

# 青竹

36  
NO.

2008.3.27

編集：病院広報紙編集委員会  
委員長 鈴木 道生

- 2 インフルエンザ
- 5 新任医師のご紹介
- 6 看護局から
- 7 くすり箱
- 8 診療技術局から
- 10 医療相談室からのお知らせ
- 11 中央監視室からのメッセージ
- 12 ご意見箱～院長からご返事します
- 15 配偶者選び
- 16 お知らせ



病棟の日常風景

# インフルエンザ

豊橋市民病院 感染症管理センター 副部長

山本景三

## インフルエンザとは

今号が発行される頃にはインフルエンザの流行は下火となっていることと思います。インフルエンザはインフルエンザウイルスにより発症する感染症です。発熱、上気道炎症状（咳・鼻水・咽頭痛）、全身症状（筋肉痛・全身倦怠など）をきたします。通常の「風邪」とは異なる病気で、とくに高齢者などでは重症化すると命に関わることもあります。

## インフルエンザの治療

基本的には対症療法のみで、発熱が2～3日続いた後1週間程度で治ります。タミフル、リレンザ、シンメトレルなどの抗インフルエンザ

ウイルス薬を使用することがありますが、タミフルは投与後に異常行動をきたすのではないかとの心配があり、10歳代の患者さんには処方できません。

## インフルエンザの予防

インフルエンザは予防することができる病気です。予防法を三つご紹介します。まず一つめはワクチン接種です。インフルエンザが流行する前（11月頃）に接種することによってインフルエンザウイルスに感染しにくくなり、感染しても症状が軽くすむことがわかっています。流行するウイルスは毎年少しずつ異なるので毎シーズンの接種が必要です。二

つめは呼吸器衛生/咳エチケットと呼ばれるものです。くしゃみや咳が出ている人はマスクを着用するか、またはティッシュペーパーで口と鼻を覆ってください。使用したティッシュペーパーはすぐに定められた場所に捨て、手を洗いましょう。病院のアトリウムなどにはマスクの自動販売機を設置していますのでご利用ください。三つめは抗インフルエンザウイルス薬です。タミフルとリレンザはインフルエンザの予防にも有効です。しかし使いすぎると薬剤が効きにくい耐性ウイルスが出現すると言われており、予防のために多用するのは控えなければなりません。

### 鳥インフルエンザ、新型インフルエンザ

近年東南アジアなどで鳥のインフルエンザが流行して大きな被害をもたらしています。さらに鳥からヒトにも感染しています。世界保健機関WHOによれば2008年3月現在、全世界で372名が発症し、うち235名が死亡しています（死亡率63.2%）。さらに鳥インフルエンザのウイルスが遺伝子変異を起こし、ヒトからヒトへ感染するようになって大流行することが危惧されています。これを新型インフル

エンザと言います。過去には1918～20年のスペインインフルエンザを初めとして数回のパンデミック（大流行）がありました。とくにスペインインフルエンザによる被害は甚大で、全世界での死亡者数は2,000万人とも4,000万人とも言われています。

### おわりに

最後に感染症管理センターのご紹介をします。感染症管理センターは2003年4月に新規開設され、病院感染の防止と感染症診療を二本の柱として活動を行っています。病院感染の防止のために院内感染対策チーム（ICT）を組織し、各職種の専門家（感染管理認定看護師、感染制御専門薬剤師、感染制御認定臨床微生物検査技師）も参加して職員教育やサーベイランス（病院感染の発生状況を継続的に調査分析するシステム）などを実施しています。感染症診療に関しては、当院は愛知県のエイズ診療中核拠点病院ですのでHIV/AIDSの患者さんを直接担当しています。その他に各診療科からの感染症に関するご相談に対応する業務を行っています。

# 咳エチケット ひろげよう



# ひろげるな インフルエンザ

マスクをせずに咳やくしゃみをすると、ウイルスが2mから3m飛ぶと言われています。そこで必要なことが「咳エチケット」

### 「咳エチケット」とは？

- 咳・くしゃみ際にはティッシュなどで口と鼻を押さえ、周りのひとから顔をそむけましょう。
- 使用後のティッシュは、すぐにフタ付きのゴミ箱に捨てましょう。
- 症状のある人はマスクを正しく着用し、感染防止に努めましょう。

その他、インフルエンザ予防のためにできること

- ◆ 外出後のうがいや手洗いを定期的に行いましょう。
- ◆ 十分に栄養や睡眠をとり、体力や抵抗力を高め、体調管理をしましょう。
- ◆ ワクチン接種を希望される方は、お近くの医療機関にご相談下さい。

なお、高齢者の方（原則65歳以上）がインフルエンザ予防接種を希望する場合は、予防接種法（定期的予防接種）の対象者として接種を受けることができます。

### インフルエンザホームページ

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekaku-kansenshou01/index.html>

11/9 ▶ 3/31

## インフルエンザ等 感染症相談窓口

NPO法人 バイオメディカルサイエンス研究会

E-mail [influt@npo-bmsa.org](mailto:influt@npo-bmsa.org)

TEL.03-3200-6784  
FAX.03-3200-5209

### お問い合わせ先

厚生労働省健康局結核感染症課  
厚生労働省ホームページアドレス  
<http://www.mhlw.go.jp>

国立感染症研究所・感染症情報センター  
ホームページアドレス  
<http://idsc.nih.go.jp/index-j.html>

日本医師会感染症危機管理対策室  
日本医師会ホームページアドレス  
<http://www.med.or.jp>

### 新型インフルエンザとは？

世界的流行が心配されている新型インフルエンザに対し、政府は行動計画を定めて、発生に備えた対応を行っています。詳しくは、厚生労働省HP「新型インフルエンザ対策関連情報」まで。  
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekaku-kansenshou04/index.html>

# 新任医師のご紹介



- ① 所属
- ② 前任地
- ③ 趣味
- ④ その他 自由（抱負、自己PR、家族のこと、最近思うことほか）

## 桐山宗泰

- ① 一般外科
- ② 春日井市民病院
- ③ 特になし
- ④ 少しでも皆様によりよい医療が提供できるよう努めたいと存じます。  
よろしくお願いいたします。



## 佐藤文明

- ① 循環器内科
- ② 社会保険中京病院
- ③ 写真、外出
- ④ 平成20年1月より豊橋市民病院の循環器内科に赴任することになりました。少しでも多くの患者さんのお役に立てますよう頑張りますので、よろしくお願いいたします。



# 看 護 局 か ら

## 上手に飲み込むお手伝い ～食事の介助～

看 護 局 摂 食 ・ 嚥 下 障 害 看 護 認 定 看 護 師 成 瀬 基 子



看護や介護の中に“食べさせる”という場面があります。看護や介護を受けられる方が上手に食べるためには上手な介助が重要となります。そこで今回は『上手に食べさせる』ことについて少しお話します。

### ①姿勢

飲み込むために働く筋肉の運動は不安定な姿勢によってじゃまをされてしまいます。車椅子では下図の様に座らせてあげることで安定した姿勢をとることができます。



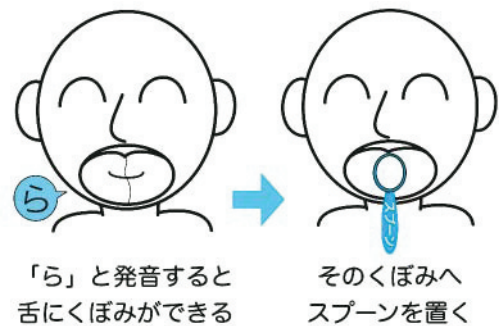
ゴクンと飲み込んだ後の食べ物は重力によって食道から胃へと運ばれていくので、ベッドの場合は30度以上起こしましょう。

### ②一口量、食具（スプーン、はしなど）

スプーンを使用するのであればカレースプーンよりも少し小さめのものを選んでください。一口量は多くなるほど飲み込むことが難しくなります。スプーンに食べ物をのせる前には一度スプーンを冷水にくぐらせてください。スプーンから食

べ物が離れやすくなります。スプーンについて唾液も流れるのでお粥を食べさせている間に水っぽくなってしまふ離水現象を防げます。

食べ物を口に入れるときには舌の中央に食べ物を置く（スプーンを置く）ようにします。「ら」と発音したときにできる舌のくぼみ辺りに食べ物を置くことで口の中で飲み込みやすくまとめることができます。



### ③飲み込みにくいとき

ゴクンと飲み込んだら口の中を覗いてみてください。食べ物が飲み込みにくいために口の中に食べ物が残ってしまうことがあります。そのようなときには食事とお茶ゼリーを一口ずつ交互に食べるとよいでしょう。口の中がサッパリするとともにのどに残った食べ物もいっしょに流してくれます。（お茶ゼリーの分量：お茶300mlに対してゼラチンパウダー5g）

このような、ちょっとした工夫で上手に飲み込むお手伝いをすることができます。食事介助の機会がありましたらぜひお試しいただきたいと思います。



# お薬の休薬期間とは

お薬には毎日のみ続けていく必要のあるものが一般的ですが、服用期間と休薬期間が決められているものがあります。薬の休薬期間とは薬を服用しない期間のことをいいます。

## 例) ◇リウマトレックス(関節リウマチの治療薬)

通常、1週間のうち2日服用し、残り5日間は休薬。

## ◇ボナロン35mg(骨粗鬆症の治療薬)

1週間に1回、決められた曜日にだけ服用。

※(注意) 同じ薬でも含量が異なるボナロン5mg錠は毎日服用する薬ですので、注意してください。

## ◇抗がん剤

副作用の軽減や効果を高めるために、休薬期間が決められている抗がん剤もあります。

また、治療(薬)が変更になった場合には、今まで飲んでいた薬の影響を考え、休薬期間が必要なことがあります。

## 例) ◇バイアスピリン、パナルジンなど(抗血小板薬)

抗血小板薬を服用中の方で、抜歯や手術の予定がある場合は手術予定の1~2週間前からの休薬が必要なことがあります。

※必ず医師に服用していることを知らせてください。

### 服用時の注意

#### 1. 決められた量、服用期間を守る。

自分の判断で飲む量や服用期間を変更しないでください。

副作用などで休薬期間が変更される場合があるので、よく確認のうえ、服用するようにしましょう。

#### 2. 休薬期間のある場合は、服薬記録をつけましょう。

日付を入れ、飲み忘れのないように服用期間と休薬期間をメモするとよいでしょう。

# 診療技術局から

## 臨床工学室

### 電気メス

今回は電気メスについて紹介いたします。電気メスは（正式には電気手術器）は20世紀初頭に発明され、外科手術を支えてきた医療機器です。電気メスは大きく以下の2つのタイプに分類されます。

#### モノポーラ型（単極型）

高周波を発生させる本体、メス先と呼ばれる医師が手に持って使用する部分、対極板と呼ばれる人体に貼り付ける金属の板、以上の3つから構成されている。通常電気メスといえばこちらのタイプをさします。本体で作られた高周波電流（高周波なら大電流を流してもビリビリ感じないので電気メスでは0.3～5 MHzの高周波が使われています。）はメス先に運ばれ、細い火花の形で生体に流入します。流入点の細胞には、電流が集中的に流れるので、その中で大きな熱（ジュール熱）が発生します。この熱で、切開や組織の凝固をします。一方、用が済んだ電流は、広い対極板（患者プレート）で電流を分散させて、安全に回収され、本体に戻っていきます。このように、電気メスでは電流でメス先を熱してヤキゴテにしているわけではありません。

#### バイポーラ型（双極型）

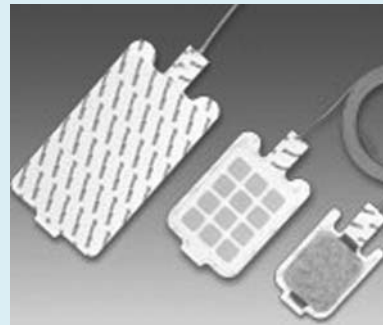
機器はピンセット型をした電極、高周波を発生させる本体の2つから構成されています。ピンセットで目的の組織をつまみ上げ、通電させることで主に凝固を行います。電気はピ



本体



メス先



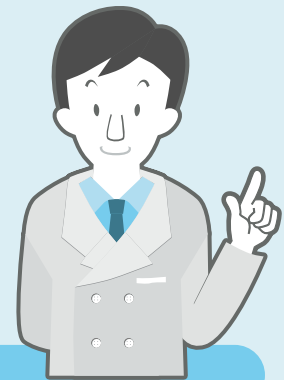
対極板



ンセットの先端の間のみを流れ、理論的に他の部位に漏電しないため、心臓ペースメーカー埋め込みや神経の密集した部位の手術に使用されることが多いです。

また、その他にもレーザーメス、超音波メス、ウォータージェットメス、冷凍メス、マイクロ波メス等、用途によってメスは様々な種類が用いられています。

## リハビリテーション技術室



### 自 助 具 と は

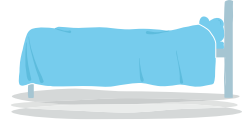
今回は、身体に障害がある方のQOL（生活の質）を向上させるために、日常生活で使用する道具を工夫した「自助具」について説明します。自助具は漢字の意味の通り、「自分を助ける道具」のことです。身体が不自由で生活上困難な動作でも、できる限り自分自身で容易に行えるように補助し、日常生活をより快適に送るために特別に工夫された道具です。自助具を使うと、できないとあきらめていたり、人に頼んでいたことが自分ができるようになります。生活の幅が広がり、物事に積極的に取り組めるようになり、そのため、日常生活が改善され、自立や社会参加が促進されればQOLが向上します。しかし、使い方を誤るとかえって身体の機能低下を引き起こすこともあるので、作業療法士など専門家への相談が必要です。





# 医療相談室からの お知らせ

## 緩和医療を知っていますか

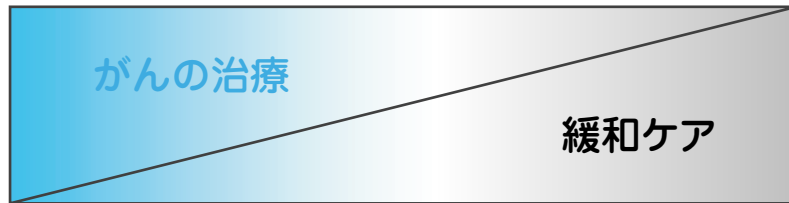


病院内緩和ケアチームで行われている緩和医療とは・・・

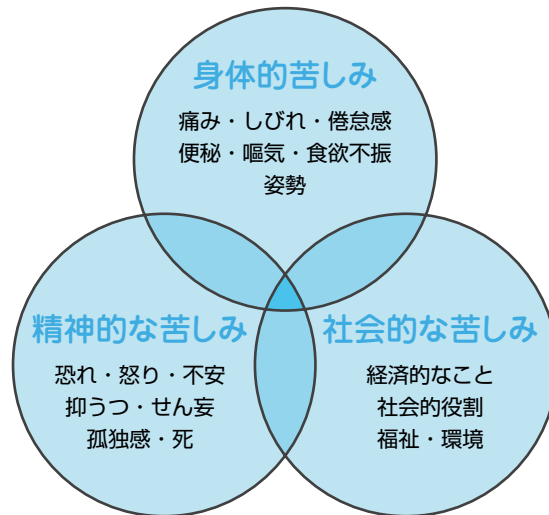
がんそのものを治療するだけでなく、がんによる身体的苦しみや精神的な苦しみを少しでも和らげ、患者さんが「自分らしくくらす」ためのサポートをしています。

診断

死



緩和ケアチームのメンバーは患者さんを中心に医師、薬剤師、看護師、ソーシャルワーカー、その他コメディカルが力を合わせて活動しています。



### 声を出して伝えてください

- ・ 大の大人が痛い苦しいと騒ぐのは見苦しいとは思わない。
- ・ 私だけが我慢できないのではないか？と思わない。
- ・ 忙しい医師を煩わせてはいけないのではないか？と思わない。

相談窓口

医療相談室

がん相談コーナー

## 中央監視室からのメッセージ

きれいにしよう日本の空を

### 日本空調サービス株式会社

中央監視室は、病院設備の運転監視業務、空調設備保守点検業務を実施しています。その他に空調、電気、給排水、建築、リニア等の小修繕を実施しています。設備管理技術者は、設備全般に関する幅広い知識と総合的判断力が要求されます。

また、技術進歩が著しく最新技術を駆使した設備が導入されているため、常に新しい知識を吸収するよう努力しています。



ボイラー室



電気室

「患者さん、病院スタッフに安心感を与える最適な環境を維持するために、技術力と人的資源を結集させ、高品質サービスを提供する」を品質基本方針として業務に取り組んでいます。ISO9001を取得して品質管理活動を推進しています。

今後も病院スタッフの一員として、設備管理、施設の性能維持、サービス向上に貢献していきたいと思っております。



中央監視室



## ～院長からご返事します～

1. 小児病棟の付き添いの食事を出してもらいたい。子どもがいるとなかなか部屋を空けることもできません。他のお母さんたちも望んでいることだと思います。病院食で結構ですので、出してもらえると大変助かります。

### ご返事

『ご意見ありがとうございました。小児科医師からも同様の意見があり、検討しましたが、病院食をお出しする場合は、毎日付き添いの方に必要かどうかお聞きする必要があることに加え、1日1,920円、1食あたり640円かかります。院内のレストランでは、事前に注文しておけばテイクアウトできるメニューがあります。小児科病棟に営業時間や申込方法、メニューなどを用意する予定でおりますので、現時点では、それを利用していただきたいと考えております。今後とも貴重なご意見お待ちしております。』

2. 母がCTで撮影をした際、車椅子に乗った母と付き添いの私だけにして、技師が別室へ行ってしまった。小さな母には、ベッドも高く、上向きで横になるためには危険なため、技師さんに手を貸していただくなどの配慮をして欲しい。

### ご返事

『ご意見ありがとうございました。患者さんに対する配慮が不足し、誠に申しわけございませんでした。最初に、技師から「自分でベッドに上がることができますか？」などの声をかけることが必要でありました。今後は、患者さんの立場に立った対応を心がけてまいります。今後とも貴重なご意見お待ちしております。』

3. 総合生殖医療センターで外来治療を受けているが、外来医師が採卵・胚移植のため手術室に行かなければならなくなり、診察が大幅に遅れることがある。全国的な産婦人科医師不足は理解しているが、是非医師の増員をお願いしたい。

### ご返事

『ご意見ありがとうございました。総合生殖医療センターに限らず、多くの科では医師が不足しており、外来待ち時間や入院待ちも含め、患者さんにはご迷惑をおかけしております。医師不足が全国的な傾向にある科では、当院に患者さんが集中するなど非常に厳しい状況ではありますが、当院では平成19年度から計画的に医師の定数を増やす方策を取っております。今後でもできる限り努力してまいりますので、ご理解くださるようお願いいたします。今後とも貴重なご意見お待ちしております。』

4. 院内の所々に有名画家の絵画が展示してあり、ちょっとした美術館を見学しているようで楽しかった。

ご返事

『ご意見ありがとうございました。以前には、絵画にコメントを入れて欲しい旨のご意見がございましたので、検討したいと思います。少しでも、患者さんの心が癒せるようにして参りたいと考えております。今後とも貴重なご意見お待ちしております。』

5. 救急外来にある自動支払機（クレジットカード）を使用しているときに、待っている人に見られているような気がするので、見えない場所に移動して欲しい。

ご返事

『ご意見ありがとうございました。自動支払機につきましては、向きを変えたりつい立を設置するなど、なるべく見られないような工夫をすることを検討してまいりますので、ご理解ください。今後とも貴重なご意見お待ちしております。』

6. 継続的に予約票を交付してもらっている患者が予約日を間違えて注射に来た際、その日の当番の医師が診察して注射すれば良いのに、それをあえて初診料を取って救急の医師が注射をするのはおかしいのでは。

ご返事

『ご意見ありがとうございました。救急外来で対応した理由として考えられることは、診察に時間外であったか、或いは予約で一杯であり、非常に長い時間待ついただく可能性があったものと思われまます。また、継続的に来院されている患者さんに対して初診料をいただくことはないものと考えておりますが、不快な思いをさせていただきましたこととお詫び申し上げますとともに、ご理解いただきたく存じます。今後とも貴重なご意見お待ちしております。』

7. 入院患者の部屋の移動は突然言われても困るので、前もって言って欲しい。また、手術後すぐに大部屋へ移動するのも患者への配慮が足りない。個室希望の連絡が看護師に伝わってなかったので、連絡事項のミスをなくして欲しい。

ご返事

『ご意見ありがとうございました。入院患者さんの部屋の移動につきましては、『入院のしおり』への記載や入院時の看護師からのオリエンテーションでご説明させていただいておりますが、患者さんの病状等を勘案して病室を移動させていただいております。また、手術後に大部屋へ移動することにつきましては、手術後の経過や状況等をふまえ医師と相談の上移動させていただいておりますので、ご理解くださるようお願いいたします。個室希望につきましては、看護師の連絡を密にして、今後このようなことがないように、指導してまいります。今後とも貴重なご意見お待ちしております。』

8. 検便検査の時に、他病院では便を取るためのシートをくれますが、市民病院ではくれませんでした。便が水の中に落ちてしまい、取ることができませんでした。

ご返事

『ご意見ありがとうございました。本院の便の検査は、2種類の検査方法で検査しており、今回ご指摘のあった検査につきましては、シートつきのものではありませんので、シートつきのものに変更（統一）する方向で検討してまいりたいと考えております。今後とも貴重なご意見お待ちしております。』

9. 久しぶりに入院して以前に比べていろいろな部分がよくなっている。

- 1) 看護師がいろいろなことを分りやすく説明してくれる。
- 2) 担当の看護師が挨拶に来てくれる。
- 3) 注射の際、針を刺す位置を患者さんに相談してくれる。
- 4) 食事がとてもおいしく、肉・野菜がとても柔らかい。工夫していることなどをメニューに載せて欲しい。

ご返事

『ご意見ありがとうございました。今回のご意見は非常に具体的な事例を挙げられており、われわれ職員にとりまして、非常に参考になります。特に食事の工夫につきましては、現在のコンピュータシステムでは難しいことがありますので、次期システム更新時には是非とも検討したいと考えております。今後もこのようなご意見をいただけるよう、職員一同がんばってまいります。』



# 配偶者選び

豊橋市民病院長 小林淳剛

生物にとって天敵から身を守り、食べられる物を食べることは、生存にとって非常に大切なことです。しかし、これを遺伝子の立場からすれば、生存することは目的を達成する手段に過ぎません。遺伝子の真の目的は、生殖し、次の世代に遺伝子を渡すことです。極論を言いますと「生物は遺伝子がより多くの遺伝子を作るための手段に過ぎない」ということになります。

一部の生物種では、自分が二つに分かれ、それぞれが新しい個体になる無性生殖をするものもありますが、地球上に存在する170万種ほどある種の大部分が有性生殖を営んでいます。有性生殖が生物の環境に適応していく上で有利に働いているからだと思えます。有性生殖と無性生殖の違いは、有性生殖で生まれた子には両親の遺伝子の交換による利点があるからです。新たに改良された遺伝子の構成は変異によるダメージを抑え、子の適応性を高めることができます。

この有性生殖の利点を最大限に活用するには、個体は最適な配偶者を選ぶ必要があります。遺伝子から見て、この最適とは、生き残り、子を作る可能性が高くなるような配偶者を意味します。

では、人間にこれが当てはまるか否か考えて見ましょう。人間は非常に複雑な動物です。人間が何を魅力的と感じるかは、文化と民族性、各種信条、個人的興味や性格が混じりあって決まります。しかし、遺伝子の生殖に対する欲求も、人間の心の奥底にひそんでいる大きな要因です。健康で生殖能力の高い配偶者を求めるという点で、私たちの心は石器時代の祖先と同じようにプログラムされています。

何が美しいか人さまざまですが、その目やその奥にある心は何百万年にもわたる人類の進化により形成されたものです。そして、あるものが魅力的なものと感じるのは、少なくともその一部は配偶者を選ぶために進化してきたものです。



# お知らせ

## 助産師外来開設について

当院産婦人科において平成20年3月25日より助産師外来を開設しました。

妊婦健診に加えお産や育児、その準備について助産師と一緒に考えていく外来です。

対象者は当院受診中の妊婦さんで妊娠36～37週で正常経過の方、当院で分娩予約された方で助産師外来受診の希望があり医師の許可のある方、とさせていただきます。

完全予約制です。

●外来日 毎週火・木曜日 9時～15時30分 ●お一人30分程予定しています

●内 容 妊婦健診

●妊娠中の注意事項・乳房手当て等、バースプラン(分娩方法について)、着帯(希望者)その他妊娠中・分娩に関するご相談や育児の準備など心配な事、不安な事を解決できるお手伝いをいたします。

●費 用 料金は医師の妊婦健診と同額です。

\*当院での分娩希望の方、助産師外来に関するお問い合わせは産婦人科外来(TEL.0532-33-6256)までご連絡ください。

## 豊橋市民病院の理念

信頼に応える技術、人に優しい思いやりのある心、地域に開かれた安らぎのある病院

## 豊橋市民病院の基本方針

1. 地域に開かれた信頼のある病院、患者に優しい思いやりのある医療を目指します。
2. 地域の基幹病院としてふさわしい高度な医療を提供するとともに、特殊医療、救急医療等を積極的に受け持ちます。
3. 基幹病院としての役割を担いながら、他の医療機関との間の有機的な連携のもとに当院の行うべき医療活動を推進します。
4. 医学及び医療技術の研鑽に努めるとともに、医学・医療の進歩に寄与します。
5. 研修医、医学部学生、看護学生、コメディカル、救急救命士などの教育を積極的に行います。
6. 地域住民の保健知識の普及に努め、健康増進活動に参加します。
7. 公共性と経済性を考慮し、健全な病院経営に努めます。
8. 安全医療の推進に努めます。

当院のご案内は下記でも行っています。併せてご覧下さい。  
豊橋市民病院インターネットホームページアドレス  
<http://www.municipal-hospital.toyohashi.aichi.jp>



豊橋市民病院  
携帯サイト

