



診察室から～片頭痛と緊張型頭痛～

院長 福田 雄高

頭が痛いときに、CTやMRIなどの画像検査を行うも特に問題ない場合、一次性頭痛という病気があります。代表的なものとして、片頭痛と緊張型頭痛があります。

日本国内における片頭痛の有病率は人口の5-10%、緊張型頭痛は20%（実に2000万人以上）と報告されています。

	片頭痛	緊張型頭痛
頭痛の部位	片側 但し若年では両側のことも	あちこち（両側） 頸部痛やめまいを伴うことも
性状	拍動性	圧迫、締め付けられる様な
吐き気	あり	なし
痛いときは	暗くして横になりたい	動いたほうが楽
前兆	目がちかちか（閃輝暗点） 体がチクチク（感覚の異常）	
誘発因子 増悪因子	まぶしい光、におい 月経周期、空腹 天候の変化、温度差 睡眠不足、睡眠過多 ストレス、疲れなど	ストレス、肩こり 長時間の同一姿勢 不自然な姿勢 パソコン、眼精疲労
治療	トリプタン系 頻回な場合は予防薬も	鎮痛剤 但し使用過多には注意

（あくまで典型的な分け方であり、混合性頭痛といい、2つの特徴が合わさっていることもあります。）

片頭痛の治療で、痛みが強い際はトリプタン系という薬の皮下注射が有効な場合もあります。トリプタン系の内服により痛みが抑えられる方もいます。また痛みが頻回な場合は、予防の薬を使用することもあります。

一次性頭痛は、あくまで頭の中に明らかな頭痛の原因となるような病気がなかった際の診断です。①突然、②今まで経験したことがない、③いつもと様子が異なる、④頻度と程度が増していく、⑤50歳以上ではじめて頭痛を認めた際は、生命の危険も存在する二次性頭痛の可能性もあります。二次性頭痛を否定する為にはMRIによる画像精査が非常に重要なものと考えます。

もちろん、片頭痛や緊張型頭痛以外にも、神経痛、髄膜炎、副鼻腔炎、群発頭痛、動脈炎、労作性頭痛など様々なタイプの頭痛が多くあります。

おかしいなという頭痛を認めた際は、遠慮なくまずは御相談ください。

佐賀平野の空と川

平和で何事もなく過ご
してきたいものです。





新年度各委員会委員長からの挨拶

令和二年度がスタートしました！！
一年間、よろしくお願いいたします！！

医療安全対策委員会



委員長 J, S

医療安全対策委員会では、医療事故の予防を推進し、患者様に安全な医療サービスを提供することを目的としています。

職員一人一人が医療安全の必要性・重要性が認識でき、日々の業務の中で事故防止に努められるよう院内研修の実施。また、病院内で起こった事例を全職員で情報共有するなどを中心に活動を行っています。

メンバーのみならず職員全員で患者様・ご家族さまに安心して外来通院・入院生活を送って頂ける様努めていきますので、今年度もよろしくお願いいたします。

褥瘡予防対策委員会



委員長 K, S

皮膚の健全さが損なわれると痛みや不快・かゆみなどの苦痛を感じることとなります。当委員会では入院中に発生したトラブルだけではなく、入院時に持ち込まれた褥瘡や創傷に対しても積極的に介入し健全な状態となることで苦痛の軽減・予防が図れるようサポートすることを目的とし「褥瘡予防・治療・再発防止」「創傷の管理」を中心に活動しています。

入院時に患者様の皮膚や生活状況・持病などから褥瘡やスキントラブルの発生リスクを評価し個人に応じた予防ケアを行い、また、当院では手術を受ける患者様もいらっしゃいますのでケアの統一を図り術後感染の予防に努めています。委員会メンバーだけではなくスタッフ全員が知識・技術を習得し同じ目標を達成するために定期的な勉強会を行い、患者様の健やかな皮膚・笑顔のために日々研鑽を重ねてまいります。今年度もよろしくお願いいたします。



院内感染対策委員会



委員長 A, S

現在世界中にて新型コロナウイルスが蔓延しています。

当院では、面会制限やアルコール製剤を使用しての手指消毒などを行い感染予防を行っています。

今後も患者様・ご家族様にはご迷惑をおかけすると思いますが、安心して当院に滞在していただけるように委員会メンバーを中心に職員一同で感染管理に努めてまいります。

N S T給食委員会



委員長 A, F

給食員会では、食事に関する意見、要望を受け、献立の改善や料理内容の見直しを行っています。また、残食が多い患者様について、食事形態の見直しを行ったり、食事量の調整や栄養補助食品の検討など、栄養サポートチーム（N S T）と連携して、患者様にあった食事提供が出来るように話し合いも行っています。病棟へ行き、ベットサイドで直接患者様のご意見を頂いたり、多くの栄養指導など出来ればと思っています。 本年度も宜しくお願い致します。

院内情報委員会



委員長 Y, S

情報委員会では、患者様の満足向上を図る委員会です。そして役割の一つに広報活動もあります。4月1日よりホームページをリニューアルしました。以前より写真が多く、明るく、解りやすいものになったと思います。メンバーを中心にスタッフ皆で、患者様に選んでもらえる病院、受診して良かったと思っていただけるような病院づくりを行っていきます。

一年間宜しくお願い致します。

スタッフ一人一人が各委員会に所属しています。

委員会は毎月1回開催されています。

院内感染・医療安全・褥瘡委員会は年に2回勉強会を開催し、スタッフの意識の統一やスキルアップを図っています。



手洗いについて

新型コロナウイルス感染症の多くは
飛沫感染と接触感染です。

その予防策として

マスクの着用・手洗い

があげられます。

感染を拡大させないため、
一人一人が対策を行いましょう。



手洗い手順 (石けん液) © SARAYA CO., LTD.

SARAYA
<http://www.tearai.jp/>

- 1 1 まず手指を流水でぬらす
- 2 2 石けん液を適量手の平に取り出す
- 3 3 手の平と手の平をすり合わせよく泡立てる
- 4 4 手の甲をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)
- 5 5 指を組んで両手の指の間をもみ洗う
- 6 6 親指をもう片方の手で包みもみ洗う(両手)
- 7 7 指先をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)
- 8 8 手の甲をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)
- 9 9 両手首までていねいにもみ洗う
- 10 10 流水でよくすすぐ
- 11 11 ペーパータオルでよく水気をふき取る

◆ゴールデンウィーク診療予定◆

5/1 (金)	5/2 (土)	5/3 (日)	5/4 (月)	5/5 (火)	5/6 (水)	5/7 (木)
通常通り	通常通り	休 診	休 診	休 診	休 診	通常通り

※具合の悪い方・急患はこの限りではありません。

