

あかし

特集

陥入爪について



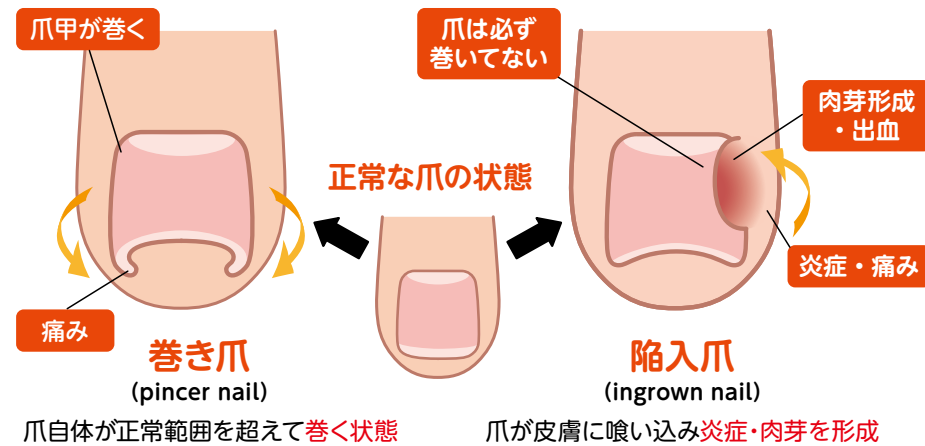
公益財団法人
会田病院

Vol. **139**

2023年10月15日発行

陥入爪・巻き爪とは

巻き爪も陥入爪も同じ意味合いで厳密には異なる状態です。巻き爪とは爪の端が内側に巻き込んで変形した状態のことをいいます。巻き爪の縁が皮膚を傷つけ炎症を起こすこともあります。曲がっているだけで症状が全くないこともあります。陥入爪とは、爪の端が周りの皮膚に食い込んで傷を作ってしまう、痛みや炎症が起きている状態のことをいいます。巻き爪にしても陥入爪にしても炎症によって周囲の腫れが悪化し、さらに爪が食い込むことで炎症が悪化する悪循環に陥ります。炎症が長引くと感染の原因となり、膿が出てくることもあります。



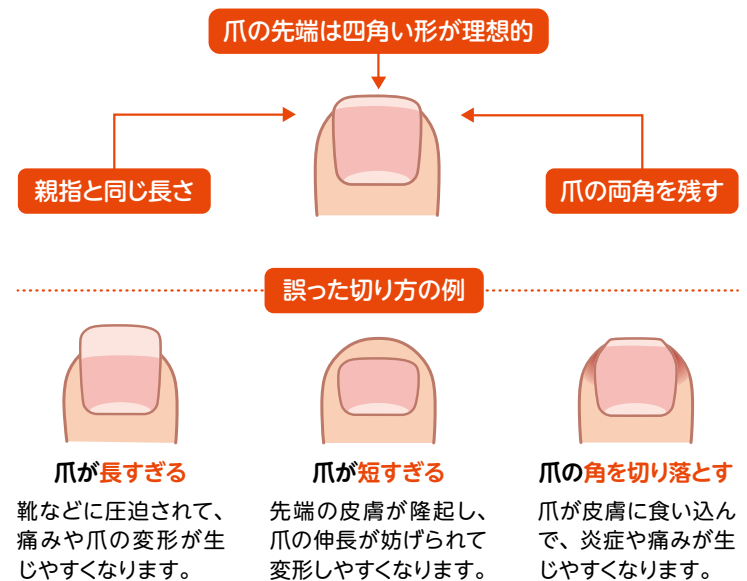
陥入爪の予防

まずは普段からフットケア(足のお手入れ)をすること、足をきちんと洗い清潔に保つことが第一歩です。足を洗うときは擦りすぎず丁寧に洗い、傷を作らないように気をつけることも大切です。また、水虫(白癬)などがあるときは、早めに皮膚科を受診し適切な

治療を受けるようにしましょう。爪切りの方も重要です。深爪や端を斜めに切り込むような切り方は陥入爪の原因となります。足の爪の長さは足の指先くらいに揃え爪の先端が四角い形になるように切るのが良いとされています。

爪のトラブルを避けるための正しい切り方

- ① できるだけ入浴後など爪が軟らかい時に切りましょう
- ② 割れないように端から少しずつ切りましょう
- ③ 先端が四角い形になるように切りましょう
- ④ 先端が親指と同じ長さになるように切りましょう
- ⑤ 両角を短く切り落とさないように注意しましょう



陥入爪・巻き爪の原因

靴による爪の圧迫など、機械的な力の影響や、爪白癬などの疾患が原因になることもあると言われています。陥入爪では爪の縁に爪棘という爪がトゲ状になった部分ができていることが原因になることが多いです。爪棘は深爪など間違った爪切り方法によってできる爪の切り残り、もしくは外からの刺激で割れたり、欠けたりしたことから棘状になった爪のことを言います。爪棘を生じる原因は様々です。若年者はスポーツや外傷などの外的刺激によつて爪が割れて爪棘を生じることが多いです。一方、高齢者では爪が厚いことや、巻き爪をとまなっていることや身体が硬くて足の先まで手が届きにくいことなどの理由から、爪を切ることが難しく、爪切りに失敗し爪棘ができてしまうようです。また、深爪といった間違った爪切りや、サイズの合わない靴、肥満などは陥入爪の原因となります。

治療法について

保存的治療

保存的治療としてはコットンパッキング法、テーピング法、ガター法などがあります。いずれの方法も(綿やテープによる牽引、チューブを用いて)爪棘と皮膚の間を作り、これ以上周囲の皮膚に食い込ませないようにして炎症が落ち着くのを待つ治療法です。



外科的治療

外科的治療としてはフェノール法(局所麻酔下に部分的に抜爪してフェノールで爪の根元を腐食させる方法)などがあります。保存的治療では改善が見込めない時に外科的治療を検討します。感染が合併し膿瘍を形成するような場合には切開排膿が必要になったり、複雑な状態の場合には形成外科や皮膚科など専門医に相談が必要になったりすることもあります。



医師紹介



新任



うえだ もとふみ
消化器内科 医師 上田 基文

2023年10月より消化器内科で勤務させていただくことになりました上田基文と申します。埼玉県出身で2016年に東京医科大学を卒業し、東京医科大学病院にて研修後、2018年より東京医科大学病院消化器内科に所属しております。この度は縁あって会田病院で勤務させていただく機会を頂戴しました。内視鏡検査を中心に消化器疾患の診療をさせていただきます。福島県での勤務は初めてですが、皆様の健康推進に貢献できるよう努めて参ります。健康上の不安など何かお困りのことがありましたらお気軽にご相談いただければ幸いです。どうぞよろしくお願いいたします。

診察日・受付時間

火曜 | 13:00～16:30
木曜・土曜 | 8:00～11:30 (木曜月1回休診)



リハビリ出前講座

当院リハビリテーション科では、地域リハビリテーション事業の一環として、地域の方々へ、介護予防や健康指導等を実施しています。今回は、8月22日に白河地区のサロンに出向き、腰・膝・足の痛み予防エクササイズをテーマに、講演をさせていただきました。毎日続けて行ってもらえるよう、座ったまま行える運動やストレッチの方法、日頃の生活の中での注意点などをお話させていただきました。今後も、地域みなさんの健康が長く続くよう、介護予防などの様々な活動を行っていきます。



ご寄附のお願い

当法人の活動に対しご理解とご賛同をいただき、ご支援を賜りたく存じます。寄附金には、税法上の優遇措置が適用されます。詳しくは、ホームページをご覧ください。

[ホームページ] <http://aida-hp.or.jp/aboutus/donation/>



NEWS (お知らせ) × INFO (情報) × EVENT (行事)

高校生の1日看護体験



7月26日に福島県看護協会主催の高校生一日看護体験に、6名の高校3年生が参加しました。白衣を着て、バイタルサイン測定・手浴などの看護師の仕事体験し、車椅子体験、BLS (Basic Life Support: 心肺停止または呼吸停止に対する一次救命処置) 体験も行いました。実際に患者様と触れ合うことはできませんでしたが、体験を通して看護の仕事に興味を持っていただくことができたようです。

6病棟夏祭り

8月22日。6病棟で夏祭りを開催させていただきました。金魚すくい、輪投げ、ヨーヨー釣り、かき氷などの出し物に、「懐かしい」「楽しかった」と嬉しい感想も聞かれ、患者様にささやかながらも夏を感じていただけたようでした。



★ 高得点者には金メダル！ ★
★ 中身はなんとティッシュです ★



山形から福島に転居し、会田病院に就職して14年目になります。「こじんまりしたリハビリが良いな。」と思い選んだはずが、この13年でリハビリテーション科のスタッフは45名に増えていました。各々個性がありそうですが「患者様が、その人らしい生活ができるように支援する」という気持ちはスタッフ皆同じです。患者様や利用者様が希望する、その人らしい生活をどうしたら実現できるかを一緒に考え、獲得に向け支援する。それがリハビリの仕事です。私は患者様に対してほんの少しのお手伝いしかできませんが、その方が目標を達成した時は一緒に喜んで大喜びします。また、その方が取り組んだ日々のリハビリ過程が一番の結果だと思うので、その過程や小さな変化と一緒に喜んであげられる存在でいたい、いつも心掛けています。最近では、市町村の事業にも参加し（※P5「リハビリ出前講座」参照）、病院や施設以外でのリハビリの必要性や、予防す

🔍 スタッフ募集中

共に働くスタッフを募集しています。地域に根ざし、愛され、心が通う病院づくりに積極的に取り組み、地域社会に貢献したいと思っています。募集内容は当院ホームページをご覧ください。

【お問い合わせ】人事・経理課

【電話】0248-42-2121

【メールアドレス】ahp@aida-hp.or.jp

【ホームページ】

<http://aida-hp.or.jp/recruit/>



る事の重要性をお伝えする機会がたくさんありました。質問や「運動続けているよ。」とお声をかけて頂くと、少しでも皆様のお役に立てたのかな、とありがたく感じます。そして、様々な場所では会田病院リハビリテーション科Ⅱオレンジ色（リハビリスタッフの制服色）と覚えていただいたような気がします。地域の皆様にも、今後さらにオレンジ色が浸透するよう、私も日々努力をしていきたいと思っています。

その人らしい生活を支援する

リハビリテーション科
主任 鈴木 友美

行事食紹介
夏祭り

お品書き

- ・焼きそば
- ・ホットスナック（たこやき・ポテト）
- ・カクテルサラダゼリー
- ・チョコムース

8月の行事食として、夏祭りの雰囲気味わっていただけるよう、縁日らしいメニューを提供しました。焼きそばやたこやきの他に、当院オリジナルメニューのカクテルサラダゼリーを添えました。太陽の光をたっぷり浴びた、キュウリやトマト、オクラ、コーンなど、彩り豊かな夏野菜をふんだんに使用し、見た目も涼しげなサラダとなっています。患者様からは、「いつもと違うご飯だと思った！お祭りみたいでいいね。」「焼きそば好きだから、食べられて嬉しい。」と感想をいただきました。

写真は1日あたり1800kcal 献立内容となっております。

TOPICS

インフルエンザ予防接種のご案内

10月10日(火)から15歳以上の方を対象にインフルエンザ予防接種の予約を開始いたします。

窓口での予約となっておりますので、お手数ですがご来院での予約をお願いいたします。今年度はインフルエンザの感染者が季節問わず出ている状況です。より流行する時期になる前に早めの接種をおすすめ致します。また当院ではその他にも色々な予防接種を行っておりますので、予約の希望やご不明な点などあれば医事課までお気軽にお問い合わせください。

その他の予防接種

肺炎球菌
麻疹・風疹
带状疱疹



会田病院の理念

かけがえのない、ひとり一人の命と
健康を守るために、最良の医療を提供し、
保健・医療・介護・福祉の充実をはかり、
地域社会に貢献します。

公益財団法人 会田病院

理事長 会田 征彦

〒969-0213 福島県西白河郡矢吹町本町216番地

☎ **0248-42-2121** 

FAX 0248-42-2348 WEB aida-hp.or.jp

併設 健診センター

〒969-0213 福島県西白河郡矢吹町本町216番地
TEL 0248-42-3592 FAX 0248-42-2226

併設 すみれ訪問看護ステーション

〒969-0213 福島県西白河郡矢吹町本町198番地
TEL 0248-44-2566 (FAX兼)

併設 会田病院指定居宅療養管理指導事業所

〒969-0213 福島県西白河郡矢吹町本町198番地
TEL 0248-42-5407 (FAX兼)

併設 すみれ介護相談センター

〒969-0213 福島県西白河郡矢吹町本町198番地
TEL 0248-42-3755 FAX 0248-42-3781

併設 会田通所リハビリテーション

〒969-0213 福島県西白河郡矢吹町本町260番地
TEL 0248-42-2260 FAX 0248-42-2135



無料送迎バスのご案内

会田病院では、ご自宅と病院を無料でつなぐ送迎バスを運行しています。ご予約は下記までお気軽にお電話ください。

ご予約時間 月～金 13:00～16:30 | 土 9:00～12:00

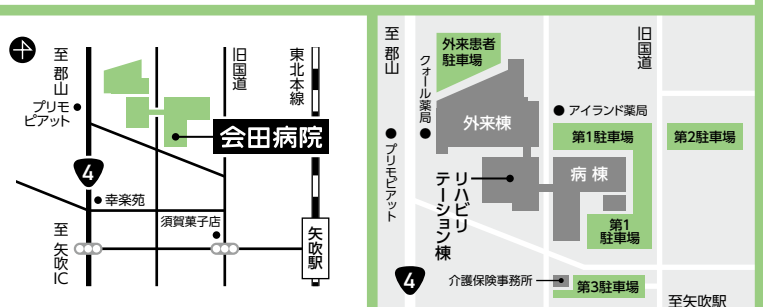
ご予約はコチラ **0248-42-2121**

① ご予約は送迎前日の午後4時30分までにお願いします。

② 乗車時間はご指定いただけません。



アクセスと駐車場のご案内



外来診療担当について

外来診療担当は、当院のホームページにてご確認ください。院内で配布している「外来診療担当のご案内」をご覧ください。

[ホームページ]
<http://aida-hp.or.jp/attending/>



ご意見ご感想を募集中です

「あゆり」に関するご意見、ご感想を募集しております。特集してほしい内容や改善ポイントなど内容は問いません。宛先は下記の通りです。

[宛先] 福島県西白河郡矢吹町本町216番地
公益財団法人会田病院 広報編集委員会
[メールアドレス] ahp@aida-hp.or.jp

[発行]
公益財団法人会田病院

[編集]
広報編集委員会

[発行日]
2023年10月15日