

# 健康のひろば

院内報

2008. 11 月号

ホームページ <http://www.kakegawa-hsp.jp/>

愛365日 掛川市立総合病院



## C・O・N・T・E・N・T・S

### ② インフルエンザとは

- ③ 地域の皆さんに♪  
クッキングスクール  
病院の概要  
人事異動  
編集後記

### ④ ナースキャップ

## 第2回 病院祭り開催

「市民とともに49年 愛365日 あなたの健康を守ります」をキャッチフレーズに、10月19日(日)、第2回病院まつりが開催されました。当日は2,500人を超える市民の皆様が来場され、ステージイベントによる演奏会、病院探検やミニミニ人間ドックなどが行われ、当院のさまざまな取り組みの紹介がされました。

● 助産師・看護師募集中! 詳しくは、経営企画課 総務係 ☎0537-22-6211まで ●



# インフルエンザとは

インフルエンザは、インフルエンザウイルスが感染することによっておきる感染症の一種です。通常の風邪と比べて、症状が重く全身症状も強く現れます。また、潜伏期間が短く感染力が強いことも特徴です。気管支炎や肺炎を併発しやすい、重症化すると脳炎を起すこともあり、体力のない高齢者や乳幼児などには命にかかわることもあります。

## 経過

感染後、1〜3日間の潜伏期間を経て、突然38〜40度の高熱が出現します。同時に悪寒、頭痛、筋肉痛、関節痛、全身倦怠感などの全身症状が現れます。続いて、鼻水、のどの痛みや胸の痛みなどの症状も現れます。発熱は通常3〜7日間続きます。

## 発症したら 48時間以内に診断を!

インフルエンザの症状がでたら、早めに医師の診断を受けるようにしましょう。

発症から48時間以内であれば、インフルエンザウイルスの増殖を抑える薬が処方されるようになります。早ければ早いほど効果的です。普通健康な成人は、軽症のうちには会社や学校を休むわけにはいかないという気持ちと重なって、高熱で苦しくなるまで病院に行かないという考えが一般的だと思います。インフルエンザは、早期診断、早期治療の効果が大きい病気です。治療が遅れるとかえって長期間、寝込むことになってしまっておそれがあります。48時間以上経つた場合は、症状をやわらげる対症療法（熱をさげる、痛みをとるなど）が中心となります。

## 診断

2001年秋より約15分でインフルエンザウイルスが、鼻やのどの粘膜にいるかどうかを調べることでできる迅速診断キットが使用

されています。鼻粘膜や咽頭粘膜を綿棒で擦過し、綿棒についたウイルスの有無を調べます。陽性率は80%以上です。陽性になるにはウイルス量がある程度必要で、発症初期はインフルエンザであるにもかかわらず陰性になることもあります。

## ワクチンによる予防

最も確実な予防は流行前にワクチン接種を受けることです。ワクチンは接種してから実際に効果を発揮するまで約2週間かかります。流行時期が12〜3月ですから、11月中旬頃までに接種を終えていくとより効果的です。流行してからの接種は、抗体価が十分上がる前に感染する危険がありますが、抗体価が上昇していれば症状が軽くなります。

ワクチンの健康な成人に対する発症予防効果は70〜90%と高い効果が認められ、また高齢者の死亡の危険を約80%減らすなど、重症化を防止する効果もあります。

左記のチェックリストを参考に、インフルエンザの疑いがある

# チェックリスト

## 重要ポイント

この3つのチェックポイントがそろうことがインフルエンザの特徴です。

- 地域内でのインフルエンザの流行
- 急激な発症 ※前触れとしての鼻水や咳、くしゃみが続くことなく、急に高熱になって気づく。
- 38℃以上の発熱・悪寒

## 要注意ポイント

ほかにも次の要注意ポイントがあれば、インフルエンザを疑いましょう。

- 関節痛、筋肉痛
- 頭痛
- 倦怠感、疲労感
- 寝込む

また、いわゆる「かぜ症状」もほとんど同時か、やや遅れて現れます。

- 咳、鼻汁、くしゃみ
- のどの炎症

場合は早めに医療機関に行きましよう。

## 糖尿病患者会(オリーブの会) クッキングスクール開催のご案内

糖尿病患者さん、ご家族、糖尿病に関心のある方、どなたでもご参加いただけます。

日時 平成20年12月14日(日)  
 時間 10:00~13:30  
 場所 徳育保健センター  
 参加費 500円  
 プログラム 9:30~受付開始  
 10:00~栄養士による献立の説明、調理  
 12:00~試食  
 1:00~食後の運動(楽しくストレッチ)  
 13:30 解散  
 ④ 掛川市立総合病院 栄養科 牛尾紗希子  
 内科外来 萩原智美/看護事務室 榛村通江  
 ☎0537-22-6211(代表)



地域の皆さんへ

県袋井土木事務所管内5市1町の建設業者でつくる袋井建設業会が、協会設立60周年を記念した地域貢献事業で、当院に3台の車いすを寄贈してくれました!同協会の鈴木俊光副会長(写真左から3人目)は「地域の皆さんに役立てて」とコメントをくれました。

## 病院の概況

(9月)

患者数	区分		人数 [名]	前月対比 [名]
	外来	延べ	18,672	98
1日平均		934	50	
入院	延べ	10,985	-342	
	1日平均	366	1	
赤ちゃん誕生	男子	11	-8	
	女子	13	1	
人間ドック受診	計	24	-7	
	1泊2日コース	6	-1	
脳ドック	延べ	670	-34	
	1日平均	34	0	
計	延べ	6	-2	
	1日平均	682	-37	

先日病院広報誌の研修に行ってきました。広報誌作成研修は、私にとって初めての経験で、覚えなければならぬことが盛りだくさんでした。レイアウト、見出しの決め方、採用する原稿内容のピックアップ、写真の取り方、アピールの仕方、原稿の校正。覚えることをあげたらきりがありません(笑)。研修を通じて他院広報担当者ともコミュニケーションできるようなりました。広報誌を通じて地域の皆さんとコミュニケーションを取っていただけると素晴らしいと思いました。◎

編集後記

■おねがいします

採用職員

- ◆非常勤医療補助 (9/16付) 服部公美 病棟4階西
- ◆非常勤看護師 (10/1付) 西尾和容 病棟5階西
- ◆非常勤検査技師 (10/1付) 山田克子 検査室
- ◆非常勤事務員 (10/1付) 土屋真麗 経営企画課

■ありがとうございました

退職職員

- ◆事務局 (9/30付) 松本奈緒子 経営企画課
- ◆非常勤看護師 (9/29付) 山崎康子 手術中材室
- ◆非常勤看護師 (9/30付) 川越由美子 病棟5階西
- ◆非常勤放射線技師 (9/30付) 長尾芳枝 放射線室



# 病院まつり特集

## 今年也大盛況

看護部  
だより

# ナースキャップ

No.18

汚れセンサーで  
確認後...きれい  
かな?



看護師さん今日は  
ウエイトレスさん



手の消毒方法  
覚えてね!



虫歯菌チェック



ドラエモン...先生