

あさのは

平成21年9月21日発行
発行：長岡赤十字病院
長岡市千秋2丁目297-1
電話 0258-28-3600
ホームページアドレス
<http://www.nagaoka.jrc.or.jp/>



長岡赤十字病院健康だより

「あさのは文様」という麻の葉をデザインしたものがあります。麻は丈夫で縁起がよく、健康を願って、昔から私たちの身のまわりの模様として使われてきました。これをお読みになる皆様の健康を願い、「あさのは」と名づけてあります。



新型インフルエンザについて

1) どんなウイルスですか？

ブタのウイルス2種類が元で、トリのウイルス1種類、ヒトのウイルス1種類が混ざり合ってきたウイルスです。そのため、最初は豚インフルエンザと呼ばれました。大抵の人は、かかったことが無いウイルスです。

2) 病原性はどうですか？

ウイルスの構造上、いわゆる‘鳥インフルエンザ’で言われていたような強力型とは異なります。毎年、流行するウイルスと同程度のです。

3) 症状はどうですか？

突然の発熱、全身倦怠感があります。咳の症状を伴うことが多く、鼻汁やのどの痛みもみられます。毎年流行するインフルエンザと同様の症状です。

4) 診断はどうですか？

現時点では、今までと同様のインフルエンザの迅速検査で、A型が陽性であった場合に、新型の可能性があり、ということになります。従来通り、発熱後すぐの段階では、迅速検査は陽性にならない場合もあります。また、集団発生している場合には、PCR検査を行い、確定診断を行う場合もあります。

5) 治療はどうですか？

インフルエンザ治療薬である、タミフルは有効です。10歳代では、リレンザの吸入を用います。海外では軽症の場合は、抗インフルエンザ薬は使用せず、対症療法で経過をみている場合もあるようです。

6) 潜伏期は、どれくらいですか？

家族や、学校や職場の同僚など、周りに症状が出て、診断がついた人がいた場合、接してから、1日-7日くらいの期間で発症すると言われていています。特に、3日目までで発症するケースが多いようです。その期間は、自分自身も発熱や咳などの症状が出ないか注意した方が良いでしょう。

7) 発症したら、どのようにすれば良いですか？

新型インフルエンザの疑いがあり、発熱、咳などの症状で、病院を受診する際には、必ずマスクを着けるようにしてください。周囲に感染させない‘咳エチケット’は重要です。診断がついた場合は、熱の出方もみながら、1週間程度を目安に自宅療養となります。

(感染症科医師 西堀)

第2回 外来化学療法室の紹介

がん診療連携拠点病院においては、手術、放射線療法および化学療法を効果的に組み合わせた治療を実施することが義務付けられ、項目の1つに、外来化学療法を実施できる体制を整備することが含まれています。

当院の化学療法は各科の外来で行っておりましたが、患者数の増加に伴い、平成16年の10月に外来化学療法室が開設しました。現在は、平日の外来診療時間に、1日10～26名の患者様が化学療法を受けていらっしゃいます。外来化学療法においては、入院生活以上に患者様ご自身の自己管理が必要であり、患者様の力が化学療法継続の大きな要素の1つになってきます。また、化学療法を継続していくためには、患者様ご自身の生活と折り合いをつけていくことも必要になります。外来スタッフは、入院中の治療に引き続いて安全かつ少しでも苦痛が少なく患者様が化学療法を受けることができるよう、支援しております。また、治療の経過で必要となる薬の副作用や病気に伴う症状を少しでも和らげることができるよう、主治医や薬剤師、各病棟・各科外来、院内のサポートチーム等と連携を図っております。患者様の力と医療者の力が合わさり、患者様の望む生活に近づけられたらと思います。

拠点病院としての体制を整備していくにあたり、患者様の声を大切にしながら、よりよい外来化学療法室にしていきたいと思っておりますので、ぜひ皆様のご意見・ご要望をお聞かせ下さい。
(外来化学療法室 西川)

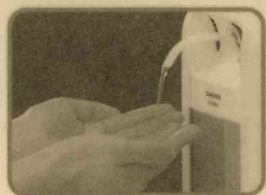
新型インフルエンザ拡大防止のために正しい手洗いを身につけましょう!

意識しないで手洗いをする、手のひらと手の甲しか洗われていません。

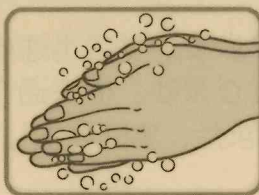
指先 親指 指の間 手首 は意識的に洗いましょう。

手指の正しい“洗浄”手順

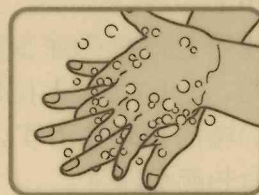
②～⑦を約30秒間繰り返す



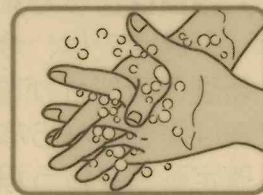
① 手指を流水でぬらし、石けん液を適量とり出す



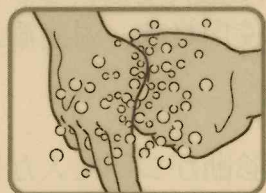
② 手の平と手の平をこすりよく泡立てる



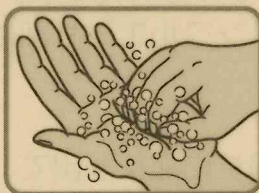
③ 手の甲をもう片方の手の平でこする(両手)



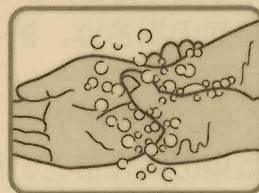
④ 指を組んで 両手の指の間をこする



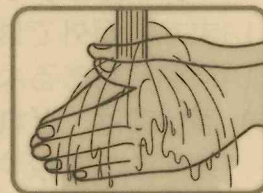
⑤ 親指をもう片方の手で包みこする(両手)



⑥ 指先をもう片方の手の平でこする(両手)



⑦ 両手首までていねいにこする



⑧ 流水でよくすすぎ、ペーパータオルでよく水気をふき取る

©SARAYA

(感染管理認定看護師 川上)

参加無料・申込不要

健康講話 のご案内

日時 平成21年10月7日(水) 13:00～13:30
 テーマ 「メタボな“お腹”よ さようなら!!」
 場所 長岡赤十字病院 1階ロビー 薬局窓口前
 講師 田井糖尿病看護認定看護師
 内容 メタボリックシンドロームとは?
 運動療法と食事療法 など

★この講話は、テーマを決めて、年間3～4回開催する予定です。
 次回は、11月4日『新型インフルエンザ』についてです。参加をお待ちしております。