

JRほすぴたる



冬でも汗が多くて困っている方はいませんか？

【皮膚科 江川 貞恵】

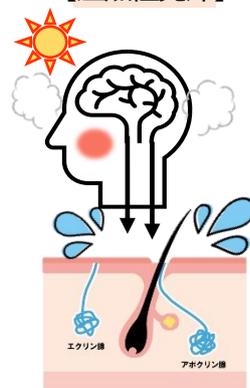
日本人の7人に1人が、汗の量が多くて困っているというデータがあります。日常生活に支障をきたすような多過ぎる汗の悩みは、多汗症と呼ばれる疾患である可能性があります。多汗症は、汗を多くかく部位によって、ワキや手のひら、顔など、体の一部だけの局所性多汗症と、全身性多汗症に分類されます。また、特に原因が無い原発性多汗症と、他の病気やケガなどが原因である続発性多汗症に分類されます。

ワキの多汗症と考えられる方は日本の全人口の5.9%であり、手のひらなど他の部位よりも多いといわれています。ワキは、温熱性発汗と精神性発汗の2つの要素により汗をかきやすい部位とされています。皮膚にある暑さを感じる神経や、脳にある血液の温度を感じる器官からの情報を受けて、脳からエクリン汗腺(主に体温調節のために使われる汗を出す器官)に指令が伝わり、出る汗が**温熱性発汗**です。緊張や不安、恐怖、興奮などを感じた脳からエクリン汗腺に指令が伝わり、出る汗が**精神性発汗**です。また、ワキは身体他の部位と比べて、暑くないときでも汗が出やすく、汗の量そのものは多くなくても、腕で塞がれた部位で汗が蒸発しにくいことから、少量の汗でも「汗が多い」と感じやすいという特徴があります。

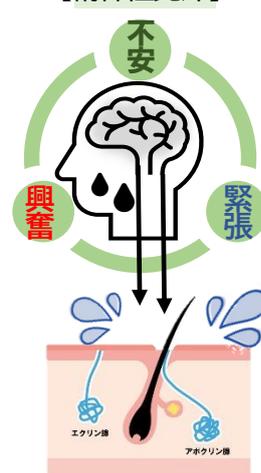
ワキの多汗症の治療法には、塗り薬、飲み薬、注射、手術などがありますが、身体への負担が少ない治療から試していくのがよいと思います。局所性多汗症の治療は、患者本人が困っていなければ行う必要は無く、患者自らの希望により治療を始めるべきと考えます。そのため治療のゴールは、生活の中で汗をかかないように常にコントロールすることでは無く、あくまで患者本人が、汗が多いことで生じる不快感や汗冷えなどの悩みが改善されることです。

当院では、ワキ、手のひらの多汗症に対し外用抗コリン薬という種類の塗り薬での治療を行っております。これは、神経からの汗を出す指令を汗腺に伝わらないようにするお薬であり、健康保険が適用されます。冬でも汗に悩む方は少なくありません。

【温熱性発汗】



【精神性発汗】



人知れず悩んでいる方は、
どうぞ皮膚科へ
ご相談ください。



生活習慣病

骨粗しょう症の 予防



～健康寿命を延ばすために～



近年、生活習慣病(糖尿病、慢性腎臓病、脂質異常症など)が骨粗しょう症のリスクを高めることがわかっており、骨折による運動制限が生活習慣病の悪化を促進し、糖尿病による合併症や低血糖が転倒や骨折を引き起こすなど、悪循環が生じることもあります。骨折を防ぐためには、40歳頃から定期的に骨量を測定し、丈夫な骨を維持することが健康寿命の延伸に繋がります。

また日本国民全体の健康寿命の延伸と生活の質の向上を目指して、厚生労働省が進める「健康日本21(第三次)」の目標でも、生活習慣病の予防や重症化の防止、骨粗しょう症検診率の向上が掲げられており、無症状の段階で早期発見・予防することで骨折や要介護を防ぐことができます。すべての世代が骨の健康に取り組み、食事や運動、検査を通じて骨粗しょう症を予防することが、長い人生を健康に過ごす鍵となります。

生活習慣改善のきっかけづくりのためにも、ぜひ予約不要で手軽にご利用いただける、

『骨コツけんしん』や『スイスイ検診』をご活用ください。【放射線科 橋本良平】

寄って行こ～座開催 ☆ 予防について



9月27日(金)

昨年度より、当院認定看護師による患者さまや地域の方々向けの公開講座『寄って行こ～座』を開催しています。

今回は「予防」をテーマに開催され、認知症予防体操コグニサイズなど、皆さま楽しんで参加されていました。

次回は11月22日の開催です。

どなたでも参加できますので
皆さまぜひお越しください！



インフルエンザ ワクチンのお知らせ

インフルエンザワクチン 予防接種のご案内

実施期間(休診日除く)

内科・循環器内科
2024年 10月21日(月) ▶ 2025年 1月31日(金)

小児科

2024年 10月21日(月) ▶ 2024年 12月25日(水)
※フルミストは入次期となります。

お申込み(休診日除く)

一般：当日、新患窓口にて受付
午前 → 内科
午後 → 循環器内科

15歳未満：電話予約(022-266-9671)
10月1日(火)～小児科で実施
11時30分～16時30分まで

接種料金 ※フルミストは別料金となります。

初回 3,960円(税込)

2回目 2,970円(税込) ※小児科のみ

予診のみ 1,650円(税込)



着任のご挨拶

薬剤部 副薬剤部長



くどう よういち
工藤 陽一

出身地：福島県
趣味：花火大会
舞台鑑賞

JR 東京総合病院から16年ぶりに戻ってまいりました。これまでの経験を生かし患者さまから頼りにされる薬剤部づくりに貢献できるよう取り組んでまいります。これからどうぞよろしくお願いいたします。

看護部 第6階病棟



しみず
清水 マチ子

出身地：岩手県
趣味：食べること
料理

前職でも仙台市内の医療機関で働いてまいりました。仙台市の方々や、地域医療に貢献できるよう尽力いたします。よろしくお願いいたします。

看護部 第5階病棟



めが えみ
女鹿 絵美

出身地：宮城県
趣味：登山
特技：掃除

患者さまの気持ちに寄り添い、安心安全な看護を提供できるよう努めてまいります。よろしくお願いいたします。