



# ドラゴン号

第248号

発行日：令和6年9月1日

発行者：医療法人 博愛会 福田脳神経外科病院 新聞部

## 診察室から 頭の怪我

院長 福田 雄高

まだまだ暑い時期が続いています。毎年お盆の時期になると、似たような理由で頭を怪我して受診されることがあります。実家に帰省していた際におじいちゃんおばあちゃんの家でお孫さんが転んだ（慣れない環境で、さらに実家の古い家は段差があったりで



しょうか)、あるいは墓参りの際に墓石やお寺の階段つまずいてなどがそれです。頭皮は血流が豊富であり、頭を怪我した際は思ったより出血する場合があります。特に浅側頭動脈や後頭動脈といった動脈が切れている際は、なかなか血が止まりにくくびっくりされるかもしれません。頭を怪我した際の対応ですが、できるだけ出血している部位を圧迫することは重要です。意識を失った、意識状態が悪い、なかなか止血できない、など救急車を呼んだほうが良い場合もあります。特に頭部の単独外傷、血のサラサラの薬を内服している場合などは慎重に対応したほうが良いかといえます。

病院に来院されてから頭の傷を処置する際のポイント

- ・髪が生えている部位は、傷の周りの髪は切った方が縫いやすい。傷をしっかり確認し、出血している点を確認することは大事です。
- ・傷は消毒というよりもしっかり水で洗う。
- ・顔面は小さく細い糸針で、出血が多い頭の場合は大きい太目の糸針で縫合する。動脈が切れている場合は焼灼止血といい、動脈を焼いて止血しないといけないこともあります。
- ・切創といい、すばっと綺麗に切れている傷の際は、ステープラーという医療用ホッチキスで縫合処置を行うこともあります。
- ・挫創といい、綺麗でない創は糸針で縫った方がきれいになります。
- ・縫った後は自宅でしっかり洗ってもらった方が仕上がりは綺麗です。

傷は処置する医療者側の気持ちも重要で、研修医の先生が気持ちをこめて丁寧に縫った傷は綺麗だったりも感じます。

万が一頭を怪我した際は連絡ください。もちろん、慣れない祖父母の家であったり、お墓参りの際など転ばない様にじゅうぶん御注意ください。



*"Sin lluvia no habría arcoíris."* 「雨が降らなければ虹はでない」(ハワイのことわざ)  
台風一過、綺麗な虹ができました。

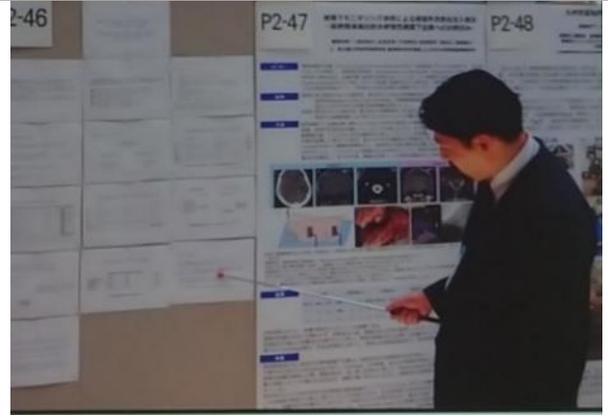


## 大園先生の勉強会がありました

年に1回院内でおこなわれる、院内勉強会がありました。講師は大園先生です。

勉強会の前に、今年6月に大阪で行われた第39回一般社団法人日本脊髄外科学会に大園先生が症例発表された際の様子を説明していただきました。  
他の先生方から興味深い発表であったと好評だったようです。

### 頸椎症性脊髄症に対する除圧術による自律神経障害への影響



### ★今回の勉強会のテーマは『頭痛』

#### < 頭痛 >

4～7 2時間続く  
(未治療もしくは治療が無効の場合)  
日常的な動作によって増悪する  
中等度～重症の痛み  
片側 (両側のこともあり)  
脈打つような痛み  
(締め付けられるような痛みのこともあり)



#### < 頭痛発作中の随伴症状 >

光や音に敏感になる  
吐き気を伴う、吐いてしまう  
  
約 25%の患者さんでは  
前兆 (閃輝暗点など) が頭痛に先行する

片頭痛の有病率は20代～40代の女性で高いものの、頭痛のために医療機関受診が一度もない方が7割前後、頭痛で定期受診される患者さんは2.7～5.6%と非常に少ない状況です。しかし、片頭痛のない生活を送ることを目標に頭痛に対する治療法も増えていきますので、頭痛でお悩みの方は、**当院の頭痛外来**をご利用ください。





## 給食室より ～経口補水液とスポーツ飲料の違い～

管理栄養士 N・A

熱中症や脱水予防によく用いられる飲み物としては、経口補水液とスポーツ飲料があげられますが、経口補水液とスポーツ飲料は、どう違うのでしょうか。

### 経口補水液

水分に塩分と糖분을一定の割合で配合した飲料。

吸収率が高いうえに吸収速度が速い。脱水状態になったときに塩分と水分を補給する。

スポーツドリンクに比べ糖分が少なく、塩分が多い。



### スポーツ飲料

水分、ミネラル、糖分、電解質をバランスよく配合した飲料。

浸透圧を下げ、胃腸への負担を軽減しながら吸収速度を上げる。

運動や重労働など、たくさん汗をかいたときに、脱水予防として用いる。経口補水液に比べ塩分が少なく、糖分が多い。



2つの大きな違いは塩分と糖分の量です。

大塚製薬の経口補水液「OS-1」500ml 当たり約 1.5g の塩分が含まれていますが、ポカリスエット 500ml 当たり 0.6g と半分以下なのです。

普段スポーツする時に給水目的で経口補水液を飲んでしまうと塩分の摂りすぎで高血圧などの原因になりかねません。「経口補水液」は日常的に使用するものではなく、脱水症の為の病者用の飲み物です。

普段の生活では水やお茶、スポーツ時にはスポーツ飲料、脱水時には経口補水液と、シーンに合わせて上手に飲み分けて、まだまだ暑い時期を乗り越えましょう！



# 糖尿病教室がありました

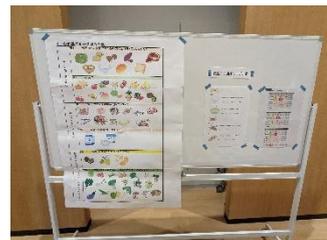
管理栄養士 N・A

8月に開催された第129回市民糖尿病教室に、糖尿病モデル食の献立・調理・指導で参加しました。市民糖尿病教室は年3回、8、11、2月にあります。内容としては、医師による講演、尿糖・血糖無料検査、モデル食展示・指導、情報展示です。今回はそれに加えて、フットチェックもありました。

糖尿病モデル食は、1440kcal・1600kcal・1840kcalの食事を朝食・昼食・夕食それぞれ作り、実際に調理した料理を展示しました。昼食に“ぶっかけそば”や夏野菜をとり入れ、夏らしい献立にかったかなと思います。参加者の方から、「他の麺だとどのくらい食べられるの?」「アルコールはどのくらい飲んでいいの?」との質問が多かったです。

また、情報展示では、“糖尿病食事療法のための食品交換表”に基づき、表1～6それぞれに分類される食品を、食品サンプルや表で展示し、1単位の麺量も食品サンプルで展示しました。

※写真は展示の様子です。



## 患者さまからの言葉

父に親身になって 寄りそっていただき  
本当にありがとうございます I.K



こんな感じのかわいいあざらしが ついた便箋で  
お言葉をいただきました。ありがとうございます。

## 土曜日の診療医変更の お知らせ



9/21 は大園先生です

9/28 は福田先生です