

健康のひろば

16年

10月



万が一に備え 防災訓練!

9月1日は全国で地震防災訓練が行われ、当院ヘリポートも搬送訓練の舞台となりました。

9月22日には地震に限らず火事など万が一の災害に備えて、消防防災訓練が行われました。出火を想定した通報訓練や避難訓練、防災設備器具などの取り扱いを再確認しました。





手洗いの大切さ

「手洗い」は日常でも良く聞く言葉です。トイレの後、遊んだ後、食事前等々、子供の頃から躰として「手を洗いましょう」と言われた経験を皆さんお持ちだと思います。慣れ親しんだ行為として、手を洗うことは簡単と思われるかもしれませんが、「手洗い」の種類や目的があることを知っていますか？
「手洗い」は感染予防においてもっとも基本的なことであり、重要な医療行為とされ、適切な手洗いがされれば病院感染を減少させることが出来るとまで言われています。「感染予防に大切な手洗い」について知ってみませんか？

手洗いの目的

一口に言えば、効果的な手洗いに
より、手指から有害な微生物を取り
除くことです。

その結果、医療従事者の手指を介
した交差感染から患者様を保護した
り、医療従事者自身を保護できるこ
とになります。

手洗いの原則

手洗いの原則は、一処置一手洗い
です。病院の中でこのことを言えば、
1回の医学的処置に際して1回こと
に手洗いをしなくてはならないとい
うことです。しかし、同じ手洗いで
も石けんと流水だけでよい場合と、
消毒剤を用いた方がよい場合とがあ

ります。どんな場合にどのような方
法でおこなえばよいのでしょうか？

手洗いの種類

日常的手洗い

これは、食事の前やトイレの後
病院の中ですと通常の看護の前
などに、石けんと流水によりおこ
なう手洗いのことをいいます。日
常的手洗いは基本であり、すべて
の手洗いの原点となります。

衛生的な手洗い

これは、消毒剤と流水による手
洗いのことです。特に医療現場で
必要とされ、無菌操作時やその他

手指消毒を目的としておこなう手
洗いです。

日常的手洗いも衛生的な手洗い
も、手指に付着している微生物を
十分に消毒・除去するために、30
秒以上の時間を要することが必要
とされています。

手術時手洗い

手術時手洗いは、消毒剤と流水
による手洗いで、手術を行う前に
時間をかけておこなわれる手洗い
のことをいいます。

手洗いの方法

手洗いといっても、ただ単に手を



今回は「手洗い」について、
松井看護副部長にお伺いしました。



2 手掌で
手の甲を
左右洗う



3 指先・爪の
間を入念に
洗う



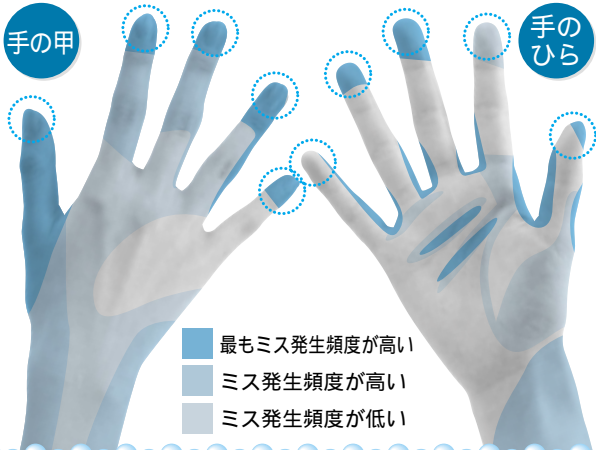
4 指の間を
入念に洗う



1 手掌を
合わせて
よく洗う

ここで
注意!

手の爪は短く切りましょう。
時計・指輪ははずしましょう。
手首まで洗いましょう。



手洗いのミス
発生しやすい部位

ドクリームなどを効果的に活用しましょう。

手洗いのポイント

こすりあわせるのではなく、微生物を有効に除去する方法でおこなうことが望ましいですね。下の写真に示すような方法でおこなえば、自然にすべての箇所をこすり合わせることで、手洗いミス（洗い残し）も防止出来ます。

手洗いの時間は15秒、できれば30秒くらいかけて洗います。その後、流水でよく洗い流し、清潔なタオル等で手を拭いてよく乾かします。自然乾燥は、手荒れの原因です。ハン

日頃から練習しましょう。
水がはねないようにしましょう。
手洗い後、手を完全に乾かしましょう。

基本的には、手術前などの場合を除いて、ほとんどの場合石けんを流水で手を洗えばよいとされています。

す。
手洗いミスがないようによく練習し、洗い残しがないようにしましょう。

これから風邪をひきやすい季節になっていきます。うがいとともによく手洗いをして予防しましょう。

参考文献 ユニバーサルプレコシヨ
ン実践マニュアル 南江堂
感染対策ICT 教育・活動ガイド
MCメディアカ出版

「速乾性擦式手指消毒」

今まで述べた「流水+石けん」の手洗いに加え、最近では、アルコール製剤による「速乾性擦式手指消毒」も一般的になってきました。

「速乾性擦式手指消毒」とは、手に明らかなよれが付着していない場合や、手洗い場などの流水施設がない場合、消毒用アルコール製剤で手を消毒する方法です。

皆さんも病院の診察室の入り口や、病室の入り口などの壁に、ポンプのような容器が取り付けられているのを見たことがあると思います。この容器の中に消毒剤が入っています。

この消毒剤を、ワンプッシュ手のひらにとり、石けんで洗う時と同じように擦り合わせて、手指を消毒します。石けんと流水による手洗いに比べ、簡単に消毒効果も確

実なため、医療の現場ではすでにスタンダードなものとなりました。

皆さんも、診察室や病室に出入りするときは、必ずこの消毒剤で手指を洗浄してください。そのちよつとした行為が、院内の環境を清潔に保ち、皆さんご自身やご家族を守ることに繋がります。



5 親指と手掌のねじり洗いを左右する



6 手首も忘れずに洗う

地域連携だより

「医院と病院の連携」

今回は、病診連携についてお話しさせていただきますましたが、今回は「かかりつけ医」について紹介させていただきます。

かかりつけ医は、体調が悪いときの相談先です。慢性的な病気の治療はもちろん、精密検査や入院が必要なときには、患者様に適切な病院を紹介していただきます。病院では、それまでに得られた検査などのデータを有効に利用できるので効率よく精査治療が行えます。

健康診断にも応じ、介護保険などどんなことでも気軽に相談のつてくれます。医院によっては往診してくださる医療機関もあります。

病院で治療を受けて病状が安定し、慢性に経過する患者様、特に在宅で医療・介護を続けようという患者様は、かかりつけ医に主治医をパートナーにしましょう。強力なサポートになってくれます。

ぜひ、何でも相談できる「かかりつけ医」を持ちましょう。

次の表は、今年4月から8月までの当院の初診患者数と紹介患者数を比較したものです。

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 |
|-------------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 初診患者 | 2,298 | 2,426 | 2,433 | 2,559 | 2,526 |
| 初診患者うち他医院からの紹介患者数 | 391 | 367 | 456 | 451 | 396 |

初診患者の月平均は2,448人、紹介患者数は412人で初診患者に占める紹介患者の割合は16.3%となっています。これを平成15年度の平均14.8%と比較すると1.5%の伸びを示しています。これは「かかりつけ医」等からの紹介患者の増加によるものとも考えられます。今後も調査、分析を行っていきたいと思います。



No. 3

糖尿病患者会「オリーブの会」総会



糖尿病患者会「オリーブの会」総会が9月5日開催されました。参加者は54名となり、昨年の21名から大きく飛躍しました。

これからも、「糖尿病クッキングスクール」や「皆でウォーキング」などさまざまな活動をしていきます。また、会員も随時募集しています。お問い合わせは三階西病棟看護部長様村まで。

六病院球技大会、男女ともに優勝！

9月11日、毎年恒例となっている、中東遠地区6つの自治体病院対抗の球技大会が開催されました。我が掛川市立総合病院は、菊川運動公園野球場でおこなわれた男子の野球、小笠町民総合体育館においておこなわ

れた女子のバレーボール、共に優勝という快挙を成し遂げました。選手の皆さん、お疲れさまでした。また、応援に駆けつけてくれた皆さんの皆さん、本当にありがとうございました。



女子バレーボール



男子野球



募集

ボランティアグループ
「白百合会」勉強会

テーマ:生活習慣病とは

糖尿病や高脂血症など、生活習慣病は今や社会問題に発展しています。この機会にみなさんも、勉強してみませんか?

と き

10月29日(金)
午後1時30分～3時

と ころ

掛川市立総合病院1階
サロン講義室

対 象

生活習慣病に興味のある方、ボランティアグループメンバー他

参加料 無料

講 師

内科 渡邊峰守医師

問

掛川市立総合病院 ☎22-6211
総務課(内線730)堀内

当院のインフルエンザ予防接種
についてお知らせ

高
齢
者

対象 予防接種法による掛川市・御前崎市・小笠郡4町の65才以上の希望者及び60才以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器等の障害を有する身体障害者手帳1級所持者、又は同程度の医師診断書持参者の希望者(接種は原則1回です)

料金 (税込み自己負担額)

1,000円(掛川市)

2,200円(小笠4町)

1,500円(御前崎市)

予 約

電話での申込みは、当院高齢者インフルエンザ受付☎0537-22-6211まで

接 種

院内での申込みは、1階FAXコーナーに設置(10～11月中の平日午前8時30分～午後0時30分まで)してあります高齢者インフルエンザ予約受付所まで。設置時間外の申込は、医事課までお申し出ください。

接種日時については、予約時にご確認ください。

予防接種当日は記入・署名した「予診票」と「保険証又は免許証等、年齢が確認できる物」を必ずお持ちください。

任
意
接
種
者

料金 (税込み自己負担額)

5,250円

接 種

外来診察時間内に各科にて直接お申し出ください。「予診票」の記入をしていただけます。各科診察室で接種いたします。保険証と診察券を必ずお持ちください。

但し、初診・新患の場合は、総合案内にお申し出ください。保険証を必ずお持ちください。

募集 両親学級

～新しい家族を迎えるために～

両親学級は、新しい家族を迎えるために、そして夫婦と一緒に新しい生命を育てるための勉強会です。また、夫婦とは何か、家族のあり方とは何かを考えてみる機会としても、是非ご参加ください。



と き 11月13日(土)
午後1時30分から3時30分
と ころ 掛川市立総合病院外来棟 検診室
対 象 胎動を感じる頃の妊娠20週以後の方とご家族
参加料 資料代 200円(おやつ付き)
講 師 掛川市立総合病院助産師
☎☎ 掛川市立総合病院 ☎22-6211
3階西病棟(内線531)
要予約

募集 肝臓病教室

肝臓病(慢性肝炎・肝硬変・肝臓癌等)に関心のある方、お悩みの方のための「肝臓病教室」を開催します。どなたでも、お気軽にご参加ください。



と き 10月13日(水)
午後6時30分から8時
テ ー マ C型肝炎のインターフェロン療法
と ころ 掛川市立総合病院1階 サロン講義室
対 象 肝臓病に関心のある方、肝臓病でお悩みの方とご家族
参加料 無料
講 師 総合診療科 高柳正弘医師
他、薬剤師・栄養士・看護師
問 掛川市立総合病院 ☎22-6211
消化器科外来(内線303)

申込不要。筆記用具を持参の上、直接会場へお越しください。

お願いします

採用職員

非常勤医療補助(9/1付)
片山千春 4階東病棟

ありがとうございました

退職職員

非常勤医療補助(8/31付)
水井愛子 4階東病棟

病院の概況

8月

| | 区 分 | 人 数 | 前月対比 |
|---------|---------|---------------------------|-----------------|
| 患者数 | 外 来 | 延べ 23,965名 1日平均 1,089名 | - 478名 - 75名 |
| | 入 院 | 延べ 11,123名 1日平均 359名 | - 613名 - 20名 |
| 赤ちゃん誕生 | 男の子 | 9名 | - 2名 |
| | 女の子 | 6名 | - 2名 |
| | 計 | 15名 | - 4名 |
| 人間ドック受診 | 1泊2日コース | 10名 | - 8名 |
| | 日帰りコース | 725名 | + 54名 |
| | 脳ドック | 3名 | + 3名 |
| | 計 | 738名 | + 49名 |

10月の「腎臓病教室」

と き 10月18日(月)~22日(金) 午後3時から
と ころ 掛川市立総合病院1階 研究室
① ② 内科外来看護師まで

あとがき

最近、よく揺れますねえ。病院でもいざという時に迅速な対応がとれるよう「消防防災訓練」を行いました。みなさんも備えは万全ですか？ 持ち出し品の用意はもろろんのこと、家具の転倒防止はしっかりとできてますか？

寺田寅彦は「天災は忘れたころにやってくる」と警鐘を鳴らしました。常にいざという時を心の片隅に持っていて、被害は最小限に抑えたいですね。

各科外来担当医師一覧表(10月予定)

受付時間 新患の方.....午前8時15分~11時00分 再診の方.....午前7時30分~11時00分
診療時間午前8時30分~ 緊急手術や、学会等への出席のため、担当医師の変更や休診する場合があります。

| 診療科 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | お知らせ |
|--------|--|---|--------------------------------------|--|--|--|
| 内 科 | 1 長岡新 2 3 福田腎 5 福山糖 6 福山糖 7 五島糖 8 /渡邊糖 12 若井神 | 八 島新 福 山糖 茶 谷糖 山 本糖 山 /渡邊糖 若井特/小林血 | 福 山新 八 島糖 茶 谷糖 五 島糖 渡 邊糖 | 渡 邊新 福 田糖 茶 谷糖 山 本糖 山 井神 | 水 谷新 八 島糖 茶 山糖 山 本糖 福 /中村血 | / は午前/午後 血液内科の診察は午後 (火)若井特は「睡眠時無呼吸いびき」の特殊外来のみ:午前 (金)福山糖は午前10時まで (月)新は長岡(循環器科)が担当 |
| 消化器科 | 8 水谷 10 | 高 柳総 宇 都宮 | 鮫 島 | 高 柳総 水 谷 | 鮫 島 宇 都宮 | |
| 呼吸器科 | 11 岡本 | 樋 口 | 岡本・樋口 | 岡 本 | 樋 口 | 水曜日の外来は交代制 |
| 循環器科 | 1 佐々木 2 吉 田 3 | 佐 々 木 長 岡 | 佐 々 木 吉 岡 | 大 長 橋 岡 | 吉 長 田 岡 | ペースメーカークリニックは第2・3・4金曜日午後 木曜日長岡は特別予約のみ |
| 外 科 | 1 神谷 (総合) 2 中村 (消化器) 3 | 伊 藤 (消化器・小児) 社 本 | 神 谷 (肝胆脾・小児) 羽 藤 (呼吸器・血管) | 中 村 (消化器) 伊 藤 (消化器・小児) 羽 藤 (乳腺・内分泌) | 羽 藤 (呼吸器・血管) 坪 井 神 谷 (大腸・肛門) | ()内専門外来(午前中)を併設しています 羽藤(乳腺・内分泌科)は午前10時30分~12時 |
| 整形外科 | 1 中村 2 3 柴田 | (股関節健診)城部 宮 磯 | 中 村 柴 田 | 宮 城 | 中 村 磯 部 | 形成外科は第2・4金曜日午後1時30分~(要予約) |
| 産婦人科 | 一般診 妊婦診 | 鈴 木 加 藤 | 加 藤 鈴 木 | 鈴 木 加 藤 | 金 山 鈴木・加藤 | 金曜日の妊婦診は交代制(要確認) |
| 小 児 科 | 1 久保田 2 江 崎 3 | 青 嶋 廣 瀬 | 久 保 田 江 崎 | 久 保 田 | 青 嶋 江 崎 | 腎外来は第4水曜日 午後は予約患者のみ 第1・3・5木曜日午後は木下 循 |
| 眼 科 | 1 彦谷 2 齋 藤 | 彦 齋 谷 藤 | 彦 齋 谷 藤 | 彦 齋 谷 藤 | 彦 齋 谷 藤 | |
| 脳神経外科 | 神 田 | 小 出 | 小出・大沢 | 小出・大沢 | 神 田 | |
| 耳鼻咽喉科 | 1 竹山 2 杉 山 | 竹 山 杉 山 | 竹 山 杉 山 | 竹 山 杉 山 | 竹 山 杉 山 | 月・木曜日の午後は小~ 高校生のみ診察(予約制) |
| 泌尿器科 | 1 蟹本 2 石 田 | 石 田 | 柚 原 蟹 本 | 蟹 本 原 本 | 柚 原 石 田 | 性功能障害外来は 月曜日午後2時~4時(要予約) |
| 皮膚科 | 鈴 木 | 渡 辺 | 鈴 木 | 鈴 木 | 渡 辺 | |
| 歯科口腔外科 | 1 林 2 獵 山 | 林 山 | 獵 山 | 獵 山 | 獵 山 | |
| CAPD外来 | 沼 野 | 沼 野 | | 沼 野 | 沼 野 | |
| 麻 酔 科 | 高 内 田 山 | 柚 木 内 山 | 高 田 柚 木 | 柚 木 内 山 | 高 内 田 山 | |

入院患者さんへの面会時間 午後2時~午後7時