



新年のご挨拶



明けましておめでとうございます。皆様にとって本年が良い年となることを祈念いたします。

去年は遅ればせながら病院だより「うすい」の発刊を開始しました。身近な病院と思っていただけるよう、当院の様子を広く知っていただけるような誌面にしたいと考えております。

また、近隣の医療機関との関係を深めるために原市圏域地域連携会議が組織され、去年は3回開催することができました。今後も毎月行う予定です。本院と安中市内の医療、介護に携わる多職種の方々とさらに連携が深まることが期待されます。さらに経営改善のため経営コンサルタントに病院全体の機構の見直しを依頼し、多くの提言を頂いております。これを実現させるためには職員全員が改善に向けて一丸となる必要があります。



また、当院でも安中市役所と合同でメンタルヘルスにおけるストレスチェックを昨年施行しました。労働安全衛生法に基づくもので、体の健康だけでなく、これからは心の健康診断も大事であると再認識しました。



本年は去年から試みたこれらのことをさらに充実、発展させる年だと覚悟しております。従来は病棟の一部に地域包括ケア病床がありましたが、今春からは地域包括ケア病棟に独立させます。これに伴い、さらに多くの方々が病院より在宅に戻られるのを円滑に支援できる体制となり、安中市の地域包括ケアの一旦を担うことができるものと思います。このためにさらに診療所や病院との連携を深めていく所存ですので何卒よろしくお願い致します。



病院長 唐澤 正光

感染症の話

冬のこの時期に特に注意したいのはインフルエンザの感染やノロウイルス、ロタウイルスによる感染性胃腸炎などがあります。そんなウイルスの話です。

インフルエンザとは

インフルエンザはインフルエンザウイルスによる感染症で飛沫感染や接触感染で発症します。また、A型とB型がありA型の方が重症化しやすいです。

インフルエンザの主な症状は急な発熱(38℃以上)、関節痛、筋肉痛、倦怠感、のどの痛み、咳、鼻水などです。検査キットがありますので10分くらいで結果がわかります。



インフルエンザの感染力は非常に強く、特に高齢者の方や呼吸器疾患、循環器疾患、糖尿病などの基礎疾患のある方がインフルエンザに感染すると、気管支炎や肺炎などを併発し、重症化すると死に至ることがあります。高齢者介護施設や会社、学校、保育園等で集団感染を起こすこともあります。

また、小児ではインフルエンザに合併して急性脳症が起こることがあり、後遺症や死亡することがあります。

インフルエンザ予防の第一はワクチンを接種することです。ワクチンの接種で感染しにくくなり、かかっても軽い症状で済みます。



また、流行時には人混みを避け、外出時には「マスク」を着用し、帰宅時には「手洗い」「うがい」をしましょう。

もしかかってしまったら、ウイルスの増殖を抑える薬で治療します。重症化しないように早めに医療機関を受診しましょう。



ノロウイルス・ロタウイルスとは

ノロウイルス



ノロウイルスは乳幼児から高齢者まで幅広い年齢層で急性胃腸炎を起こすウイルスです。潜伏期間は1～2日で症状がいきなり起こることが多いようです。ほとんどが食べ物や食器などからの経口感染で、汚染された食品を食べた時や便・嘔吐物などを処理した手から感染することが多いようです。

感染力が非常に強いので集団感染することがあります。主な症状は下痢・嘔吐・腹痛・発熱などがあり、一日に何回も嘔吐・水様の下痢を繰り返します。このような症状があった時は早めに医療機関を受診しましょう。



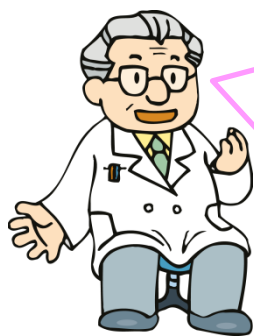
ロタウイルス



ロタウイルスは乳幼児に多いウイルス性胃腸炎です。主に経口感染で2～4日の潜伏期間の後下痢や嘔吐を繰り返し、感染力が非常に強く集団感染することもあります。主な症状は白色の水様の下痢・嘔吐・発熱ですが、下痢や嘔吐を繰り返すと脱水症状が起こりますので、早めに医療機関を受診しましょう。



ノロウイルスやロタウイルスの検査キットがあり、15分くらいで結果がわかります。
ノロウイルスやロタウイルスには有効な抗ウイルス剤はないので対症療法を行います。特に免疫力の低い乳幼児や高齢者は脱水症状を起こしやすいので水分と栄養の補給をしましょう。



ノロウイルスやロタウイルスを予防するには。。

- ▼食事の前やトイレの後は石鹸を使いしっかりと手を洗いましょう。
- ▼便や嘔吐物の処理は使い捨てのゴム手袋を使用しましょう。
- ▼感染者が使ったタオルや触ったところから感染することがあるのでよく消毒しましょう。消毒には市販の「次亜塩素酸ナトリウム」の入った消毒液を使用しましょう。



冬季の転倒予防

新年となりましたが寒さの厳しい冬が続いています。

これからの時期に増える事故が**転倒**です。寒さで体が思うように動かなくなる、降雪や凍結で地面が滑りやすくなるなど

で夏季に比べて冬季は転倒事故の発生率が3倍程度になります。

下記に転倒につながる主要因を挙げてみました。日常生活での転倒予防の参考にして頂ければと思います。



身体的な要因

筋力低下	力が発揮できなくなり自分の体重を支えられない。
体力不足	運動に対する耐久性が低くなり動作や姿勢を持続できない。
姿勢の変形	猫背やO脚などの関節変形のため体のバランスが取れない。
痛み	急な痛みでバランスを崩す、慢性的な痛みで体を支えられない。
視力低下	視界が悪くなる、視野が狭くなる等で危険に気づかない。
手足の麻痺	随意的に体を動かせないため、急に手を付く事が出来ない、足を踏み出せない。
身体のこわばり	寒さや病気等で筋肉や皮膚が固くなってしまい体が動かしづらい。
うつ病・精神機能の低下	認知症で注意力・判断力が低下。焦りや不安があると注意力が低下。
服薬	降圧剤による血圧低下や睡眠導入剤などによる意識の低下。抗精神病薬による副作用など。

環境的な要因

屋内	敷居等の低い段差	1～2 cm程度の小さな段差は気づかないことが多い。
	カーペットや布団	端や角につまずく、足場が柔らかくバランスがとりにくい、小さな段差ができる。
	フローリング	床が濡れている、靴下等を履いていると滑りやすい。
	電気コード	コタツや電気カーペット、扇風機のコードに足がかかってしまう。
	荷物や室内犬 子供のおもちゃ	足をぶつける（足元にまとわりつく）、踏む等でバランスを崩してしまう。
	らせん階段	1段の踏面が一定でないため普通の階段より踏み外しやすい。
	照明	電球切れなどで照明が付かないと視界が悪く足場がわかりにくい。
	浴室	水滴やせっけんの流し忘れで滑りやすい。
屋外	履物	サンダルやサイズが合わない靴は脱げやすい。溝が無く滑りやすい靴底は危険。
	不整地	整備されていない地面や砂利敷きの地面などは不安定なため転倒しやすい。
	風	強風にあおられると姿勢を保持できずバランスを崩しやすい。
	降雨	視界が悪くなる。マンホール、側溝の格子、芝生などは雨に濡れると滑りやすい。
	積雪・路面凍結	玄関前の積雪や雪解け後の再凍結は滑りやすい。
	時間帯	未明や日没後の暗く視界が悪い時間帯に転倒が多発。

これらは転倒の要因となるものの一部です。特に様々な要因が重複することによって危険性は何倍にも高くなります。転倒の危険が予想される場所ではできるかぎり注意を払うことを意識しましょう。

高齢者にとって転倒は骨折の原因となり、介護状態や寝たきりの生活になる可能性が高い事故です。心身状態や自宅の環境を確認して未然に転倒事故の予防をお願いします。



透 析 室

職場紹介

当院の透析室は病院の2階にあり、ベッド数は19床、月・水・金の午前と午後、火・木・土の午前で血液透析を行っております。

スタッフは常勤医師1名、非常勤医師4名、看護師6名、臨床工学技士3名で日々患者様の治療に汗を流しています。患者様とは週に3回透析室で共に時間を過ごすため、患者様と医療スタッフが協力して腎不全に対しての治療に取り組み、アットホームな雰囲気で行っております。



血液透析とは



慢性糸球体腎炎や糖尿病性腎症などの悪化で腎臓の機能が低下してしまうと、腎臓で尿を作る機能が低下してしまいます。すると、尿として排泄される老廃物、水分が体に蓄積してしまい、むくみや高血圧などが起こり、重篤な場合は心不全や高カリウム血症による心停止なども起こることがあります。

そこで、慢性腎不全の患者様は週3回、1回の治療時間4時間（症状や腎不全の進行度合いで時間、透析回数は異なります）の血液透析を行う必要があります。

当院の特徴

当院透析室は透析で使用する透析液の清浄化に取り組み、細菌数検査、エンドトキシン測定で基準を大幅にクリアした清浄な透析液を使用し血液透析を行っております。

透析液には酢酸の含まれていない無酢酸透析液を使用しています。（酢酸は時に、血圧低下、食欲不振などの症状を起こすことがあると言われています。）



平成29年4月より、火・木・土で午後透析を開始いたします。多様化する患者様のニーズにこたえるべく日々努力してまいります。どうぞお問い合わせください。



出前講座レポート！

当院では、地域の皆様の健康維持や疾病予防の一助となれるよう、出前講座を始めました。今年度は、いきいき・ふれあいサロンの方々を対象として実施しております。

ひとときの会様（９月）、絆の会様（１０月）、たのしみ会様（１１月）のご依頼により、当院薬剤師が講座を行いました。薬のスペシャリストとして、「薬の管理」について、薬が残ってしまう原因から薬の上手な管理方法まで、わかりやすくお話しさせていただきました。

また、サロン絆様（１１月）のご依頼により、当院管理栄養士が講座を行いました。「転倒予防のための食事と運動」について、お話だけでなく、皆さんと一緒に体を動かして、運動を行いました。

薬剤師や管理栄養士だけでなく、歯科衛生士や理学療法士といったスペシャリストによる講座も行っていますので、ご要望がございましたらお問い合わせください。



出前講座の様子



どうして薬は残ってしまうのか？

薬が残る主な理由

- ① つい飲み忘れてしまうから
- ② 症状改善により飲む必要がなくなったから
- ③ 薬が多すぎるから
- ④ 医師・薬剤師の認識不足や説明不足
- ⑤ 自分に合わないと感じたから
- ⑥ 副作用が怖いから
- ⑦ 生活習慣と服用時間が合わない
- ⑧ 多めの日数で処方されるから
- ⑨ 薬が飲みにくいから
- ⑩ 安心のため・もったいない



★★★★ お問い合わせ先 ★★★★★
TEL 027-385-8221
総務企画課企画推進係

新型X線CTスキャナー導入決定！

導入予定の128列マルチCTスキャナー
SOMATOM Definition AS



当院では、シーメンス128列マルチCTスキャナーの平成29年度3月の更新が決定しました。

現在の16列マルチCTスキャナーから128列機種への更新で、さらに精密で高速に撮影が可能となります。検出器が増えることにより、きわめて多量の情報を短時間に得ることができます。

多様化する検査への対応、被ばくの低減、検査時間の短縮といったCTに求められるあらゆるニーズに対応したマルチスライスCT装置です。

主な特徴

- 撮影時間が短縮され、検査がより楽に。息を止める時間が短く、より楽になりました。
- 高画質の画像で、より正確な診断が可能に。鮮明な三次元の立体画像、任意の断面の良好な画像が得られるので、これまで以上に正確な診断ができるようになりました。
- エックス線の被ばくをより少なく。従来のCT装置よりもエックス線の被ばく量を少なくする機能を持っています。

⇒ 低被ばく、低線量でも従来の画像と同等以上の高画質が得ることができます。

⇒ 特に被ばくに注意を必要とする小児でも、安心して検査を受ける事ができます。

細野地区の皆様へお知らせ

当院では昭和36年に細野出張診療所を開設し、細野地区の患者様に診察を行ってまいりました。平成20年には「細野ふるさとセンター」内に診療所を移転し、今日まで細野地区の皆様にご利用いただいております。現在では火曜日と金曜日の午後に診療を行っており、昨年10月から診療所まで来ていただくことが困難な方々を対象に訪問診療も行っております。（当面、金曜日を主とします。）

訪問診療とは病気や障害等によって外出が困難な方がご自宅に居ながら医療を受けることができる仕組みです。医師、看護師、薬剤師がご自宅に定期的に訪問し、診療、薬の処方、療養上の相談、指導等をさせていただきます。

場合によっては、訪問診療ができないようなケースもありますが、ご要望のある患者様やご家族様がいらっしゃいましたら、お手数をお掛けいたしますが当院へご相談くださいますようお願いいたします。



お問い合わせ先

公立碓氷病院 医事課

TEL 027-385-8221

■ 外来診療担当一覧

(平成28年12月1日現在)

			月	火	水	木	金
内科	午前	新患	塩野 由紀	秋葉 徹	金谷 秀平	唐澤 正光	松本 久美子
		再来	松本 久美子 阿部 智志	唐澤 正光 塩野 由紀	阿部 智志 野際 英司	秋葉 徹 野際 英司	河村 俊英 吉田 泉
	午後	一般	秋葉 徹	河村 俊英	原田 文子	阿部 智志	原田 文子
		特殊	諏訪 絢也 (腎・膠原・リウマチ)	阿部 智志 (心臓)	唐澤 正光 (血液)	河村・塩野 (血液)	原田 文子 (糖尿病)
				櫻井 篤志 ※1 (神経内科) 第1・3・5週	松本 久美子 (血液)	池内 秀和 (腎臓・リウマチ) 第2・4週	内山 和彦 (腎臓)
							笠間 周 (循環器) 第2・4週
	透析	午前	吉田(諏訪)	吉田 泉	吉田 泉	吉田 泉	内山 和彦
		午後	吉田 泉 (諏訪 絢也)	吉田 泉	吉田(第2・4・5) 竹内(第1・3)	吉田 泉	吉田 泉
小児科		午前	田島 公夫	田島 公夫	田島 公夫	田島 公夫	田島 公夫
		午後	田島 公夫	田島 公夫	田島 公夫	—	田島 公夫
外科	午前	一般	中村 正治	大木 孝	大木 孝	中村・大木	中村 正治
		消化器	中村 正治	大木 孝	大木 孝	中村・大木	中村 正治
		乳腺・甲状腺	吉田 美穂	堀口(第1・3週) 時庭(第2・4週)			
	午後	特殊		大木・中村 (胃・大腸)			
整形外科		午前	園田 裕之		橋本 章吾 ※2	田鹿 毅	
		午後				田鹿 毅 ※3	
眼科(午前)				非常勤			非常勤 (第4週のみ)
耳鼻咽喉科(午前)			馬場 隆			馬場 隆	
泌尿器科		午前					宮尾 武士
		午後					宮尾 武士
皮膚科		午前		土岐 清香 ※4			
		午後					上原 顕仁
歯科口腔外科			葦沢 健	岩橋 由佳子	葦沢・岩橋	葦沢 健	嶋田・葦沢・岩橋

○毎月最初の受診の際は必ず保険証の提示をお願いします。

○受付時間は 8:30～11:30、13:30～16:30（一部例外あり）

○休診日は土曜日、日曜日、祝祭日、年末年始（12/29～1/3）

○透析は土曜日、祝祭日も行っています。

○内科、外科の特殊は専門医による外来です。事前に一般外来の受診が必要です。

※1 神経内科は完全予約制となります。受診希望は事前の連絡をお願いします。

※2 水曜日の整形外科の診察は 9:30 からです。

※3 木曜日の整形外科の予約以外の方の受付は 15:30 までです。

※4 火曜日の皮膚科の診察は 9:30 からです。

編集後記



明けましておめでとうございます。早いもので広報委員会が活動開始し1年が経過しました。まだまだ不慣れな部分が多く病院の情報を載せきれいていませんが、徐々に発信できるよう広報委員会一同努力していきたいと思っております。本年も「広報誌うすい」を宜しくお願い致します。

広報委員長 岡田裕也（医事課 介護支援専門員）