

# News Letter

病気ひとくちメモ

「インフルエンザに用心」

小児科 玉城 渉

インフルエンザは通常のかぜと比べ、症状が重く、全身症状も顕著に現れます。そのため、高齢者がかかるとう肺炎を併発したり、持病を悪化させたりして重篤になり、最悪の場合は死に至ることもあります。潜伏期間が短く、感染力が強いことが特徴で毎年、流行期の12月下旬から3月上旬にかけては多くの人がかかっています。

インフルエンザウイルスに感染後、1〜3日間の潜伏期を経て、突然38〜40度の高熱が出て発病します。同時に頭痛、悪寒、筋肉痛、関節痛、全身倦怠感などの全身症状が現れます。続いてのどの痛み、咳や痰などの呼吸器症状もみられます。発熱は通常3〜7日間続きます。健康な成人であれば1週間程度で治癒に向かいますが、熱が下がっても体内には残っているため、他人にうつす恐れがあります。流行を抑えるには、1週間は安静にしておくことが大切です。前述した初期症状がでたら、早いうちに医療機関を受診しましょう。(インフルエンザウイルスに感染しているかは迅速キットを使用すると30分前後でわかりますが、発熱初期はウイルスがまだ少ないので検査で出ない事があります。はっきりさせるためには発熱から1日経ってから検査するとよいでしょう。)

冬場は寒くて乾燥した空気がひとの気道粘膜の抵抗力を弱めます。また、インフルエンザは低温と乾燥を好むため冬に流行するのです。インフルエンザの予防としては、①うがい・手洗いの励行 ②室内の保温・加湿と換気 ③十分な睡眠・栄養をとり、過労・不摂生をさけること ④なるべく人混みをさけること などが基本です。

また、流行前に予防接種を受けることをおすすめします。予防接種をすれば絶対にかからないというわけではありません。成人では発症阻止率は70〜90%で小児はさらに低くなります。予防接種をする事で病気にかかりにくくしたり、かかっても重くならないようにすることが目的なのだご理解ください。

それではみなさん、寒い日が続きますが、日々の予防を心がけて冬ののりきってください。



部署だより

救急室

救急外来は、幡多地域を中心に南予から高幡までの広範囲の救急患者様に対応しています。

救急外来を受診される患者数は、月平均150人、そのうち救急車の搬入件数は141件、となっています。交通外傷や脳・心臓疾患・小児の痙攣(けいれん)・消化管出血・熱傷などの救急が主で、高度医療機関と連携して、ヘリコプターでの搬送も行っています。時間内は各担当科医師と中央処置室看護師、時間外は内科系・外科系各1名の医師と外来看護師・看護長の2〜3名で担当しています。

毎月の幡多地域の救急隊や病院関係者との勉強会や、月2回の院内救急蘇生訓練を行い、知識と技術の向上を図っています。安心して診療を受けていただけるように、スタッフ一同、一生懸命努力しています。



救急室

## 病院の理念

1. 幡多けんみん病院は幡多地域における医療の中核となる病院として、地域の他の医療機関や保健・福祉介護施設などとの連携のもとに、地域で完結できる、良質な医療の提供を目指します。
2. 地方公営企業として、地域医療をとらして地域の福祉の増進を目指しながら、企業としての経済性を発揮する運営をおこないます。

## 私たちの目指す医療（基本方針）

1. 正確で間違いのない医療
2. 十分に説明をする医療
3. 透明性を大切にする医療
4. 患者さんの希望を大切にする医療

## 季節の食卓 「魅惑のチョコレート」

栄養科

バレンタイン・デーには女性から男性へチョコレートを贈りますが、これは日本独自のものです。欧米では大切な方や親しい人へカードや花束・お菓子を贈る「愛の日」といわれています。

チョコレートの主原料であるカカオ豆には、カカオマスポリフェノールが豊富に含まれています。ポリフェノールは老化や様々な病気の原因とされる活性酸素とその働きを抑える抗酸化作用があります。ストレスを抑制し、疲労回復に働くほか、動脈硬化やがんの予防物質として研究も進んでいます。しかし、嬉しい面の一方、チョコレートが高脂肪・高エネルギー食品であることに変わりはありません。チョコレートを摂ることで偏った食生活になることは問題です。摂る時間や摂る量に気をつけましょう。



## 研修予定

### 《病院職員向け》

- 2月21日 ACLS研修
- 2月22日 医療安全研修会
- 2月28日 メディカルコントロール研修
- 3月2日 感染対策研修
- 3月5日 医療連携フォーラム
- 3月7日 ACLS研修
- 3月9日 感染対策研修
- 3月15日 感染対策研修

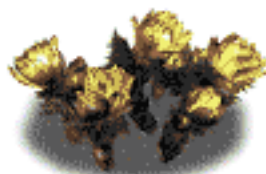
### 《患者様向け》

- 2月24日 母親学級  
(分娩経過と呼吸法、  
乳房マッサージ、病棟案内)
- 3月1日 糖尿病教室  
(日常生活の注意点、食事の基本)
- 3月15日 糖尿病教室  
(検査と治療目標、食品交換表)



## 幡多けんみん病院における、患者さんの権利

1. 患者さんは、良質な医療を、平等に受ける権利をもっている。
2. 患者さんは、医療を受けるにあたり、十分な説明を受ける権利をもっている。
3. 患者さんは、プライバシーが守られることを期待する権利をもっている。
4. 患者さんは、自分の希望を伝え、医療に参加する権利をもっている。
5. 患者さんは人間としての尊厳が守られることを期待する権利をもっている。



## 1月の統計

外来患者数	17,010人
新患者数	2,334人
紹介患者数	214人
新入院患者数	511人
新退院患者数	450人
平均在院日数	10日
救急車・時間外患者数	1,931人
手術件数	179件

