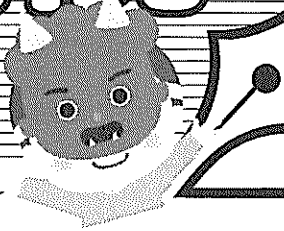


竹内病院 だより



2月号

医療法人
社団仁和会

 竹内病院

宮崎市霧島2丁目260
TEL(0985)26-0123 FAX(0985)26-8791

ドクター

Dr.に聞く!【第131回】

「新型コロナウイルス」

消化器外科医 豊永 健二

例年であれば新年を迎えた後には、かぜとインフルエンザが猛威を振るって病院外来が混雑しニュースになります。しかし今年は1月下旬から連日報道されている新型コロナウイルスの話題で席巻されています。この原稿を書いている2月の第1週では宮崎県での発症の報道はないようですが、感染拡大の報道を聞いていると他人事ではないと考えています。宮崎県でも保健所と大学病院、県病院での体勢を整えている状態だと考えます。今回はこの新型コロナウイルスについて調べたことをまとめておきたいと思います。

まず通常のコロナウイルスとは、一本鎖のRNAウイルスで一般的な風邪の原因となるウイルスです。国立感染症の報告によると風邪の3割がこのコロナウイルスが原因とされています。咳、飛沫、接触により感染し、鼻炎や上気道炎、下痢などを引き起こします。特定の治療法はなく対症療法で治療し、通常は重症化しません。

しかし2003年に中国で感染拡大して問題となった”SARS”（重症急性呼吸器症候群）もコロナウイルスの新型だったようです。2002年11月から患者の報告があり、翌2003年4月に原因が新型コロナウイルスと同定され、同年7月に終息宣言がされています。SARSは中国を中心に8000人強の感染が確認され、死亡者は774人と報告されています。

他には”MERS”（中東呼吸器症候群）も新型コロナウイルスでした。中東を中心に2012年から報告が始まり2019年11月まで患者報告があり、患者数は少ないながらも最近まで続いています。

今回の新型コロナウイルスは前述のSARSやMERSとは別の新型ウイルスとされており現時点では”2019-nCoV”と仮称されています。中国の武漢での”原因不明肺炎”としての報告は2019年12月から始まっていたようです。年が明けて1月25日から始まった春節期間に一気に世界に拡大した感があります。現在中国では感染の封じ込めに必死で混乱もあり、感染者数や感染率の正確な数字の報告にはまだまだ時間がかかると考えます。

新型でも咳、飛沫、接触による感染です。発病者は隔離しての治療が行われます。しかし無症状の病原体保有者からの感染も示唆されています。これはインフルエンザと同様で感染しても発病に至らず日常生活を送れる方がいます。そういう方から2次・3次感染を起こし、インフルエンザでは一気に感染者数が拡大している状況です。

治療には未だ特効薬はないので対症療法のみとなります。幸い日本国内での感染者では現状までは対症療法にて軽快しているようです。健常者であれば重症化は少ないのかもしれませんが。しかし子供や高齢者、免疫力が低下しているような方では注意が必要です。

感染予防は通常のインフルエンザと同様、手洗い・うがいです。咳・くしゃみの症状がある方はマスク着用して「咳エチケット」を守りましょう。また人混みが多い場所への不要な外出は避けること。そして外出から帰宅したら手洗い・うがいをすることです。

マスクの売り切れが報道されていますが、予防の意味ではマスクは完全ではありません。市販されているマスクではウイルスは普通に通過してしまいます。またマスクの間違った着用や、マスクをしていても手で目や鼻、口を触ってしまえば感染のリスクがあります。厚生労働省のホームページでは次のように掲載されています。

「マスクは、咳やくしゃみによる飛沫及びそれらに含まれるウイルス等病原体の飛散を防ぐ効果が高いとされています。咳やくしゃみ等の症状のある人は積極的にマスクをつけましょう。

予防用にマスクを着用することは、混み合った場所、特に屋内や乗り物など換気が不十分な場所では一つの感染予防策と考えられますが、屋外などでは、相当混み合っていない限り、マスクを着用することによる効果はあまり認められていません。」

現在では新型コロナウイルスと診断する検査法に時間がかかることが問題です。早く簡便に短時間で検査できる診断キットの開発が望まれます。現状で私たちができることは通常のかぜやインフルエンザ対策と同様に手洗い・うがい・咳エチケットです。いずれにせよ今年は東京オリンピックもあることですし、早く終息して開催や運営に影響がないことを願っております。

「院内研修会に参加して思う事」

昨年12月に「院内感染の研修会」がありました。この日の参加者は全体の約60%でした。当日参加出来なかった職員は、資料を見て各自勉強しているようです。

今回の研修は、竹内 茂理事長の専門でもある「結核」における病態や治療について・保健所の担当者から「感染」について勉強しました。

研修後のアンケートによると良く理解出来た47%、概ね理解出来た70%と、皆さん早い理解力で感心しました。更に、今後の業務に携わるうえで約70%の方が有意義と答えています。今なぜ「感染」について学ぶのか？当院では院内感染委員会や医療安全委員会を設ける事で、患者さまに対する安全な医療をすすめる上で非常に大切だからです。

皆さま、「結核菌」という菌をご存知ですか？一度は耳にされた事があるかと思います。結核菌は人の肺が好き・人間の「肺で生きる為に進化し続ける」と学びました。戦後、生活環境の悪い時代に多くの方が結核菌に悩まされたと思います。日本の結核罹患率は12.3%で、これも根強い菌だなと思いました。先生の話の中で「結核菌は体の中で冬眠している」ことから、昔結核に罹り長い時間をかけて治癒された患者さまがご高齢になり、抵抗力の低下で眠っていた「進化した菌」が目覚めるのでしょうか。

発見の遅れが今後の課題となるようですが、今は結核に対する薬も進化を遂げしばらく入院治療して頂き、「進化したお薬」で怖いイメージは無くなりました。

私たち職員は、感染病棟へ行く時はN-95というマスクをして感染予防に努めています。これは患者さまに携わる者が、院内感染をひき起こさないように事故防止で義務付けられています。

そして結核発病から（咳や微熱などでは自分で判断できない）受診・診断までが時間がかかることが課題なのです。咳が続く、なんかいつもと違う痰がでる？おかしいな…と感じた時には、早めの受診で不安から逃れましょう。感染源を知ることや思い出し、正しいマスクの着用方も大切だと学びました。

最近、聞きなれない新しい「菌」が人間社会を脅かしています。外出したらうがい・手洗いを実行し先生の診断を受ける事が自分の身を守る一歩ですね。栄養や睡眠もしっかり摂って適度な運動で抵抗力を高めましょう。

今回、院内感染研修会に参加して思った事は専門の病院に勤めているのに安心して勤める事ができる整備された環境なんだと改めて感心しました。これからも、手洗い・うがいを守ります。

ご来院の方へのお願い

各報道にありますように、現在院内のマスクの在庫が大変少なくなっております。ご来院される際は、なるべく各自でマスクをご準備いただくようお願いいたします。

また、どうしてもマスクが手に入らない場合は各階のナースステーションまでお申し出ください。

インフルエンザもまだ流行中です、当院では感染症対策としてご面会は短時間でお願いしております。ご了承ください。

「受付だより」

受付事務 佐藤 友佳

早いものでもう豆まきの声を聞く季節となりました。今月は「病院だよりは受付が当番」という役目を頂き、今年「年女」という事なので子年のことについて少し調べてみました。

子年は新しい運気のサイクルの始まりで、植物に例えると成長に向かって種子が膨らみ始める時期であり、未来への大いなる可能性を感じさせる年ようです。

心新たに、健康で笑顔の多い一年になるよう日々頑張っていこうと思います。

「3階病棟:看護補助だより」

看護補助 伊藤 智恵美

3階にはご高齢の方、自身で動けない方が多くいらっしゃいます。そして入退院も多い病棟です。

先日の事ですぐ冗談っぽく笑顔で「又来るね～」と帰って行く患者様に「来たら駄目ですよ～お大事にしてくださいませ～」と笑いながらお見送りして、少しうれしい気持ちになりました。その言葉ってこの場所が嫌ではなかったと思えたのです。

今まで以上に患者様とご家族様の気持ちに寄り添って、明るく接してコミュニケーションを取りたいと改めて思った日でした。その翌日、別の患者様がニコニコしながら「又来たよ～」と声を掛けて下さりこれも又、うれしい気持ちにさせて頂いた一言です。尚一層しっかりと世話させて頂きたいと思う「又来るねえ～」「又来たよお～」のうれしいお言葉でした。

「節分(恵方巻)について」

外来看護補助 岩切 絵美

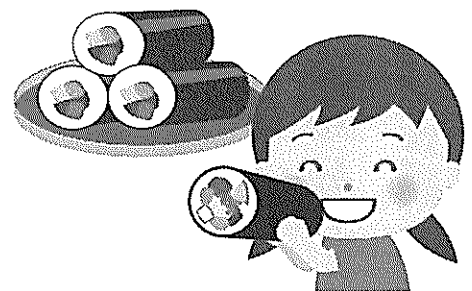
暦の上では、立春を過ぎてもまだまだ寒い日が続きますが、皆さんはいかがお過ごしでしょうか。

正月が終わり、一月もあっという間で二月は更に早く過ぎていきますね。さて、二月と言えば「節分」豆まきや恵方巻などなど。今回は恵方巻について調べてみました。

恵方巻とは、江戸時代から明治時代にかけての大阪の花街で、節分をお祝いしたり商売繁盛を祈ったりしたのに始まったと言われています。又、恵方の方向に向かって巻き寿司を一本丸ごと食べることで幸福や商売繁盛の運を一気にいただくということで、運を手に入れるとも言われています。

わが家では毎年、いろんな具材を使ってオリジナル恵方巻を作っています。もちろん巻くのは子供たち。自分で作る恵方巻は、好きな物を好きな分だけ入れて巻くので形はどうであれ、いつもの倍以上の量をもくもくと食べながらお願い事をしているようです。いったいどんな願いをしているのかな～と、いつも思っています。

今年の恵方は「西南西」今年こそは・・・と願いを込めて私も一気に食べてみようと思います。



お手軽料理

今年から美味しい料理改め、「お手軽料理」「楽しい食事」について書いていこうかなあと考えています。

私はおやつ代を少し減らして、毎月雑誌を購入しています。これは景品が楽しみな年間で契約するとニヤニヤできる景品があるからです。料理本を見ると誰かに作って食べさせたい~と思うのですが、いざ作ると本と違ってつやつや感が無い! そうです。料理は根気と愛情と本通りが間違いないです。

今回の「バクリ」は、とろみです。こう寒いと温かい料理でもすぐに冷めてしまいます。片栗粉は昔から愛用される食材なのですが、仕上げに一工夫を忘れがち。『今回はあったか牛丼』は如何?

- 【2人分】 ●牛小間切れ: 150g ●玉ねぎ: 大半分 ●温泉卵: 2個 ●紅生姜: 好みの量 ●温かいご飯: 好みの量
 ●しょうゆ: 大さじ3 ●みりん: 大さじ1 ●お酒: 大さじ1 ●お砂糖: 大さじ1 ●水: 70~80 ●片栗粉: 大さじ1
 ●水: 大さじ2

玉ねぎは5ミリから1cmの食べやすい大きさの千切りかくし切にします。手頃なフライパンに煮汁の調味料を入れ、中火にかけます。煮立ったら玉ねぎを入れ、弱めの中火(8分程度)で玉ねぎが好みの柔らかさになるまで煮ます。牛肉を入れ、アクを取りながら好みの味にします。一度火を止め、水溶き片栗粉を加えて混ぜます。しっかりとろみがつくまで混ぜながら約1分煮詰めます。器に盛って紅生姜、温泉卵をのせるとトロトロで熱々のあったか牛丼の出来上がり。

片栗粉は、同量の水で溶かすと習ったものですが「片栗粉:水」は1:2が黄金比と書いてあります。ダメにならないコツなので。雑誌を読むと、色々な発見があって楽しいです。歳をとると、昔の記憶は鮮明程ではないが思い出すと脳が正しいと判断し、新しい情報は中々脳に収まりませんのがのさん事です。

昔、うさぎ飛びばかりさせられ水を飲むからお腹が痛くなると教えてくれた先生お元気ですかあ...ここ数年ひざが痛いのは太っているからでしょうか...間違っていたのでしょうか...?

編集後記

寒くて冷たくて...演歌歌手の歌が出てきそうです。先月、竹内病院の新年会があり寒さも忘れるご馳走に出会いました。普段と違い参加した職員も日常と違ったお化粧とおめかしに最後まで誰かと分からないくらいでした。今年はゲームや座席番号での抽選会があり、当たった人は嬉しさのあまり足が絡んでこけないかとステージの袖から心配しました。竹内 茂理事長からの特別賞も用意され、当たられた人は一人占め! シンデレラの気持ちで帰りの階段を下りていった事でしょう。のさ~ん。

2月はまだまだ寒い日が続きます。そして宝くじも毎月出ています。幸せ、かも~ん。

お知らせ 在宅医について

4月12日(日)は在宅医となっております。診療時間は9:00~17:00です。
 また、急患の方におかれましては、この限りではありません。

関連施設

介護老人保健施設

むつみ苑

【施設定員/入所: 80名 通所: 20名】

施設長 面高 美津子

宮崎市池内町伊勢領1344番地

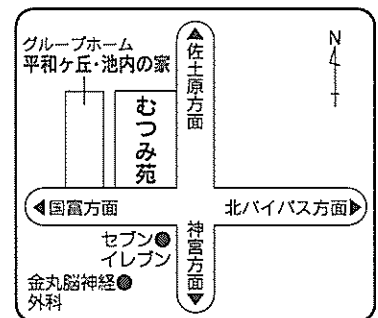
TEL (0985) 39-9200 FAX (0985) 39-9506

グループホーム 平和ヶ丘
 TEL (0985) 30-2855

グループホーム 池内の家
 TEL (0985) 39-6623

大宮在宅介護支援センター
 TEL (0985) 36-3170

宮崎市大宮地区地域包括支援センター
 TEL (0985) 61-1789



呼吸器外科・呼吸器内科・消化器外科・外科
 内科・肛門外科・循環器内科・放射線科
 リハビリテーション科

保険医療機関
 医療法人社団 仁和小



竹内病院

理事長 竹内 茂

〒880-0032 宮崎市霧島2丁目260番地

TEL (0985) 26-0123 FAX (0985) 26-8791 URL : <http://www.zinwakai-takeuchi.com/>

診療時間

- 平日/午前8時30分~正午 午後1時30分~午後6時
- 土曜日/午前8時30分~正午
- ※急患は随時受付いたします※
- 休診日/日曜・祝祭日
- 健康診断、随時受け付けております。

