



【院是】すべては患者さん・利用者さんのために

# 南東北 ふくしま

令和5年10月1日 Vol.152

【発行】南東北福島病院・リハビリ南東北福島  
〒960-2102福島市荒井北三丁目1-13/TEL024-593-5100

## アスピリンと関節リウマチ



南東北福島病院 副院長  
整形外科 佐藤 弘一郎

佐藤先生・関節リウマチは古くから我々を苦しめてきた疾患であることは以前お話ししました。中国では漢方薬（生薬）で、西洋では温泉で治療してきたこともお伝えしてきました。では、ここで質問です。いわゆる近代西洋医学が始まったとされる時期に開発された関節リウマチ治療薬は何でしょう？

一郎君・先生、それはいきなりで難問です。ヒントをください。

弘子さん・近代西洋医学の始まったころですよ。近代ってヒントじゃない？十九世紀のどの時期かってことですよ。

一郎君・じゃあ、そのころに開発された鎮痛薬は何かっていうこと？

佐藤先生・そうだね。世界初の消炎鎮痛薬は何かって解釈してもいいかね。

一郎君・その薬は、現代でも使われているのですか。

佐藤先生・主に頭痛薬として使われているようです。関節リウマチ治療には使わないですね。

弘子さん・頭痛に？十九世紀の薬・・・アスピリンかしら。

佐藤先生・正解。ドイツのバイエル社で1899年に発売されたアスピリンだね。アセチルサリチル酸の商標名だね。

一郎君・ピリン系の薬ってこと？

佐藤先生・なるほど、そういう誤解が生じやすいね。アスピリンはアセチルサリチル酸でピリンではありません。

ピリンはピラゾロンの略です。商品名だとスルピリンとかSGです。

弘子さん・知り合いのおばさまが、バイアスピリンを飲んでいて話していたけれど、アスピリンとバイアスピリンは違うのですか？

佐藤先生・同じです。歴史的な問題です。アスピリン販売後、第一次世界

大戦でドイツは連合国に負けましたね。それで財産没収ということで、商標権を失ったようです。新たな商品名をといたところ、「バイエル社のアスピリン」でバイアスピリンとなったようです。

ちなみにバファリンもアセチルサリチル酸です。弘子さん・もう一つ質問があります。そのおぼさまは、リウマチではありません。脳梗塞です。脳梗塞の患者さんも消炎鎮痛薬が必要なのですか。

佐藤先生・アセチルサリチル酸は消炎鎮痛作用のほか抗血小板作用というのがあるって、血液を固まりにくくさせる作用があるので、その作用を利用して、脳梗塞再発予防に寄与しているのです。脳梗塞に使用する場合は、低用量治療と呼ばれています。バイアスピリン100mgですね。消炎鎮痛薬として使用する容量、つまり330mgだと血小板が固まりにくくなってしまうようです。それよりも少ない量だと抗血小板作用が十分に発

揮されるのだそうです。

もともとサリチル酸が消炎鎮痛剤として使用されていましたが、胃腸障害が多いということでサリチル酸をアセチル化させ、胃腸障害が減ったというのですが、実際はそうでもないようです。その後、ロキソプロフェンに代表されるような消炎鎮痛薬が開発され、現在に至っていますが、いまだに消炎鎮痛薬と胃腸障害の問題は解決されていません。

今回は、脳梗塞や虚血性心疾患の治療薬として知られているバイアスピリンが昔は関節リウマチ治療に用いられていたというお話でした。

**今月のなかみ**

- ▼2面 医療相談 課より、認定看護師より
- ▼3面 〓お口の健康教室「ホワイトニングについて」
- ②「栄養ひとコマ」
- モ「さつまいも」
- CS委員会ご意見箱
- ▼4面 〓ゆきうさぎ通信、今月のレシビ「鶏ささみときのこのとろみスープ」

# 知っていますか、ヘルプマーク

## 医療相談課より

赤地に白色の十字とヘルプマーク。皆さんも、公共交通機関や行政、商業施設で目にしたことがありませんか。これはヘルプマークと言われているものです。

このマークは外見ではわからなくても、義足や人工関節を使用している方、心臓、腎臓、呼吸器など身体内部に障害がある内部障害や難病の方、精神障害や発達障害、または妊娠初期の方など、手助けや配慮を必要としている方が、鞆など人目に触れやすい所に装着し、支援を必要としていることを周囲に知らせることが出来るものです。

ヘルプマークが考案されたのは2012年です。前年に発生した東日本大震災で障害を持つ方が、必要な支援を上手く伝えられなかったとの教訓もあり東京都で考案されました。約10年が経った今では全国に広がり、福島市内でも多くの場所で見られるようになっていきます。

福島市ではヘルプマークの配布以外に、ヘルプカー

ドも配布しています。提示することによって自分はどういう内容を手助けしてほしい、配慮してもらいたいという内容をより具体的に伝えることが出来ます。カードには緊急連絡先、選挙の際に投票所での支援を希望するかどうか、助けて欲しいことを自由に記入することが出来ます。

福島市では市役所（障がい福祉課、長寿福祉課）、保健福祉センター（保健所保健予防課）、支所・出張所で、希望される方1名につき1部を無料配布しています。ヘルプカードは市のホームページでもダウンロード出来ます。該当する方、必要な方はご相談してみてくださいいかがでしょうか。

また、更なる普及のためには皆さんの理解が必要です。ヘルプマークをつけた方が困っているような場面がありましたら、「どうし

（医療相談課 社会福祉士 後藤 優介）



# 皮膚・排泄ケア認定看護師より

## 認定看護師より

皆様、こんにちは。私は、皮膚・排泄ケア認定看護師の木幡と申します。突然ですが、看護師の特定行為というものを聞いたことがある方はいらっしゃいますか？

平成27年より厚生労働省では、質が高く安全な医療を提供するため「チーム医療」を推進し、高い専門性と業務を分担かつ連携しながら、患者の状態に応じた適切な医療をタイムリーに提供することを目的に創設して

います。福島市は、平成29年より福島県立医科大学において開講されました。県内では、181名の看護師が研修を修了して

います。私は、令和2年に修了し現在院内で活動中です。私は、「創傷管理関連」

「栄養及び水分管理に係る薬剤投与関連」という2つの区分を修了し、床ずれや創傷に関する処置と点滴の量の調整などが、医師の手順書（指示）に基づいて評価・実施可能



です。現在は院内で、「創傷管理関連」を主軸として日々ケアをおこなっています。今後、近隣の施設や訪問看護へと活動の場を拡大し、地域と連携・協働したいと考えております。特定看護師の介入するメリットは、患者の症状の回復・苦痛の軽減が早期に図れること、医師の業務軽減、医療（介護）者と共に患者の評価や話し合いをすること、医療（介護）者としての満足度が高まります。在宅や施設等で床ずれや創傷、ストーマの管理に困っているなどありましたら、お気軽にご相談ください。患者・ご家族・メディカルスタッフの一助になれば幸いです。

（皮膚・排泄ケア認定看護師 木幡 真利子）



# ホワイトニング②

## お口の健康教室

今回はホワイトニングの治療内容について詳しくお話したいと思います。

歯科医院で行う医療ホワイトニングは大きく分けて2種類あり①オフィスホワイトニング ②ホームホワイトニング それぞれについて説明したいと思います。

最短1回から効果を実感できるメリットがある反面、副作用として知覚過敏が出現しやすい、歯肉炎になりやすい（高濃度の薬剤を使用するため）、一回の治療に時間がかかるデメリットがあります。

①オフィスホワイトニングとは、来院時に時間をとってその場で行うものを指します。

マウスピースを作製します。  
2.完成したマウスピースに薬剤を自身でいれ、約2週間かけて毎日1.5~2時間程度マウスピースを装着し薬剤を反応させることで徐々に白くしていきます。  
メリットとしては副作用である知覚過敏症状がでにくいことが挙げられます。  
デメリットとして、即効性はないため治療完了まで数週間程度を要する点です。  
どちらが正解という治療ではないですので、患者さん個々の生活状況等は



に合わせて治療を選択していただくのが良いかと思えます。  
興味のある方は一度歯科医院にて相談してみましよう。  
(歯科口腔外科 歯科衛生士 澁谷美咲)

# 栄養ひとくちメモ

## 【さつまいも】

中央アメリカ原産で、日本では江戸時代に薩摩地方（鹿児島県）から全国に伝わったため、「さつまいも」とよばれるようになりました。

便秘の改善に効果的です。皮にも食物繊維やビタミン、ミネラルが豊富に含まれているので、皮ごと食べるとより栄養を効果的に摂ることができます。皮の紫色には抗酸化作用の高いアントシアニンが含まれています。よく洗って皮も活かしましょう。

は入れずに、新聞紙に包んで風通しのよい冷暗所で保存します。  
さつまいもを消化する時に発生するガスの種類は炭酸ガスで、臭さの素になるアンモニアがほとんど含まれていないため、おならは臭くなりなく、と言われています。（参考：とれたて大百科）

（栄養管理課 管理栄養士 高野夏美）



# CS委員会

## ご意見箱

当院では院内にご意見箱を設置し、皆様からご質問やご感想を受け付けております。

お寄せいただいたご意見の中から、当院からの回答を合せてご紹介いたします。

### ＜ご意見＞

入院中に家族から食べ物の差し入れをしてもらいましたが、病院側から断られ持ち帰ってもらいました。差し入れは認められないのですか。

### ＜回答＞

食事内容は患者さんの治療に応じた内容を提供しております。治療上の食事制限や衛生管理の面から原則として食べ物の持ち込みはご遠慮いただいておりますのでご了承下さい。入院中のお食事栄養士が受けたいしますのでいつでもお申し出下さい。



# ゆきこうさいぎ通信



発行  
リハビリ南東北福島

## ピアガーデン

8月、リハビリ南東北福島の入所フロアでは「ピアガーデン」を開催しました。

色とりどりの提灯で飾られた会場と法被姿のスタッフに、ご利用者様の期待も高まります。

今回は、いなり寿司、五目粥、から揚げ、すいか等の特別メニューのお



膳に加えて会場で「餃子」が焼かれ、おいしそうな香りが漂い食欲を誘いました。

また、種類豊富なお酒やソフトドリンクも用意され、ご利用者様はメニュー表を見ながら「沢山あって迷う」「何がいいかな」と真剣な表情で選ばれていました。

「乾杯!」の声で、ピアガーデンが始まり、久



しぶりに嗜むお酒や美味しい料理に笑顔がこぼれました。普段は小食の方にも沢山召し上がって頂け「おいしいよ。お酒も久しぶりに飲めて嬉しい」「餃子おかわり」と私たちスタッフも嬉しい声を聞く事が出来ました。

(介護福祉士 穴戸 沙織)



## 今月のレシピ

### 鶏ささみときのこのとろみスープ



つるりとした喉越しのスープ。具たくさんで栄養たっぷりです!

#### 作り方

- ①煮干しは内臓と頭を取り除き、腹側から2枚に開く。鍋に水カップ3を注ぎ、煮干しをいれて中火にかける。沸騰したら弱火にして約15分煮る。
- ②ささみは繊維に沿って斜め薄切りにして、片栗粉を表面に薄くまぶす。えのきは根元を落としてほくす。
- ③①の鍋に②のささみと千切りにしたにんじんを加え、菜箸でほくして約3分煮る。塩小さじ1/3、しょうゆ小さじ1/2を加え、水溶性片栗粉を回し入れ、とろみを付ける。
- ④②のえのきを加え、さっと煮たらこしょうを少々振り、火を止める。器に盛り、細ねぎをのせる。

#### 効用

きのこは食物繊維が豊富です。便通を良くしたり、糖尿病、動脈硬化、大腸がんなどの生活習慣病の予防に役立ちます。

#### 材料(2人分)

- 鶏ささみ ……3本 (180g)
- えのき ……2袋
- にんじん (千切り) ……10g
- 煮干し ……約7g
- 細ねぎ (小口切り) ……適量
- 水溶性片栗粉 (片栗粉大さじ1・水 大さじ1)
- 片栗粉 (ささみにまぶす用)
- 塩 ……小さじ1/3
- しょうゆ ……小さじ1/2
- こしょう

南東北 ふくしま vol.152

発行日 令和5年10月1日  
 発行 (一財)南東北福島病院  
 リハビリ南東北福島  
 住所 〒960-2102  
 福島市荒井北三丁目1-13  
 ☎024-593-5100  
 印刷 石井電算印刷株式会社

リハビリ南東北福島 栄養管理課