病院概要

〈診療案内〉

心臓血管外科・循環器内科・外科・眼科・人工透析内科・皮膚科・腎臓内科

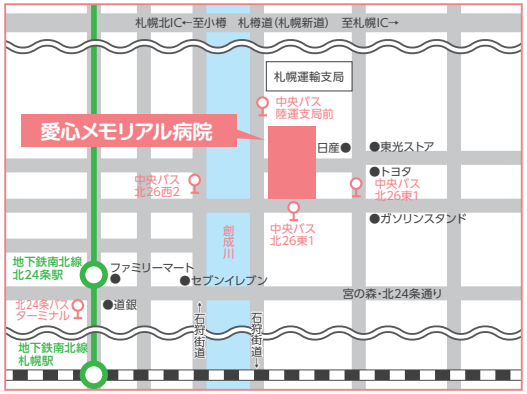
〈外来診察受付時間〉

外来診察受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
8:30～12:00	●	●	●	●	●	●		
13:00～15:00		●						
13:00～17:00	●		●	●	●			

※皮膚科は月、木、金(午後)の診察となります。
　AGA治療は月、木。
※腎臓内科は月、金(午前)の診察となります。
※糖尿病外来：第2・第4火曜、第1、第3、第5木曜(すべて午後)
※不整脈外来：第1、第3、第5火曜(すべて午後)
※日曜・祝祭日、12/30～1/3は休診

診療予約は受付またはお電話、WEBにて承ります。
予約の締め切りは前日の正午までになります。
急患は24時間対応いたします。あらかじめお電話ください。

〈アクセス〉



交通機関

【地下鉄】
南北線　北24条駅から徒歩10分

【中央バス】
北26条東1丁目から徒歩3分

駐車場

60台(車いす用1台)
外来受診の方：1回200円
お見舞いの方：1時間300円
　　(1日最大600円)
その他：1時間300円

〈関連施設〉

・愛心循環器クリニック・愛心内科・消化器科クリニック・介護老人保健施設プラットホーム
・来夢ライン(訪問看護ステーション・療養通所介護事業所・ヘルパーステーション)
・相談センター「レイル」・訪問介護ステーションしろくま・介護支援ステーションあいしん

社会医療法人社団 愛心館
愛心メモリアル病院
〒065-0027 札幌市東区北27条東1丁目1-15
TEL(011)752-3535　FAX(011)752-1058
http://aishinmemorial-hp.or.jp/

社会医療法人社団 愛心館
愛心メモリアル病院

あいしん通信

撮影：熊切医師

2020.4
VOL.2

特集 水虫について

レシピ ▶ビタミンたっぷり！スイートかぼちゃサラダ
豆知識 ▶糖尿病と足病変について

特集

「水虫」について

ヒトと縁の深い水虫、抗真菌薬を使いますが、基礎疾患の治療も大事なのですよ！

「水虫」とは

足が痒くなった、「水虫」(病名は足白癬)かもしれないと心配になりパンフレットを手に取られた方がおられることでしょう。「水虫」はありふれた病気です、齢を重ねると「水虫」を経験する方が増えます。なぜなのでしょうか、その不思議を紹介します。

水虫菌は真菌の一種

「水虫」は真菌とよばれるカビの一種によっておこります。浴室につく黒い汚れをつくるカビや、ビールをつくる酵母など、自然界にはいろいろのカビが存在し、それぞれに繁茂しています。見方によっては、「ヒト」についたカビが「水虫」とも言えるのです。地面に落ちた髪の毛や皮膚のかわ「ケラチンタンパク」を分解する自然界のお掃除屋さんです。いつもは胞子(植物にたとえれば種子のようなもの)という状態で室内の床や外の地面に転がっていますが、居心地が良いと、菌糸とよぶ細長い形に変化し、毛や「ケラチンタンパク」を溶かすのです。ところが生身のヒトにもつくことがあります。すると身体は抵抗して炎症、すなわち「水虫」を発症するのです。

治療は？

カビの増殖を抑える薬をつかいますが、再発しやすいのも事実です。それは糖尿病や動脈硬化症を患っていると、皮膚の表面の温度が真菌の増殖に適した25度程度にまで下がってしまうからです。参考までに、元気な子供の皮膚は暖かく30度以上ありますから水虫に罹りにくいのです。基礎疾患の治療は大事ですね。

皮膚科医師　熊切正信（くまきり まさのぶ）
・北海道大学医学部卒業
・北海道大学医学部皮膚科助教授
・福井医科大学皮膚科学講座教授
・日本皮膚科学会皮膚科専門医

あいしんレシピ

ビタミンたっぷり！スイートかぼちゃサラダ

ヨーグルトを使用したさっぱりとした味わいのサラダ。
アーモンドの食感がアクセントです。

エネルギー 121kcal
たんぱく質 3.1g
カリウム 406mg
リン 86mg
塩分 0.3g
食物繊維 3.1g

食物繊維もたっぷり！

材料（1人分）

- かぼちゃ …… 70g
- A
  - 水切りヨーグルト ……17.5g
  - はちみつ…… 2.5g
  - クレイジーソルト（なければ塩）… 少々
- アーモンド …… 5粒

作り方

❶一口大に切ったかぼちゃを耐熱容器に並べラップをして、600Wの電子レンジで約5分加熱する。
❷1をつぶし、粗熱が取れたらAを加えて混ぜ合わせる。
❸砕いたアーモンドをかける。

かぼちゃは、肌の健康に役立つビタミンがたっぷり。粘膜や皮膚の抵抗力を高め、細胞の老化を予防してくれます。ビタミンE が豊富なアーモンドと一緒に摂ることで、相乗効果が期待できます。
ヨーグルトと食物繊維で腸内環境を整え、免疫力を高めて健康な肌をつくりましょう！

愛心メモリアル病院
食事部

あいしん豆知識

糖尿病と足病変について

糖尿病を長く患っていると足先の感覚が鈍くなります。末梢神経障害といわれているものです。また、動脈硬化も進行します。血流が悪くなった足では傷ができても気づかず、菌に弱い糖尿病患者さんは足が腐ったり、潰瘍になり、下肢切断や全身に及ぶ感染で命を落とすことがあります。

何の順位でしょう？
1位　靴擦れ‥‥70%
2位　やけど‥‥19%
3位　その他

動脈硬化がひどくなくても末梢神経障害などの原因で足が腐ってしまうことがあります。それは、小さな傷からも感染を起こし、発見が遅れ、足が腐るからです。血流が保たれている場合、早期に対処したら小さい傷で治るのです。

当院外来では脚のお手入れについて相談にのり、お手伝いをしていきます。お気軽に医師、看護師にご相談ください。

例えば
- 足のお手入れ方法
- 観察方法
- 足の循環を促す運動について
- 爪の異常の相談・爪きりのお手伝い
- 靴の選び方・インソールの相談
- 末梢神経障害チェック　など