

病院広報誌第48号

ko-da-ma

発行日/平成29年2月1日

# こだま

## インフルエンザ<sup>★</sup>について



冬になると猛威を振るうインフルエンザですが、今季もすでに大流行しています。

毎年ワクチンをかかさず接種している方も多いと思いますが、それでも油断は禁物です。

“人からうつされないこと”  
“人にうつさないこと”

が大切です。正しい知識を持ち、予防につとめましょう。

### 症状

インフルエンザウィルスに感染した場合、約1～3日の潜伏期間の後、インフルエンザを発症します。続く1～3日では、突如の38.0℃以上の「高熱」や、全身倦怠感・関節痛・筋肉痛・食欲不振などの「全身症状」が強く現れます。やや遅れて、咳やのどの痛み・鼻水などの「呼吸器症状」が現れます。高熱と全身症状を伴って、急激に発症するのが特徴です。

通常は10日前後で症状が落ち着き、治癒します。



### 検査

綿棒で鼻の粘膜をこすり、採取した分泌液を用い検査キットで判定します。

インフルエンザ診断のための検査は、発症後12～24時間が理想です。診断がつかなければ、インフルエンザに対する治療ができません。熱が出たからと慌てる必要はありません。意識がない、ぐったりしている等全身状態が悪くなければ、翌日の受診でも良いでしょう。



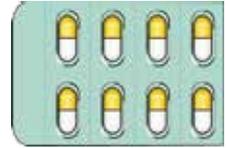
## 治療

### <一般療法>

インフルエンザ治療の基本です。安静にして睡眠を十分とること、また、高熱によって脱水症状が起こらない様に、水分をしっかり補給することが大切です。

### <薬物療法>

タミフルやイナビルといったインフルエンザ治療薬があり、患者さんの状態や年齢に合わせて処方されます。イナビル吸入は外来窓口にて吸入して治療終了となります。1度の吸入により終了のため近年では外来での処方が大変多い薬剤です。このほかに、熱を下げる薬、咳や痰の薬など、症状に合わせた薬を使うこともあります。



インフルエンザ治療薬は症状発症後48時間以内の服用で発熱期間を1~2日短縮させ、鼻やのどからのウイルス排出量を減少させます。症状は徐々に改善されていきますが即効薬ではありませんので、症状が和らぐまではご自宅で安静にして休みましょう。また熱が下がった後も薬は必ず飲み切りましょう。

## インフルエンザ発症中の対処法

### ① 医師の指示に従った治療を受ける。

### ② 安静にして休養をとる。

特に十分な睡眠が重要です。

### ③ 水分を十分にとる。

お茶やみそ汁、点滴と同じ効果のあるOS-1も良いでしょう。

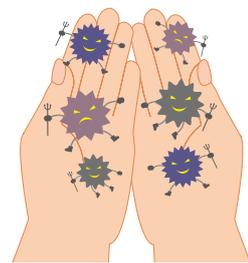
### ④ マスクや手洗いなど周囲への二次感染の予防。

インフルエンザに感染した場合、症状が出る1~2日前よりウイルスを排出しています。咳やくしゃみを抑えた手や、鼻をかんだ後の手にも多くのウイルスが付着しています。



### ⑤ 人混みへの外出を避ける。職場や学校は休む。

発熱後5日間は鼻やのどからウイルスを排出します。その期間は外出を控えて下さい。



## 予防

### ① ワクチン接種

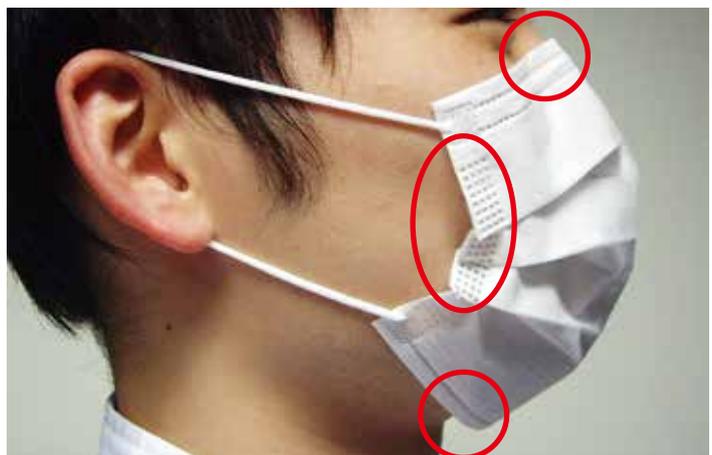
### ② マスクの着用

**マスクの正しい付け方** 鼻や頬、あごにフィットするようにつけること。ウイルスが付着している可能性があるマスク表面には触れないようにして使い捨てにする。

○はフィットするように

### ③ 手洗い・うがい

外出先から戻ったら、必ず行いましょう。



# 粹でいなせ??

総務課長 林 順一

平成29年賀詞交歓会を1月4日(水) 17:30から正面玄関ホールで行いました。

例年は病院長の新年あいさつを拝聴し、1年の仕事始まりを決意新たにしていますが、今年はいさつの後「書初め」を開催いたしました。

古来からの新年の風物詩としての書初めを職員みんなで一緒にできたら1年の始まりが楽しいですね、というそんなつづやきに病院長の「いいね!」で即決開催に至りました。大勢の職員が参加し、病院長の勢いのある大筆のさばきの後、部署やチーム・個人などが書き込みました。準備や後片付け、そしてデカすぎる紙を作成・掲示するまでの作業は想像以上の重労働となりましたが、各自が筆を持参してみんなで「思いを寄せて」掲げた「書初め」を無事完成できた時はやってよかった! 1年の始まりとして職員一同決意を新たにす大切な出来事となりました。



病院長

「粹」みなさんにとっての「粹」とはどのようなものでしょうか。

それぞれの思いなどを寄せました



職員

しばらくの間、正面玄関ホールに掲示しております。ご来院の際はぜひとも見ていただくと幸いです。

今後も佐渡の中核病院として精進し、地域の皆さんと共に発展していけるよう努めてまいります。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

最後に、このたびの書初めの指導やアドバイス等をいただきました新穂の川上治美さんには大変感謝申し上げます。ありがとうございました。



## 新任医師挨拶



産婦人科  
いしぐろ ひろみ  
石黒 宏美

1月から赴任しました産婦人科の石黒宏美です。  
佐渡で安全安心なお産ができるよう頑張ります。  
よろしくお願い致します。



研修医  
しま としろう  
嶋 俊郎

1月から赴任しました研修医の嶋俊郎と申します。  
短い期間ではございますが、皆様のお役に立てるように精一杯頑張ります。  
よろしくお願い致します。

# 外来診療担当医師一覧表

<http://www.sadosogo-hp.jp>

(平成29年2月現在)

診療科目		月	火	水	木	金	外来受付時間
小児科	一診察室	岡崎 実 午後	岡崎 実 〈慢性・岡崎〉	皆川 雄介 〈慢性・皆川〉	皆川 雄介 〈慢性・岡崎〉	岡崎 実	8:00 }
	二診察室	皆川 雄介 〈予防接種〉	石井 孝規 〈乳児健診〉	皆川 雄介 〈慢性・石井〉	石井 孝規 〈乳児健診〉	石井 孝規 〈予防接種〉	11:00 予約制
眼科	一診察室	芳野 高子	※ 予約のみ	芳野 高子	芳野 高子	※	8:00~11:00 ※は手術日のため休診となり ます。火曜日・木曜日は予 約の方のみとなります。
	二診察室			大学より		大学より ※	
神経内科	一診察室	三瓶 一弘	樋口 陽	樋口 陽	三瓶 一弘	坪口 晋太郎	
脳神経外	一診察室	川崎 昭一	本間 順平	村上 博淳	手術のため休診	本間 順平	
整形外科	一診察室	生沼 武男	大学より		生沼 武男	大学より	8:00 }
	二診察室		藤井 俊英 佐藤 雅之	佐藤 雅之		鈴木一瑛(隔週)	11:00
	三診察室			藤井 俊英	鈴木 一瑛	佐藤 雅之	
形成外科	午後	2/20(月)					受付時間については お問い合わせ下さい。
内科	一診察室	河久 順志	阿部 寛幸	河久 順志	福武 嶺一	阿部 寛幸	8:00 }
	二診察室		田中 智之	荒生 祥尚	岩田 文英	田中 智之	
	三診察室	真木山 八城	百都 健	福武 嶺一	百都 健	真木山 八城	
	四診察室	渡辺 光洋	才田 優	渡辺 光洋	才田 優	齋藤 暁	
	五診察室	心臓血管外科	山岸 格史	鈴木 啓介	山岸 格史	鈴木 啓介	
	六診察室	石川 友美 (禁煙外来)山岸/才田	荒生 祥尚 和田 真一	石川 友美	和田 真一	若杉 三奈子(隔週) 肝臓外来(隔週)	
睡眠時無呼吸外来 (SAS外来)					山岸 格史	完全予約制 3日・10日・17日・24日となり ます。2階人間ドック室横の診察室と なります。	
放射線治療科		海津元樹 (新潟大学)				大学より (不定期)	予約のみ 各科外来からの紹介のみと なります。
診療科目		月	火	水	木	金	外来受付時間
外科	一診察室		佐藤 賢治		小児外科	佐藤 賢治	8:00~11:00 小児外科外来は毎月第1木 曜日です。受付時間について はお問い合わせ下さい。
	二診察室	岩城/佐藤(優)	佐藤 優	岩城 孝和	佐藤 優	岩城 孝和	
	三診察室	(乳腺外来) 親松 学		親松 学 (緩和ケア外来) 親松 学	(乳腺外来) 親松 学		
産婦人科	婦人科 妊婦健診	石田 道雄 小池 公美 大学医(予約)	石黒 宏美 小池 公美	石田 道雄 石黒 宏美	小池 公美 石田 道雄	小池/石黒 石田 道雄	8:00~11:00
皮膚科	診察室	大学医(予約) 佐々木(予約外)	佐々木 嘉広	佐々木 嘉広	大学医(予約) 佐々木(予約外)	佐々木 嘉広	※毎週木曜日の午後は羽茂 出張となります。
歯科	歯科	小松 繁樹	小松 繁樹	小松 繁樹	小松 繁樹	小松 繁樹	8:00 }
	口腔外科	野田 直人	野田 直人	野田 直人	野田 直人	野田 直人	11:00
矯正歯科	午後			大学より(隔週)			予約制
耳鼻咽喉科	一診察室	山崎 洋大	山崎 洋大	山崎 洋大	山崎 洋大	山崎 洋大	8:00~11:00 ※1火曜日の午後は手術日 となります。 ※2第2・第4木曜日の午後は 羽茂出張となります。
	二診察室		※1	小児慢性外来	※2		
泌尿器科	一診察室	石崎 文雄	大学より	石崎 文雄(※)	石崎 文雄	石崎 文雄	8:00~11:00 ※毎週水曜日の午後は羽茂 出張となります。
	二診察室	大学より					

※受付時間について、緊急の場合この限りではありません。

## 編集後記

寒さ厳しい日々が続き、春の訪れが待ち遠しく感じます。今月号はインフルエンザの記事を掲載しました。インフルエンザの流行が続く季節ですので、今回の記事が皆様のお役に立てれば幸いです。

(長谷川、安西)

