

公立甲賀病院だより 5月号



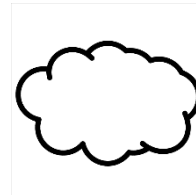
当院を受診される際は、診察カードをご持参ください（お問合わせの際にもお手元にご用意ください）。

病院の理念……私たちは、個人の人格を尊重し、思いやりの心をもって
信頼される全人的医療を実践します。



紫外線のお話

皮膚科部長 山本 文平



紫外線と言えば夏のイメージですが、5月頃から強くなってきています。ここで紫外線（UVA、UVB）の皮膚への影響を考えてみましょう。

- ① UVA：通常ガラスを通過します。真皮の深い所まで到達し、ゆっくり皮膚老化（しわ）を誘発します。
- ② UVB：ガラスをほとんど通過しません。日焼けの原因はこの紫外線です。また皮膚のDNAを傷つけ皮膚癌の原因になります。皮膚の免疫細胞を減らします。

紫外線と言えば今や名高い悪者。お肌の老化やしみ、皮膚癌の原因の多くは紫外線です。日焼け止めなどを上手に使うことで日光から皮膚を守りましょう。UVAに対する予防効果はPAで、UVBに対してはSPFで表示されています。

さて紫外線は実は良いこともしています。多くはUVBで、免疫を抑制し、様々な皮膚病を軽快させる効果があります。紫外線照射による治療も存在しています（ただし免疫力が下がるので、ヘルペスやニキビなど感染症は悪化します）。

さらに近年、かゆみを減らす効果も発見されました。湿疹や皮膚の乾燥があると、かゆみの神経が皮膚の表面近く、さらには角質内にまで伸びてきます。そうすると少しの刺激でかゆみを感じてしまいます。ここにUVBがあたると敏感になっている神経が元に戻っていき、かゆみが軽快するのです。かゆみある方は、焼きすぎに注意しつつ日光浴してみるのもよいかもしれません。上手に紫外線と付き合っていきましょう。

☆総合相談窓口☆をお気軽にご利用ください。

日時：月曜日～金曜日（祝日を除く）8時30分から17時15分

場所：診療棟正面ホール 相談コーナー

※当院職員にお声掛け願います。

★ 当院では、以下の職員を募集しております ★

募 集 職 員：常 勤…保健師、助産師、看護師

非常勤…看護師、メディカルヘルパー、臨床検査技師、

保育士、医師事務作業補助者

お問合わせ先：人事課（電話：0748-62-0234（代表））