

すこやか通信

2018.12.20 No.29

感染症にご注意ください

規則正しい生活と
うがい、手洗い

かつて死因の1位が結核などの感染症であった時代がありました。猛威を奮った感染症は20世紀の間に克服されたと言われるほど医学が進歩し、日本では感染症で命を落とす人は激減し、長寿に結びついています。しかしながら人類と感染症の戦いはまだまだ続いております。今年は、麻疹や風疹が話題となりました。最近の新聞では結核の集団感染が取り上げられていました。

当院では、病院における感染症に対する取り組みとして、保健所や三井記念病院と連携したり、さまざまな勉強会を独自で行っております。ここ数年は、新型インフルエンザウイルスの対策として、防護服の着脱訓練や、マスクの正しい装着のトレーニングも行ってきました。

(写真は10月に行われた東京都福祉保健局からの講師のもとで行った个人防护具の着脱訓練中の様子です。)

感染症は病原体(細菌、ウイルスなど)が、体内に侵入して症状が出る病気ですが、発症するか否かは、病原体の感染力の強さと身体の抵抗力のバランスで決まります。これからの冬はインフルエンザやノロウイルスなどの感染症の多い時期になります。普段から健康管理に注意して規則正しい生活を心がけるとともに、基本となる手洗いやうがいを忘れずに過ごしましょう。



正しい手洗いの手順



©SARAYA CO., LTD.

【理念】

誠心を持って医業を行い、常に医術の向上をはかり、誠実に実行します。

【基本方針】

心暖まる医療・看護を目指し、患者さんの健康の回復に努力し、地域の住民の方々に奉仕します。これを誠実に実行することを我々の喜びと致します。

- ① 地域の医院・診療所との連携を密にし、24時間診療体制をとっています。
- ② 生活習慣病の予防及び地元企業に働く人々の健康管理に専門的な見地から寄与します。

写真で綴る 病院の様々な行事

療養病棟夏祭り (8月24日)



夏から秋にかけての 病院行事を紹介いたします

飛木稲荷神社のおみこし(9月9日)



● ● ● ● ● 自衛消防訓練 ● ● ● ● ●

平成30年9月6日(木)に自衛消防訓練審査会が開催され女性隊が最優秀賞、男性隊が優秀賞を受賞しました。

前回までは大会会場に全出場隊が集まる審査方式でしたが、今大会からは消防署員が各事業所に出向する審査方式へ変更となり、各事業所の運営実態に沿った実践的な自主訓練を実施することが出来ました。

審査当日は、参加した隊員の緊張感や集中力から災害に対する意識の高さを感じました。

今後も訓練実施者のみならず、他の従業員も含めた全体で防火防災意識を高めていきたいと思っています。



地域連携型認知症疾患医療センターとしての活動



平成30年10月29日(月)墨田区認知症疾患医療連携推進会議を開催いたしました。

墨田区医師会会員の先生方を対象として、当センター主幹 中根 一(なかねまこと)先生が講義を行い、地域の先生方との交流を行いました。認知症の患者さんは増加すると言われていますが、地域の先生方と協力して早期の適切な診断を心がけ、発症を予防したり、症状が進むのを遅らせたりしていきたいと思っています。

この医療連携を増々盛んにしていくように、今後も活動を継続していきます。



● ● 内視鏡検査について ● ●



水曜日 内視鏡担当
新井 泰央 先生

当院では上部消化管内視鏡検査（胃カメラ）、下部消化管内視鏡検査（大腸カメラ）、ほかにERCP（内視鏡的逆行性膵胆管造影）などの特殊内視鏡検査・治療も施行しております。検査の苦痛が少ない鼻からの胃カメラ（経鼻内視鏡）が当院に導入されて10年以上になります。大腸カメラも鎮静剤（麻酔）を使用することにより苦痛なく安心して検査をすることができます。検査でポリープが見つかった場合、内視鏡の先端から専用の切除器具を出してポリープを切除する手術も行っております。何かございましたら、まずはお気軽にご相談ください。



酸素リハビリテーション外来

当院では、酸素療法を実施している患者さん専門の“酸素リハビリテーション外来”を2011年に開設しました。以来、多くの患者さんに呼吸器リハビリテーション（呼吸リハ）を提供しています。

呼吸リハとは病態について学び、運動療法・酸素療法・薬物療法・栄養療法・自己管理について包括的にアプローチ、支援することをいいます。

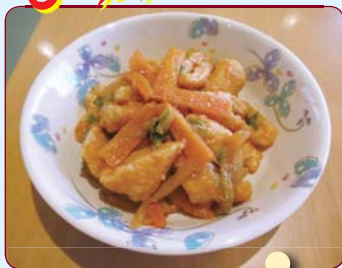
当院では独自に作成したパンフレットを用い、またそれぞれ患者さんの病態や主訴に合わせた個別のプログラムを立案しています。

当院の非常勤医師、日本医科大学呼吸ケアクリニック所長 木田先生が出演されるテレビ番組に当院のリハビリスタッフが「家で行える簡単な上肢の運動と呼吸法」について取材を受けました。この取材の様子は平成30年12月30日（日）午前7時からTBS「健康カプセル！ゲンキの時間」の中にて放送される予定となっております。お時間がありましたら是非ご覧下さい。



ぴりりと辛い

きりたんぽ DE トッポギ



人気の韓国料理、トッポギをきりたんぽで作ってみました。

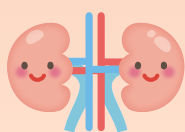
材料（2～3人分）

きりたんぽ …………… 3本（270g）
白菜 …………… 2～3枚
人参 …………… 1/2本
玉ねぎ …………… 1/2個
コチュジャン …………… 40g
砂糖 …………… 大さじ1
醤油 …………… 大さじ1
水 …………… 100ml
酢 …………… 大さじ1～2

作り方

- ①きりたんぽを500Wの電子レンジで1分30秒温め、斜めに切ります。
- ②コチュジャン、砂糖、醤油、水を合わせておきます。
- ③野菜は食べやすい大きさに切ってフライパンで炒めます。
- ④野菜がしんなりしたら、きりたんぽを入れ②の合わせ調味料を入れます。
- ⑤酢を入れて煮込んで出来上がりです。

ちょっと知りたい 検査の話 File.8 クレアチニンとe-GFR(腎機能検査)



クレアチニンは筋肉を動かすためのエネルギーを使うと発生しますが、体には不要なものですので腎臓から尿へ排泄されます。腎臓の働きが悪くなると尿に排泄されず血液中にたまっていきます。そのため、クレアチニン値が高いということは腎臓のろ過や排泄がうまくいっていないと判断できます。

腎臓がどのくらい働いているかは、e-GFR(推算糸球体ろ過量)で表します。e-GFRは年齢、性別、クレアチニン値から計算します。

健診結果などで気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。

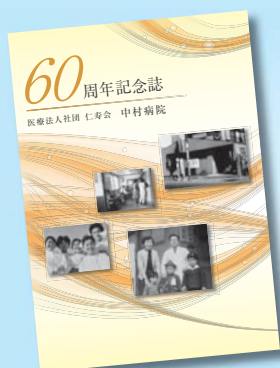
検査結果の見方

クレアチニン値が基準値よりも高い場合腎臓の働きが悪くなっている可能性があります。

男性 1.04mg/dl以下

女性 0.79mg/dl以下

e-GFRの基準値は
60ml/分/1.73㎡以上です。



60周年記念誌 国立国会図書館へ

国立国会図書館から依頼をいただき、“中村病院 60 周年記念誌”を国立国会図書館に納入いたしました。どういう経緯で依頼状が届いたかは不明ですが、どこかで私達を見守っていてくれる方がおられるようです。職員一同ますます頑張りたいという思いを強くしました。(記念誌は当院各階にて閲覧できます。ホームページからも見ることができますので、御一読いただけると幸いです。)

医療法人社団仁寿会
救急・労災指定

中村病院



院長 中村 隆

当院は日本医療機能評価機構認定病院です

●診療時間●

月曜～土曜

9:00～12:30

(受付8:00～12:00)

13:30～17:00

(受付13:00～16:30)

※水曜日のみ上記に加え

18:00～19:00

(受付17:50～19:00)

●診療科目●

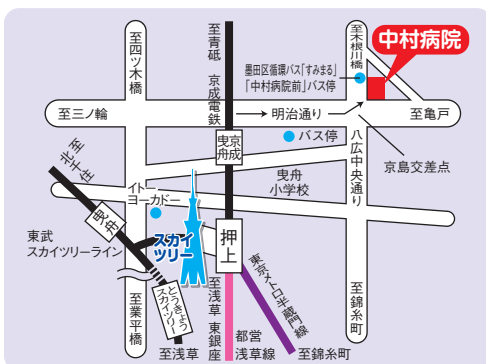
内科	外科	皮膚科
呼吸器内科	消化器外科	泌尿器科
循環器内科	肛門外科	リハビリテーション科
胃腸内科	整形外科	麻酔科
神経内科	脳神経外科	
ペインクリニック内科	形成外科	

●休日●日曜・祝日・創立記念日(3月1日)

※但し急患の場合は、随時受け付けます。

〒131-0041 墨田区八広2-1-1 TEL 3612-7131(代)

ホームページアドレス <http://www.jinjukai.or.jp/>



編集後記

2020年の東京オリンピックに続き、2025年には大阪で万国博覧会の開催が決まりました。

来年で平成時代にはピリオドが打たれますが、“すこやか”におだやかに希望あふれる新しい時代を迎えられるように準備したいと思っています。

