

病院広報誌第63号

ko-da-ma

発行日/令和2年12月1日

こだま

インフルエンザと風邪と新型コロナウイルス感染症

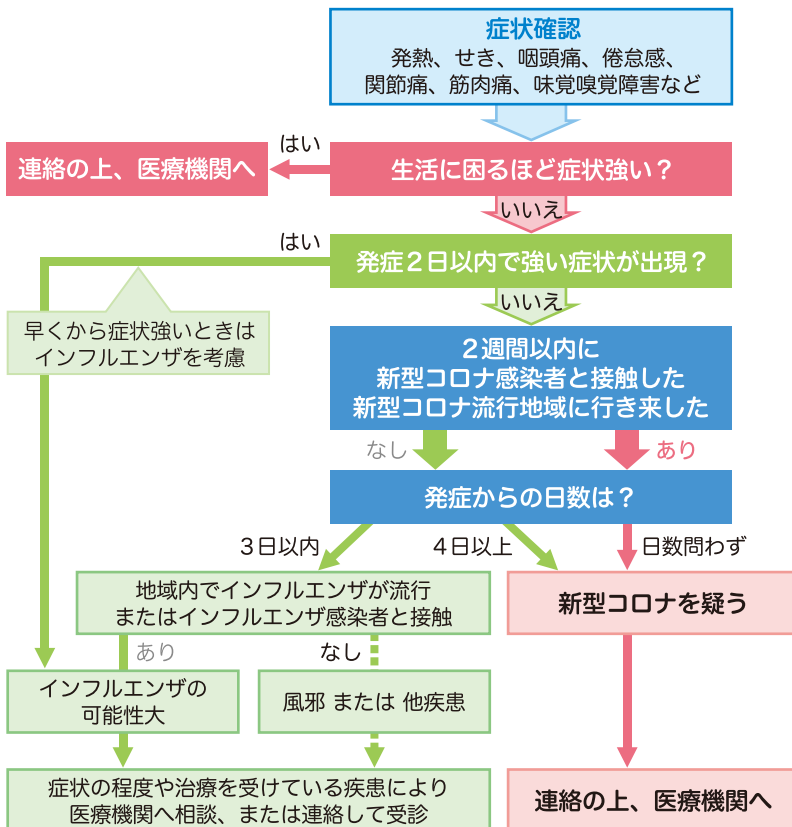
佐渡総合病院病院長 佐藤賢治

2020年は新型コロナウイルス（以下、新型コロナと記載）で世界が振り回された年になりました。現在も新規感染者は国内で一定数の発生があり、世界を見ると日々増加している国もあります。終息の兆しは見え、風邪やインフルエンザと同じように今後も感染が続いていくように思えます。しかし、新潟県の発生件数は少なく推移し、発生しても濃厚接触者の追跡などで少人数に抑えられています。佐渡でも7月の発生以降、新たな感染者は見られていません（10月20日時点）。

冬を迎え、新型コロナに加えてインフルエンザや風邪が流行する時期になります。いずれも特徴的な症状はなく、症状だけではこれらを区別できません。メディアでも「どう対応するのか？」が繰り返し報道されています。感染症は感染者と接触しない限り起こることはなく、症状自体で区別できなくともその経過に特徴があります。

- 地域である感染症が流行している時に症状が出た場合はその感染症である可能性が高い
- 症状が出始めて1日程度で高熱や強い倦怠感が起こった場合はインフルエンザの可能性が高い
- インフルエンザや風邪と新型コロナは感染してから症状が出るまでの期間（潜伏期間）が異なる
- 症状が続く期間はインフルエンザや風邪は4日以内、新型コロナは7日間程度が多い

以上を踏まえると、インフルエンザや風邪と新型コロナはある程度区別ができます。下の図の順番が参考になると思いますが、完全に区別できるわけではありません。目安と考えてください。



■ 注意点

- 熱・咳などの症状が出る疾患はインフルエンザや風邪、新型コロナだけではなく、安定しない糖尿病、慢性的な呼吸器疾患、心不全、透析を受けている、高齢（特に75歳以上）、妊娠している、などで症状が悪化するときは医療機関へ早めにご相談ください。
- 新型コロナ感染者に接触した方は行政検査の対象となります。保健所に相談してください。

■ インフルエンザの検査・薬

- インフルエンザのほとんどは流行状況や症状から判断できます。検査は必須ではありません。
- インフルエンザ治療薬は特効薬ではなく、発熱期間の短縮や重症化予防に一定程度の効果期待するものです。また、この薬が新型コロナに感染した方に及ぼす影響はわかっていません。

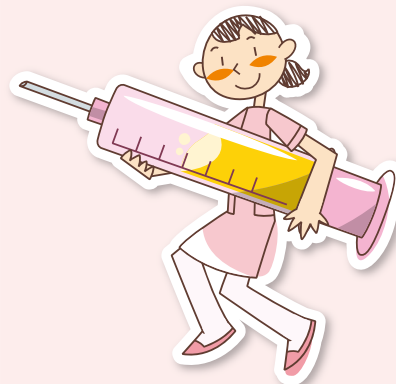
佐渡総合病院では上記の考え方で発熱患者に対応していく方針としています。(2020/10/20時点)

令和2年度 インフルエンザ予防接種のご案内

原則として予約制です。接種を希望する場合は、予約をお願いします。受診にあわせての接種は行わず、集団接種のみの実施となっておりますので、ご注意下さい。

◆予約について

予約受付開始：10月1日～1月末頃
予約対応時間：午前9時～午後5時
予約場所：健診センター ☎63-6324（直通）
電話での予約も可
※予定より早く受付終了となる場合がございます。



◆接種について

接種日時：接種受付時間 午後3時～午後4時
接種開始 午後3時30分～
●小児 月曜日・金曜日 [担当:小児科医]
●一般 火曜日・水曜日・木曜日 [担当:内科医]
※会場や接種医の関係で接種できない日もあります。

集団接種会場：2階 講堂 / 2階 人間ドック室

接種回数：1歳～12歳 2回接種（2回目の接種は、1回接種後3週間後を目安とします。）
13歳以上 1回接種

◆料金について：1回目 4,400円、2回目 3,300円

下記の方については佐渡市助成が受けられます。佐渡市発行の接種券と予診票が必要です。
※65歳以上の方と60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器疾患等で日常生活が制限される方は1,650円
※妊婦 2,200円（半額助成）
※1～18歳（高校生）までは、1回目2,200円（半額助成）2回目無料（全額助成）
ただし、1回目と2回目の接種を違う医療機関で行った場合、2回目でも1回目の料金となります。

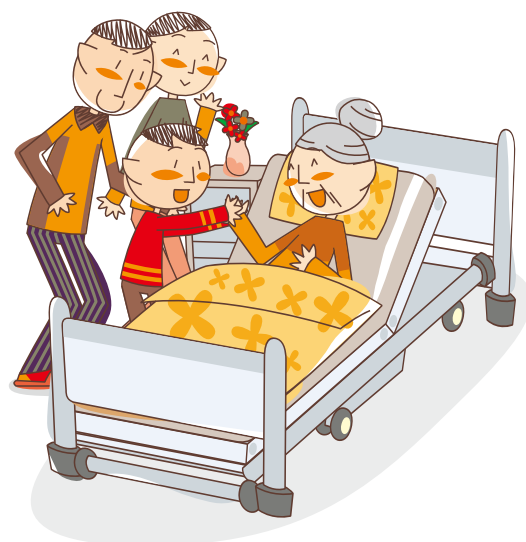
◆効果について：ワクチン接種後2週間で効果が出て、約5ヶ月間効果が持続します。

終末期に面会できます。

副院長 岡崎 実

入院中のおじいちゃん、おばあちゃんの終末期に都会に住むお孫さんたちが面会したいというご希望があります。現在、当院では面会制限をしていますが、面会できないわけではありません。私どもは最後のふれあいを尊重し、皆様に信頼申し上げ、ご相談に応じています。

そこで、帰島する可能性が高いときには、その2週間前までの行動を自制し、記録しておくことをお勧めします。経済活動が再開されていますが、お別れに備えて感染リスクのある場所は極力避け、島の医療を守るためにも感染予防の徹底をお願いいたします。



乾燥肌を予防しよう!

秋から冬場にかけて、湿度が下がり皮膚が乾燥しやすい状態になると言われており、皮膚トラブルに悩まされる方も多いと思います。そこで、乾燥肌の原因と対策について紹介したいと思います。

乾燥肌の原因

乾燥肌になってしまう原因は、私たちの肌の「バリア機能」の低下にあります。空気の乾燥や紫外線によるダメージ、生活習慣の乱れといった原因によってバリア機能も弱まり、水分が逃げてしまいます。特に冬場は、暖房を使用する機会も増え、乾燥肌リスクが高まります。乾燥肌を引き起こさないためには、バリア機能を保つことが大切です。

ぬるめの湯お風呂で予防!

熱すぎるお湯は、皮膚のうるおい成分や皮脂が必要以上に落ちてしまい乾燥の原因となります。40度以下のぬるめの湯につかり、入浴後はすぐに保湿剤の使用を心掛けましょう。

湿度調節で予防!

肌の乾燥を防ぐために、湿度は50～60%を心がけましょう。室度を調節するためには換気や加湿器の使用が良いでしょう。加湿機が無い方は濡れたタオルを室内にかけるとも効果的です。この場合は、雑菌の繁殖を防ぐためにタオルの使い回しは避けましょう。

食べ物で予防!

予防効果のある食べ物で、体の内側から予防しましょう。ビタミンB₁・B₂・B₁₂などのビタミンB群、ビタミンCを積極的に取ると良いでしょう。これらの栄養素を多く含む食品には、赤身の魚や豚肉、鶏ささみ、トマトやブロッコリーなどの野菜があります。

また、感染症予防で日頃、手洗いの回数も増えていると思います。手洗いの際は、刺激の少ない弱酸性のものや、うるおい成分配合のハンドソープが乾燥肌の予防になります。

新任医師あいさつ



しばた けんたろう

神経内科 柴田 健太郎 医師

10月より神経内科に配属となりました、柴田健太郎です。微力ではありますが、佐渡の医療に貢献できるよう尽力するとともに、当地の文化・食・レジャーを満喫できるよう、精一杯楽しんでいこうと企てております。どうぞよろしくお願いいたします。



くさべ ゆうた

整形外科 草部 雄太 医師

10月より整形外科として赴任しました、草部雄太と申します。佐渡の文化に触れ、また少しでも佐渡島民の皆様へ寄り添える医療を提供したいと思っております。勤務期間は短いですが、一生懸命尽力を注ぐ所存であります。よろしくお願いいたします。



すだ よしひろ

整形外科 須田 義裕 医師

新たに整形外科医として赴任しました、須田義裕です。まだまだ未熟ものですが、佐渡の医療に精一杯貢献したいと思っております。山も海も好きなので、佐渡での生活が楽しみです。よろしくお願いいたします。

外来診療担当医師一覧表

- 外来受付時間 午前8:00～午前11:00 ● 緊急の場合はこの限りではありません。
- 電話での予約変更は、平日午後2時から午後4時までの間に予約センターへお問い合わせ下さい。(☎63-6305)

診療科目		月	火	水	木	金	外来受付時間	
1 階	小児科	1診察室	午前 岡崎 実 午後 岡崎 実 (慢性・岡崎)	午前 岡崎 実 午後 岡崎 実 (慢性・岡崎)	午前 布施 理子 午後 布施 理子 (慢性・布施)	午前 布施 理子 午後 布施 理子 (慢性・岡崎)	午前 岡崎 実 午後 岡崎 実 (慢性・岡崎)	8:00～11:00
		2診察室	午前 布施 理子 午後 布施 理子 (予防接種)	午前 後藤 文洋 午後 後藤 文洋 (乳児健診)	午前 後藤 文洋 午後 後藤 文洋 (慢性・後藤)	午前 後藤 文洋 午後 後藤 文洋 (乳児健診)	午前 後藤 文洋 午後 後藤 文洋 (慢性・岡崎)	予約制
	眼科	1診察室	午前 芳野 高子 午後 芳野 高子 (予約のみ)	※ 検査のみ	芳野 高子	芳野 高子 (予約のみ)	※	8:00～11:00 ※は手術日のため休診となります。
		2診察室	午前 大学より 午後 大学より (予約のみ)			大学より (予約のみ)	大学より ※	月曜日・火曜日・木曜日は予約の方のみとなります。
	神経内科	1診察室	午前 三瓶 一弘 午後 三瓶 一弘	午前 石黒 敬信 午後 石黒 敬信	午前 柴田 健太郎 午後 柴田 健太郎	午前 三瓶 一弘 午後 三瓶 一弘	午前 石黒 敬信 午後 石黒 敬信	新患及び予約外の受付は水曜日・金曜日の8:00～11:00までの受付となります。
		2診察室	午前			新患のみ		
	脳神経外科	1診察室	午前 川崎 昭一 午後 川崎 昭一	午前 吉田 雄一 午後 吉田 雄一	午前 吉田 雄一 午後 吉田 雄一		午前 吉田 雄一 午後 吉田 雄一	
	整形外科	1診察室	午前 新患外来 午後 生沼 武男	午前 新患外来 午後 新患外来	午前 新患外来 午後 新患外来	生沼 武男	大学より	8:00～11:00
		2診察室	午前	大学より	勝見 亮太		勝見 亮太	
		3診察室	午前 須田 義裕 午後 須田 義裕	午前 河野 賢人 午後 河野 賢人	午前 須田 義裕 午後 須田 義裕	草部 雄太		
		処置室	午前		河野 賢人		新患外来	
	形成外科	午後	形成外科は第3月曜の午後となります。					受付時間についてはお問い合わせ下さい。
	内科	1診察室	午前 吉田 智彰 午後 吉田 智彰	午前 吉田 智彰 午後 吉田 智彰	午前 小川 雅裕 午後 小川 雅裕	午前 番場 祐基 午後 番場 祐基	午前 高橋 俊作 午後 高橋 俊作	8:00～11:00 午後の診療は予約の方のみとなります。 肝臓外来は職員へお問い合わせください。
		2診察室	午前 岩崎 康展 午後 岩崎 康展	午前 大学より 午後 大学より	午前 岩崎 康展 午後 岩崎 康展	午前 岩田 文英 午後 岩田 文英	午前 大学より 午後 大学より	
		3診察室	午前 富田 幸治 午後 富田 幸治	午前 中村 博至 午後 中村 博至	午前 福武 嶺一 午後 福武 嶺一	午前 福武 嶺一 午後 福武 嶺一	午前 富田 幸治 午後 富田 幸治	
		4診察室	午前 飯田 倫理 午後 飯田 倫理 (禁煙外来) 山岸/番場	午前 小川 雅裕 午後 小川 雅裕	午前 飯田 倫理 午後 飯田 倫理	午前 和田 真一 午後 和田 真一	午前 村松 夏季 午後 村松 夏季	
		5診察室	午前 番場 祐基 午後 番場 祐基	午前 山岸 格史 午後 山岸 格史	午前 鈴木 啓介 午後 鈴木 啓介	午前 山岸 格史 午後 山岸 格史	午前 鈴木 啓介 午後 鈴木 啓介	
		6診察室	午前 新患外来 午後 新患外来	午前 新患外来 午後 新患外来	午前 新患外来 午後 新患外来	午前 新患外来 午後 新患外来	午前 新患外来 午後 新患外来	
人間ドック室横(2階)						睡眠時無呼吸外来(SAS外来)	SAS外来(予約制)は、毎週金曜(祝日除く)となります。	
放射線治療科		海津 元樹 (新潟大学)				押金 智哉 (新潟大学)	各科外来からの紹介のみとなります。	
診療科目								
2 階	外科	1診察室	午前 心臓血管外科 (大学より)	佐藤 賢治			佐藤 賢治	8:00～11:00 心臓血管外来は、毎月曜日1診療室です。 新患は第2週・第4週のみ(診療時間10:00～)
		2診察室	午前	水木 亨	大溪 隆弘	水木 亨	大溪 隆弘	小児外科外来は毎月第1木曜日です。 (診療時間11:30～)
		3診察室	午前 (乳腺外来) 午後 親松 学	勝見 ちひろ	親松 学 (緩和ケア外来) 親松 学	(乳腺外来) 親松 学		緩和ケア外来は第3水曜日の午後となります。(予約制)
	産婦人科	1診察室	午前 石田 道雄 午後 石田 道雄	午前 戸田 紀夫 午後 戸田 紀夫	午前 石田 道雄 午後 石田 道雄	午前 小池 公美 午後 小池 公美	午前 吉田 香織 午後 吉田 香織	8:00～11:00
		2診察室	午前					
		3診察室	午前 吉田 香織 午後 吉田 香織	午前 小池 公美 午後 小池 公美	午前 戸田 紀夫 午後 戸田 紀夫	午前 吉田 香織 午後 吉田 香織	午前 小池 公美 午後 小池 公美	
		4診察室	午前					
	皮膚科	1診察室	午前 大学医(予約) 午後 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	
	歯科	1診察室	午前 小松 繁樹 午後 小松 繁樹	午前 小松 繁樹 午後 小松 繁樹	午前 小松 繁樹 午後 小松 繁樹	午前 小松 繁樹 午後 小松 繁樹	午前 小松 繁樹 午後 小松 繁樹	8:00～11:00 歯科への問い合わせ・予約については、 TEL.63-6322(直通)
		口腔外科	午前 大竹 一平 午後 大竹 一平	午前 大竹 一平 午後 大竹 一平	午前 大竹 一平(※) 午後 大竹 一平 (予約のみ)	大竹 一平	大竹 一平	※水曜日の口腔外科は手術日の為予約のみとなります。
		矯正歯科【予約制】	午後		大学より (隔週)			予約制
	耳鼻咽喉科	1診察室	午前 池田 正直 午後 池田 正直	午前 池田 正直 午後 池田 正直	午前 池田 正直 午後 池田 正直	午前 池田 正直 午後 池田 正直	午前 池田 正直 午後 池田 正直	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木曜日の午後は南佐渡地域医療センター出張となります。
泌尿器科	1診察室	午前 鳥羽 智貴 午後 鳥羽 智貴	午前 大学より 午後 大学より	鳥羽 智貴(※)	鳥羽 智貴	鳥羽 智貴	8:00～11:00(水曜日のみ8:00～10:00) 月・火曜日は手術日となります。 ※毎週水曜日の午後は南佐渡地域医療センター出張となります。	
	2診察室	午前						

編集後記

佐渡産のカキは加熱しても身が縮まず驚きました。暗い話題が多いですが、身の回りの小さな感動を支えに、この時代を乗り切りたいです。
(編集 伊藤・田村)