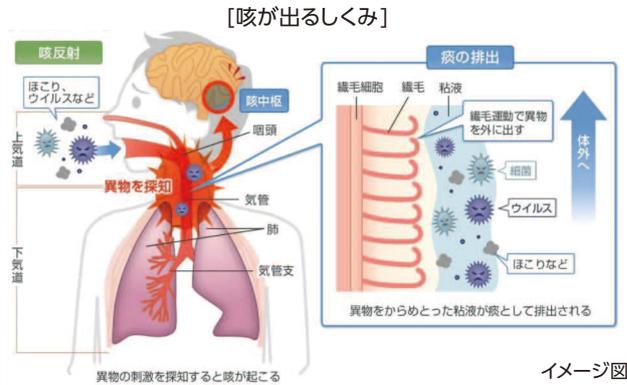
くしゃみの働き

鼻に入ってきた異物を鼻水ごと吹き飛ばして、おそうじする
光を見ただけでくしゃみが出ることも……

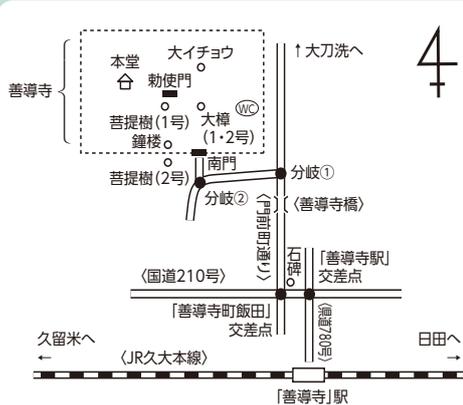


3.咳のしくみ

咳は咽喉や気管・気管支内の異物を外に排除するための反応です。



イメージ図



鐘楼そばの菩提樹(2号木)

場所 久留米市善導寺町
一口メモ わりと近くに高良山があるので立ち寄って天然記念物、史跡、久留米つじを鑑賞できる。

鐘楼の前に菩提樹(2号木)がある。境内には菩提樹が4本あり、この2号木と勅使門そばの1号木は県天然記念物だ。南門を入れて正面に大樟(1号木・2号木)がある。これも県天然記念物に指定されている。2号木の根が融合しているため3本に見える。枝葉は天を覆うように広がっている。このほか大イチョウなど点在し、四季の変化が楽しめる。

今月の街の行事予定

西陵公民館 ☎092-891-6342

バレンタインコンサート

日時 **2月9日(日)** 開場13:00~
開演13:30~

奏者 ヴァイオリン 松岡 龍神
ピアノ 久保田 正子
曲目 シンコペーション クライスラー作曲
春へのあこがれ モーツァルト作曲
愛の挨拶 エルガー作曲 他

場 所: 西陵公民館 講堂
入場無料
定 員: 80名 (先着順)
申込先: 西陵公民館 (☎891-6342)

シネマせりょう

「ニュー・シネマ・パラダイス」
日時 **2月12日(水)13:10~15:40**

映画史上に燦然と輝く、感動映画の金字塔!!
シチリアの小さな村を舞台に映写技師と少年の
交流を描き、美しさと同時に切なさも感じさせ
るメロディとともに世界中にファンを持つ不朽
の名作です。カンヌ国際映画祭グランプリや
アカデミー外国語映画賞など多くの
映画賞を受賞しました。

場 所: 西陵公民館 講堂
定員: 予約先着30名
申込先: 西陵公民館 (☎891-6342)

健康講話

《テーマ》 **自己免疫性肝疾患の診断と治療**

と き **令和7年2月22日(土)**
午前10時~11時

場 所 **医療法人西福岡病院 本館3階会議室**

講 師 医療法人西福岡病院
内科医師 **中村 稔**

会 費 **無料** <<予約は不要です>>

お問い合わせ先 医療法人 西福岡病院 総務課 ☎0570-091-331(代表)

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	中村/山本	中村	中村		中村							中村(1-3) 高野(2-4)
呼吸器内科	原田	原田(15時まで)	高野	高野	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	渡辺	渡部	渡辺(1-3)	
呼吸器内科 睡眠時無呼吸	和田	井形			井形	和田	高野	高野	石津			
消化器内科			安藤(文)(予約制)	宮本	宮本		安藤(文)(予約制) 宮本		國武	國武		
循環器内科	大園	松尾	松尾	松尾	松尾	大園	松尾	小牧	松尾	大園		
糖尿病内科	下田		井野	下田		下田	下田		井野			
脳神経内科	緒方				水谷		江					
呼吸器外科							吉田	吉田	岩崎	岩崎		
外 科			非常勤		中垣		中垣					
整形外科	高比良		高比良			高比良	高比良		矢野	矢野	小田(※1)	
泌尿器科		非常勤		非常勤				非常勤				
皮膚科	寺脇		寺脇		寺脇		寺脇		寺脇			
眼科	川村						池田/小柳		上野			
耳鼻咽喉科	非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		非常勤			
婦人科	安藤	安藤			安藤	安藤	安藤	安藤	安藤	安藤	安藤	
緩和ケア内科	森永		友岡		森永				森永			
腫瘍内科												
禁煙外来				國武(予約制)								
リハビリテーション科	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※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。 ※1 整形外科の土曜診療は、第1のみになります。
※変更の場合がありますので、外来直通☎092-881-1371もしくは病院代表☎0570-091-331までおたずね下さい。(一覧表もごさいます。)

診療時間・受付時間

※診療科によって曜日、診療時間、受付時間が異なります。上記の診療案内と照らし合わせながらご確認ください。
※耳鼻咽喉科・皮膚科・整形外科は小児も診察可能です。事前にお電話にてご相談下さい。 ※1 整形外科の土曜診療は、第1のみになります。

	診療時間 ()内は受付時間		
	平 日 (月~金)		土
	午 前	午 後	午 前
内科/呼吸器内科/外科/整形※1	9:00~12:00(8:30~11:30)	13:00~17:00(12:30~16:30)	9:00~12:30(8:30~12:00)
消化器/循環器/糖尿病/呼外/緩和ケア/腫瘍	9:00~12:00(8:30~11:30)	13:00~17:00(12:30~16:30)	—
脳 神 経 内 科	*月) 9:30~12:00(8:30~11:30)	—	—
	9:00~12:00(8:30~10:40)	—	—
泌 尿 器 科	—	13:30~17:00(13:00~16:00)	—
皮 膚 科	9:00~12:00(8:30~11:30)	—	—
眼 科	10:00~12:00(8:30~11:30)	—	—
耳 鼻 咽 喉 科	9:00~12:00(8:30~11:00)	—	—
婦 人 科	9:00~12:00(8:30~11:30)	13:00~17:00(12:30~16:30)	9:00~12:00(9:00~11:30)
禁 煙 外 来	—	予約制	—

ナビダイヤル開始のお知らせ

お取次ぎの混雑緩和のため、当院へのお電話は
下記のナビダイヤル番号にお掛け頂きますようお願い致します。

●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 ☎0570-091-331・FAX 092-881-1333
(事業所個別番号) http://www.nishifukuhp.or.jp

広報誌『生きがい』の配付が不要な場合は配付を中止しますので、住所・電話番号をお知らせいただきますようお願い致します。