

きんもくせい

やさしい香りのように、広がる安心と医療の輪

診療科から▶▶▶ 皮膚科・皮膚腫瘍科

気になるシミに —正しい診断と安心のレーザー治療—

病院だより
令和7年9月号

vol.
147



Qスイッチレーザー治療を行っている様子



Topics

市民公開講座のお知らせ

- ・10/11(土) 2025こどもの健康週間 家族性高コレステロール血症の知識と健康習慣
- ・11/30(日) 第3回しずおか口腔ケアフォーラム 市民公開講座

診療科から



皮膚科・
皮膚腫瘍科

気になるシミに
—正しい診断と安心のレーザー治療—

●はじめに

年齢とともに気になるシミや、先天的・外傷によるあざなど、シミやあざに関するお悩みは多く見られます。当院では、令和7年6月から、QスイッチNd:YAGレーザーを用いて、シミやあざに対する治療を行っています。今回はその治療方法や対象疾患についてご紹介します。



Qスイッチレーザー治療

●QスイッチNd:YAGレーザーとは
色素に反応するレーザーで、シミやあざなどを除去することを目的に使用します。このレーザーは、1064ナノメートル(以下「nm」と532nm

という2種類の波長を使い分けるところができ、対象となるシミやあざによって波長を変えて治療を行います。532nmという波長のレーザーは、メラニン(肌の色素)によく吸収されます。また、皮膚の浅い部分までしか届かないという特徴があるため、肌の表面に近いところにある病変の治療に適しています。一方、1064nmの波長のレーザーは、メラニンへの吸収がゆるやかで、皮膚の深いところまで届きます。そのため、肌の奥にある色素の病気の治療に使われます。

●治療の対象となる疾患

QスイッチNd:YAGレーザー治療の対象となる疾患について簡単にをご紹介します。

▽老人性色素斑
ろうじんせいしきそはん

中高年以降の顔面や手の甲からひじの



老人性色素斑



雀卵斑

あたりまでなどの紫外線曝露が多い部位によくみられます(図a)。

▽雀卵斑
じゃくらんはん

幼小児期より顔面や頸部、前腕などの日光に当たりやすい部分にみられる3mmまでの茶色いシミ。思春期に最も顕著となります(図b)。

▽扁平母斑
へんぺいぼはん

小さいもので爪ほど、大きいもので手のひらほどのうすい茶色の平らなあざ。多くは生後から乳幼児期に生じます。

▽太田母斑
おたぼはん

薄い青みがかったあざが顔面の片側に生じる。乳児期や思春期の女子によく見られます(図c)。

▽異所性蒙古斑
いしょせいもうこうはん

腰殿部(腰からおしり周辺)以外に生じる蒙古斑。蒙古斑は乳幼児のほぼ全例でみられる青色斑で、通常学童期までに消退します。腰殿部以外に生じたものは自然に消えにくい傾向があります(図d)。

▽外傷性刺青
がいしやうせいしせい

けがをした際に、皮膚の奥の方(真皮)に異物が入り込み、その部分に色がついてしまったものです。



ADM(後天性真皮メラノサイトーシス)



肝斑



異所性蒙古斑



太田母斑

▽ADM(後天性真皮メラノサイトーシス)
ほおや鼻の周りにできる直径1〜3mm程の小さなうす茶色のシミ。思春期〜中年の女性によく見られます(図e)。

▽肝斑

30代以降の女性によく見られる、ほおの辺りを中心とした顔の左右にほぼ同じ場所にてきていて、はっきりした境目が無いという茶色のシミ。紫外線やホルモン分泌の変化などの影響を受ける。内服治療も選択肢となります(図f)。

肝斑(かんぱん)や炎症のあとに残った色素沈着には、後述する「レーザートーニング」という方法で治療が可能です。

●レーザートーニングとは

肝斑を含む皮膚の表面近くにできるシミやあざ、肌の炎症や傷の跡を対象とした照射治療です。1回で症状を改善するのではなく、低出力で複数回照射することにより、徐々に症状を改善させていく治療です。その他にも肌質、テクスチャー(肌のキメ)の改善、毛穴縮小効果の報告があります。

●施術による炎症後色素沈着を避けるスキンケア

シミがレーザーに反応すると痂皮(かさぶた)ができます。その痂皮が剥がれると薄いピンク色の皮膚となり、その1〜2カ月後に色素の増強がみられることがあります。これを炎症後色素沈着(PIH)といいます。シミ治療では約40〜50%の方にPIHが起こると言われています。PIHとなった後は3カ月〜半年ほどで自然に消え、目立たなくなっていくきます。このPIHの発生をなるべく抑え、色素沈着を改善するためには適切なスキンケアが必要となります。より良

い治療結果を得るためには、治療を受ける方ご自身による正しいスキンケアがとても大切です。日々のケアが回復への近道です。

●レーザー治療を受ける際の注意事項

レーザー治療の費用等は当院のホームページにてご確認いただけます。出血しやすい病気がある方やがんの治療中の方、妊娠中の方などは、問診の結果によってはレーザー治療ができない場合があります。

●おわりに

一概にシミといっても1種類ではなく混在している場合もあります。まずは正しい診断を受けることが重要です。また、皆さまがシミと思っている皮疹(肌のトラブルや症状)の中には、皮膚の悪性腫瘍が混ざっていることがあります。悪性腫瘍が疑われた場合にはレーザー治療ではなく、皮膚生検による診断が必要になります。的確な診断から手術、さらには化学療法まで当科で一貫した診療が可能です。悩んでいる皮膚の症状があれば、是非一度当科にご相談ください。(当院の受診には、原則、紹介状が必要です。)レーザー治療を通してより一層患者さまやこの地域の医療に貢献してまいります。

画像引用..

あたらしい皮膚科学第3版 清水宏著 中山書店(a, d, f)

最新皮膚科学大系第11巻母斑・母斑症・悪性黒色腫 玉置邦彦, 他 著 中山書店(e)

看護部通信

助産師として忘れられない一場面

助産師になって10年が過ぎました。これまで私が担当した分娩の中で一番心に残っている一場面をご紹介します。

夜勤で受け持った妊婦さんは、昼間から誘発分娩※が開始され、定期的にくる陣痛に耐えていて、この痛みから早く解放されたい、痛みに耐えられないと弱気になっている様子でした。私はベッドサイドで背中や腰をさすったりお尻を押さえたりして夜間一緒に過ごしました。陣痛室の窓の外が徐々に明るくなり、「朝が来た」と一晩乗り越えた安心感と新たな一日の始まりを感じました。それと同時に妊婦さんも「赤ちゃんに会いたい!だから産む!」と痛みに打ち勝とうとする強い姿勢が見られるようになりました。すると妊婦さんの思いに応えるかのように分娩が加速し、無事に元気な男の子を出産されました。分娩室には赤ちゃんの元気な泣き声が響き、これまでの疲労はどこにいったのか、笑顔で我が子を愛おしそうに抱きしめる



▲赤ちゃんにミルクをあげる助産師

お母さんの姿があり、その笑顔はだれよりも美しかったことを覚えています。

私は、お母さんのそばにいたいことしかできませんが、赤ちゃんが産まれる素晴らしい瞬間に立ち会える助産師という仕事に誇りとやりがいを感じています。今後も助産師として、たくさんの妊婦さんと赤ちゃんとの出会いを大切にしていきたいです。そして、お母さんが赤ちゃんとお過ごす大切な日々を愛おしいと感じることができるよう寄り添い、微力ながら携わっていきたいと思っています。

※誘発分娩:薬や処置で陣痛を起こして分娩を促す方法

..... RECRUIT

令和8年4月採用職員募集

募集中の職種 (正規職員)

職種	試験日	受付期間	採用予定日
救急救命士	令和7年 9月30日(火)	令和7年7月30日(水)～9月18日(木)	令和8年4月1日 ※経験者は応相談
社会福祉士(MSW)	令和7年 9月30日(火)	令和7年8月 8日(金)～9月18日(木)	
視能訓練士	令和7年10月 8日(水)	令和7年6月27日(金)～9月24日(水)	

会計年度任用職員(非常勤職員)

看護師、メディカルエイド ※随時募集しています。

【採用担当者から】

当院では、質の高い医療を提供するため、医療のプロフェッショナルとして地域医療を支え、共に高みを目指す仲間を募集しています。地域に貢献する一歩を一緒に始めませんか？



詳細はこちら



参加費
無料
どなたでも

市民公開講座

家族性高コレステロール血症の 知識と健康習慣

- 日時** 令和7年10月11日(土)
午前9時～正午
- 会場** 敷地内薬局2階会議室
- 内容** 家族とこどもの未来を守る！Part2
～特別企画～
【掛川西高等学校との共同研究課題発表】
- 申込み** 令和7年9月1日(月)～10月10日(金)まで
QRコードから申込



申込み用QR



第3回 しずおか口腔ケアフォーラム 市民公開講座

参加費
無料
どなたでも

- 日時** 令和7年11月30日(日)
午後1時～3時30分
- 会場** 3階大会議室
- テーマ** 生涯現役をめざす口腔リテラシーとは
～アクティブに活躍するシニアのための
今から始めるフレイル予防～
- 内容** 医師や管理栄養士による講演
- 定員** 120名(先着順)
- 申込み** 令和7年9月16日(火)～11月28日(金)
午後5時まで電話
(経営戦略室 0537-21-5555)
またはQRコードから申し込み

詳細はこちら



がんサロン「めくもり」 イベントのご案内

- 日時** 令和7年10月23日(木)
午後1時～3時
- 会場** 敷地内薬局2階会議室
- 内容** 講座「リンパ浮腫と蜂窩織炎」
- 参加費** 無料
- 対象者** がん患者さま・ご家族(他院通院中の方も可)
- 申込み** 申込みフォームまたは電話にて申込み
- 問合せ先** がん相談支援センター
0537-28-8159(直通)
※平日午前8時15分～午後4時

詳細はこちら



2025
7月

診療実績

1日あたりの患者数	
入院	392人
外来	1,123人
紹介率	90.1%
逆紹介率	100.2%
病床利用率	78.5%
平均在院日数	8.7日
手術件数	586件
救命救急センター受診者数	1,486人
救急搬送件数	605件



外来担当医表こちらから▶



掛川市・袋井市病院企業団立
中東遠総合医療センター
https://www.chutoen-hp.shizuoka.jp/

〒436-8555
掛川市富蒲ヶ池1番地の1
TEL 0537-21-5555



病院だより「がんもくせい」は、中東遠総合医療センター、掛川・袋井両市役所及び一部の市内公共施設にて無料で配布しております。