

# フィリア・レター

～ 真の友人からの手紙 ～



発行所: 中部ろうさい病院

〒455-8530

名古屋市港区港明1-10-6

TEL 052-652-5511

FAX 052-653-3533

<http://www.chubuh.rofuku.go.jp/>



## 以前にも増して、救急車の受け入れ体制が整った!

中部ろうさい病院 堀田 饒

今日は、中部ろうさい病院に通院される患者さんとその家族にとっても、われわれ病院の職員にとっても嬉しいお話をお届けしたいと思います。中部ろうさい病院は、慢性疾患の患者さんだけを診るのではなく、急性期の患者さんの病状にも適切に対応出来る病院を目指し、今日迄鋭意努力して参りました。

急性期の病気とは、字句の通り病態が急変して救急車などにより搬送されてみえる、どちらかと言えば対応に緊急性が求められるものです。一方、救急車を受け入れる病院には、患者さんの病状に応じて、臨機応変に素早く、適切な対応の出来る医療スタッフと設備を整えて、24時間受け入れる体制づくりが求められます。

従来、愛知県では救急対応への一つの仕組みが設けられていて、それをメディカルコントロールと言います。この体制の規定により、重篤な患者さんの救急車による病院への搬送が制限されていました。特に名古屋市は、ほんの一握りの限られた病院にしか、心肺停止(CPA: cardio pulmonary

arrest) 状態の患者さんは搬送が許されていなかったのです。即ち、例え当院に日頃受診してみえる患者さんが心肺停止状態になっても、近くの当院への搬送は許されず、遠い病院にのみ許されるという変な規制がありました。誠に理不尽な掟でしたが、此度平成21年9月から名古屋市消防局の取り計らいにて、当院をはじめとして名古屋市内の多くの病院でも心肺停止状態の患者さんを受け入れることが認められたのです。限られた病院だけによる閉鎖的医療が開放された、新しい一頁を埋める、画期的な出来事と言えます。

中部ろうさい病院は、心肺停止に代表される重篤な患者さんが救急車で搬送されることが許され、それも適切に対応すべく一層の努力を務めて行きたいと思っております。長年の夢が適って、当院に通院される患者さんに、安心して安全な医療を提供出来る体制が整い、新しい年を迎えようとしています。2010年は、当院にとって救急元年の年とも言え、これ迄にも倍して良質で安心・安全な医療を患者さんに提供出来る病院にしたいと思っています。皆様からの温かいご叱責をよろしくお願い申し上げます。

### 今月号のお知らせ

- ①以前にも増して、救急車の受け入れ体制が整った!  
.....中部ろうさい病院 堀田 饒
- ②新型インフルエンザ  
.....第二呼吸器内科部長 松尾 正樹

### ③マンモグラフィ検診について

.....放射線技師 宮本 宏実  
片桐 江美子

### ③医療ソーシャルワーカーをご存じですか?

.....MSW 竹内 里夏

### ④自分でできる寒さ対策 ~冬を暖かく過ごすために~

.....4階東病棟補佐 北川 恵

### ④編集後記


 医師


## 新型インフルエンザ

第二呼吸器内科部長

松尾 正樹

「インフルエンザ」。毎年はやるこの病気に、皆さんも一度はかかったことがあるのではないのでしょうか。特に今年は「新型」の流行が大きな問題となっています。いろいろなニュースがありますが、まずは新型インフルエンザの特徴を知っていただき、適切に対応できるようにしていただければと思います。

### ◆インフルエンザの種類

インフルエンザウイルスは、大きくA型、B型、C型の3つに分けられます。A型は大きな流行を引き起こすのが特徴で、非常に変異しやすく新型インフルエンザ(H1N1)や毒性の強い鳥インフルエンザ(H5N1)もA型に分類されています。一方、B型・C型は、A型ほど大きな流行はしないとされています。

### ◆新型インフルエンザとは？

A型インフルエンザはさまざまな動物に感染します。2009年4月に確認された新型インフルエンザは、鳥から豚への感染を経由していくなかでヒトからヒトへと感染する能力を獲得(変異)したとみられています。この新型インフルエンザは、その前年までは一度も流行したことがなくほとんどの人が抵抗する力(免疫)をもたないため世界的に大流行(パンデミック)しているのです。

### ◆どうやって感染するの？

感染経路は通常のインフルエンザと同様で、咳やくしゃみとともに放出されたウイルスを吸い込むことによっておこる飛沫感染と、ウイルスが付着したもの(例えばドアノブや手すりなど)に触れた後に目、鼻、口などに触れることで、粘膜・結膜などを通じて感染する接触感染が考えられています。

### ◆症状は？

症状は季節性インフルエンザとほぼ同じで、突然の発熱や咳、のどの痛み、だるさ、筋肉痛、鼻水、鼻づまりや頭痛などです。吐き気や下痢といった胃腸の症状を訴える方も一部におられ、これは季節性インフルエンザと少し違う点だと言われています。注意点として、小児で意識障害、意味不明の言動、けいれんなどがあるときはインフル

エンザ脳症の可能性があり、成人においては息切れ、呼吸困難があるときは肺炎合併の恐れがあるので速やかに医療機関を受診してください。

### ◆診断は？

医療機関には15分程度で判定できる迅速診断キットがありますが、必ずしも陽性にならなかったり、発症早期は陰性で半日～1日後に陽性となることもあります。したがって、検査結果だけでなく流行の程度や症状などを総合して診断されます。

### ◆治療は？

インフルエンザの治療は、早期からの自宅安静や十分な水分・栄養補給が基本です。それに加えて、医師が必要と判断した場合に抗インフルエンザ薬の投与も行われます。新型インフルエンザに対してはタミフル(内服)カリレンザ(吸入)のどちらかが用いられます。妊婦や子供さんに対する処方、副作用のリスクを見極めながら医師が投与の判断をすることになっています。一般的に治療薬は有効で、多くの方は比較的軽症で回復されています。ただし、持病をお持ちの方や妊婦、乳幼児、65歳以上の高齢者では重症化する恐れがあるといわれていますので、疑わしい症状があれば早めに受診されるほうが良いでしょう。

### ◆予防方法は？

日ごろから栄養と休養を十分にとって体力・抵抗力を高めましょう。また、外出時はマスクを着用したり人混みを避けるようにし、外出後のうがい・手洗い(石鹸を使って15秒以上!)をしっかりしましょう。ウイルスは低温・乾燥を好みますから、室内は適度な温度と湿度を保つことも大切です。新型インフルエンザの患者さんを自宅看護する場合は、なるべく個室で静養していただき、患者さん・看護者ともにマスク着用、うがい、手洗いを徹底してください。定期的な換気も大切です。ワクチン接種は100%の効果ではありませんが、死亡や重症化の防止に効果があるとされ優先接種対象者が定められています。詳しくはかかりつけ医もしくは最寄りの医療機関にお尋ねください。

★「フィリア・レター」は、「中部ろうさい」病院が、患者さまに向けて当院の現況や新しい医療情報などを発信したり、患者さまの建設的な意見を反映する広場として発行しています。



## スタッフ



## マンモグラフィ検診について

放射線技師 宮本 宏実  
片桐 江美子

現在 日本人女性の乳がん発症率は約20人に1人と言われていました。

アメリカ人女性の乳がん発症率は約8人に1人。そしてアメリカ人の乳がん健診の受診率は72.5%です。その高い受診率により、米国では乳がんにかかる率は上昇しているにも関わらず、死亡率は減少しています。

それに対して日本はどうでしょう？ わずか13%しか受診率がありません。(名古屋市の受診率はたったの9.3%) そのため発見が遅れて、年間1万人を超える方々が乳がんできず亡くなられています。早期発見であれば乳がんは恐ろしい病気ではありませんし、乳房を残すことも可能です。

マンモグラフィは通常、乳房を縦斜めに平らに伸ばして圧迫板に挟んだ状態で、横から撮影する方法と、上下に圧迫して上から写す方法の2方向撮影します。撮影の際、ギュッと圧迫することで、乳房の厚みが薄く伸ばされ、診断に有効な画像が得られ、被ばく線量も軽減できるのです。しかしこの圧迫により、“マンモグラフィは痛い”というイメージが強くなるようですが、痛みは乳房の形、大きさ、張り具合等によって個人差が

あります。ただ、生理前のように乳房が張る時期は避けたほうが痛みの軽減につながります。(生理前であっても画像上、影響があるわけではありません) あと、よく受ける質問の1つに“胸が小さいですが大丈夫ですか？”とありますが、大きさは関係ありませんので安心して受診してください。

まれではありますが、20代からでも乳がんの患者さんはいらっしゃいます。20代から乳房を触って関心を持つことが大事です。乳がんは初期症状が特にありません。“私は大丈夫”という考えは捨て、自分の乳腺にまんべんなく触れ、40歳以上の方はとにかく1人でも多くの方が乳がんを命を落とすことのないよう ぜひ検診を受けてください。

当院はマンモグラフィ精度管理中央委員会より認定を受けた施設で、検査には女性技師が必ず対応しています。検査についての質問、不安なこと、気になることなどがありましたら、何でもお気軽に 放射線科の私たち女性技師を尋ねてきてください。

## 医療ソーシャルワーカーをご存じですか？ MSW 竹内 里夏

突然の入院、病気の告知は私たちの生活にとって大きな出来事です。時には、家族全体の生活を揺るがすことにもなります。自分や家族の力で問題を解決できればよいのですが、困難な場合もあると思います。医療相談室では、医療ソーシャルワーカーが入院、療養に伴う生活問題について相談に応じています。問題を整理し、解決方法を一緒に考えさせていただきます。

現在、3名の医療ソーシャルワーカーが相談援助を行っています。ご相談の内容、プライバシーは守りますので、療養上困っていること、不安なことがありましたら、一度お気軽にご相談下さい。相談は無料です。

なお、原則予約制としておりますが、可能な限り当日のご相談にも対応いたします。相談希望の方は、事前にお電話を入れていただくと、お待たせせずにお話を伺うことができます。

- ◇突然の入院で医療費、生活費が心配
- ◇身体障害者手帳を取りたい、障害者手帳を取る

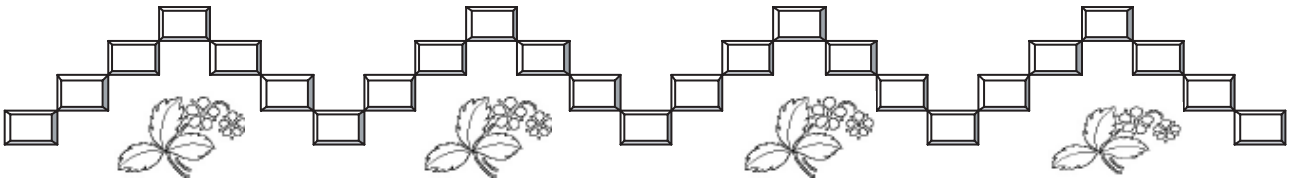
とどんなサービスが利用できるの？

- ◇介護保険を利用したい、ヘルパーや介護保険施設を利用したい
- ◇退院後の療養先を探したい
- ◇休職中の所得保障制度について知りたい
- ◇体に障害が残り、車いすでの生活になりそう。どんな制度が利用できるの？
- ◇病気になるなんて初めてで、何もわからず不安

～医療相談室(よろず相談室内)のご案内～

- 【場 所】 診療棟1階、よろず相談室内(救急外来受付前)
- 【相談時間】 月曜日～金曜日：午前8時15分～午後5時
- 【休 日】 土曜日、日曜日、祝祭日、年末年始(12月29日～1月3日)
- 【電話番号】 052-652-5511(代表)内線3031  
交換に『医療ソーシャルワーカーに相談をしたい』とお伝え下さい。
- 【担当者】 竹内、森下、小貝

★中部ろうさい病院のホームページで、〈病院の情報〉〈フィリア・レター〉〈ろうさい病院つうしん〉がご覧いただけます。携帯電話からもアクセスできます。どうぞ、ご利用ください。



## 自分でできる寒さ対策 ～冬を暖かく過ごすために～

4 階東病棟看護師長補佐 北川 恵

師走を迎え、いよいよ冬本番という寒さになってきました。皆さんは寒いと感じた時にまず何をしますか? 「とりあえず持っている服をたくさん着る」という方が多いのではないのでしょうか。でも“服をたくさん着てもからだなかなか暖かにならない”という経験をしたことはありませんか? 人は外気に肌が触れてそこから熱が逃げることによって寒いと感じるのです。ですから寒さをできるだけ感じないようにするためには、外気に肌が直接触れないように肌をできるだけ出さないようにすると効果的です。ここで気をつけたいのが首です。いくらたくさん着ても、首元が開いていて外気に触れるとそこから体温が奪われてしまい暖かく感じられません。首元が開かないようにタートルネックの服を着たりマフラーをしたりしましょう。自分で出来る寒さ対策は“衣服を重ねて、着ぶくれしないで暖かく”が原則です。厚手の服を一

枚着るよりも、薄手で軽い下着やインナーを何枚か重ねて着る方が暖かく感じます。重ね着をすればなぜ暖かいのでしょうか? それは衣服と衣服の間に空気の層ができて、熱を蓄えてくれるからです。この空気の層が寒さをシャットアウトし、まるで空気の層を何重にも着ているのと同じことになるのです。最近は薄くて発熱・保温機能がすぐれ、速乾性もある素材のものも多く出回っています。これらのものは何枚も重ね着しても重くなく動きやすいので、冬でも快適に過ごすことができます。

寒くなると外出する機会が減って家の中に閉じこもりがちになりますが、お天気の良い日には思いきって外出してみましょ。適度な運動は健康にも良いですし、気分転換にもなります。もちろんその時には寒さ対策も忘れずに。首にマフラーを巻き、足にはレッグウォーマーなんて姿も素敵ですね。

## 編集後記

20、21号でようやく皆様に新外来棟の各科をご紹介することができ、ホッと胸を撫で下ろしました。この季節は風邪や新型インフルエンザなど、体調を崩しやすくなりますが、「備えあれば憂いなし!」しっかり予防対策をして下さいね。

皆様の健康の助けになるような情報をフィリアレターで提供できるように努めたいと思います。

(M・Y)

