

## 噂のノロウイルス、インフルエンザに備えるには



ノロウイルスは冬場を中心に流行する感染性胃腸炎の原因ウイルスで、集団発生の原因になります。口から体内に入つて、腸の細胞内で増殖し細胞を破壊して急性胃腸炎を発症させます。嘔吐と下痢がおもな症状で、あまり高熱になることはなく、通常3～4日間で収まりますが、抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は時に重症化して死に至る場合もあります。

感染の原因は、ウイルスに汚染された食品を食べたり、感染者の糞便・嘔吐物からの飛沫中のウイルス、感染者の触れた物や衣服に付着したウイルスを吸い込むことで感染します。感染すると24～48時間で発症します。

日常の暮らしの中での予防法は、手洗いの励行、食品の加熱、トイレ・洗面所・風呂場などを清潔に保つことです。

もしもご家族の誰かが感染した場合、感染者の便や吐いた物を処理する時には、使い捨てのマスク・手袋・エプロンを着用し、吐物を処理し、ビニール袋に包みこんで密封して廃棄、④処理した部分を塩素系漂白剤で拭き取り、その後75度以上の熱い湯の雑巾などで3～4回拭く、⑤空気の流れに注意しながら部屋の換気をする、ようにしてください。

治療として、特効薬はないように十分に水分の補給に心がけてください。

ノロウイルスは冬場を中心に流行する感染性胃腸炎の原因ウイルスで、集団発生の原因になります。口から体内に入つて、腸の細胞内で増殖し細胞を破壊して急性胃腸炎を発症させます。嘔吐と下痢がおもな症状で、あまり高熱になることはなく、通常3～4日間で収まりますが、抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は時に重症化して死に至る場合もあります。

感染の原因は、ウイルスに汚染された食品を食べたり、感染者の糞便・嘔吐物からの飛沫中のウイルス、感染者の触れた物や衣服に付着したウイルスを吸い込むことで感染します。感染すると24～48時間で発症します。

日常の暮らしの中での予防法は、手洗いの励行、食品の加熱、トイレ・洗面所・風呂場などを清潔に保つことです。

もしもご家族の誰かが感染した場合、感染者の便や吐いた物を処理する時には、使い捨てのマスク・手袋・エプロンを着用し、吐物を処理し、ビニール袋に包みこんで密封して廃棄、④処理した部分を塩素系漂白剤で拭き取り、その後75度以上の熱い湯の雑巾などで3～4回拭く、⑤空気の流れに注意しながら部屋の換気をする、ようにしてください。

治療として、特効薬はないように十分に水分の補給に心がけてください。

鶴川記念新聞  
号外

## 冬の感染対策コラム

鶴川記念病院 感染対策委員会  
内科 谷村繁雄 医師に聞いた!

## ノロウイルスの場合

## インフルエンザの場合

インフルエンザは、インフルエンザウイルス（主にA型とB型）によって起こるウイルス性呼吸器感染症で、ヒトの鼻咽頭で増殖したウイルスが咳やくしゃみの時の飛沫感染で他のヒトの鼻咽頭の細胞に感染して発症します。

感染から1～3日の潜伏期を経て、やくしゃみや悪寒を伴う高熱、全身のだるさを伴つて急激に発症します。咳、鼻水、咽頭痛などの呼吸器症状や嘔吐や下痢などの消化器症状を伴うことがあります。鼻、頭痛、関節痛、筋肉痛なども現れます。

通常7～10日以内に改善します。診断は、咽頭ぬぐい液や鼻汁を使つたインフルエンザ抗原検出キットで10～15分で判定でき、A型やB型の判別ができます。

治療は、以前は解熱剤や鎮痛剤などの投与による対症治療しかありませんでしたが、現在では特異的療法として抗ウイルス薬（タミフル、リレンザなど）があります。発症2日以内の使用開始が効果があります。発症した場合、ワクチンの皮下接種があります。接種してもインフルエンザに罹る場合がありますが、病状を軽くする効果があります。そして罹らないよう予防するには、流行期の外出時には自分のため、また他の人のためにもマスクをし、帰宅時には「うがい」と「手洗い」が大事です。温の加湿に気を配ること

## 11月22日 デイサービス三輪バザー開催!!

今年は訪問看護ステーション鶴川ひまわりによる無料健康相談コーナーを設け多くの方に来場頂きました。売り上げも115,013円になりました。

※バザーの売り上げで車椅子を購入させて頂きました。

## 編集後記

あけましておめでとうございます。冬と言えばこたつでみかんを食べるのが定番ですが、

今年はこたつで「ほほえみ」を読むのはいかがでしょう。

今回は戸部看護部長と瓜田看護部長の笑顔の対談。見るだけでほっこりしますね。

そんな心温まるほほえみを次号もお届けできればと思っています。今年もよろしくお願いします。

ほほえみ編集委員：米山 坂元 田中 坪井 齊藤 鴨志田 佐藤

医療法人社団  
三医会

鶴川記念病院	TEL:044-987-1311	医療相談室	TEL:044-322-8296
鶴川リハビリテーション病院	TEL:044-988-2322	【訪問看護ステーション】	
在宅支援室	TEL:044-980-1305	鶴川ひまわり	TEL:044-987-6969
健診部（院内）	TEL:044-987-9716	長沢ひまわり	TEL:044-977-9674
健診部（出張）	TEL:044-322-9152	デイサービス三輪	TEL:044-980-3939



ほ、えみ

平成27年 冬 45号

## 謹賀新年

今年も仲間が増えました!  
新しいスタッフとともに2016年も三医会は  
地域の健康のためにがんばります!



## 年末年始 診療日のご案内

本年12月30日(水)午後より、翌年1月3日(日)まで休診となります。

年始の診療開始は、1月4日(月)より、通常通りの診療となります。

なお、病院送迎バスの運行は休診に関わらず、通常運行を行います。



日付	午前	午後
12月30日(水)	通常診療(診療9:00～) (受付 8:30～11:45)	休診
12月31日(木) ～ 1月3日(日)		休診
1月 4日(月)～		通常診療



# 新春 対談企画 2016

瓜田洋子

鶴川リハビリテーション病院  
看護部長(在職27年)

戸部美幸  
鶴川記念病院  
看護部長(在職22年)

## 地域に「寄り添う」看護とは ～三医会が41年から考えること・50年間愛される病院を目指して～

### 地域の人々への発信

司会 50年愛される病院をめざして、地域に寄り添う看護とは、をテーマに選ばせて頂きました。よろしくお願ひします。

瓜田◆どこの病院も今も昔も地域の人に知ってもらうために何かしないといけないですよね。

戸部◆自分たちから外に出て行く又は、病院に来ていただき、どういう病院か見てもらうのも必要ですよね。

40年が終わって50年目に向けて積極的にやっていかないと、地域のために役立つ病院にはなれないと思います。

入院だけでなく外来診療も知ってもらうということですね。

瓜田◆そうですね。

戸部◆巡回バスが街の中を回ったりとかすると受診しやすいのかな。  
こちらから送迎に行ったほうが地域の方の為になるんじゃないかな。

### 在宅・デイサービスから学ぶこと

司会 在宅療養支援で往診や訪問看護を利用して頂いている方も多いですね。

戸部◆そうですね、在宅で療養していても具合が悪くなったら入院すればいいですし逆に入院していて家に帰りたい方を支援する。

ご年配の方は自宅に帰りたいという思いが当然あるから、そこを支援するのはすごく貴重なことだと思います。

瓜田◆あとやっぱり病棟の看護師さんが在宅療養の「今」をもっとよく知っているかないと。

病棟の看護師さんに在宅支援室に研修に行ってもらおうかと考えています。

戸部◆そうですね。実際にみてもらう。

瓜田◆訪問看護と一緒に経験してもらって、ご自宅に退院した後の患者様がどんな生活をしているか、何に不便しているのかを実際に見ると、「こんな風に入院中に指導すればお家に帰れるんだ」ってことがわかると思うんです。

退院しても、うちの在宅のサービスが使えるので、もし調子が悪くなったら、また入院してっていうことも可能なんですね。

戸部◆(在宅)介護している人も負担が大きくなり過ぎないようにレスパイト(短期入院)で病院を利用したり、在宅療養しているご家族に病院が提供できることは色々ありますね。

リハビリスタッフや医師、病棟看護師、家族、そして患者さんご本人が一緒に話をすることでその提案からいろんな方向性と可能性がでてくる。

ただ退院してもらうだけじゃなく、退院の前段階の話し合いも病院が提供できる物の一つとして提案していく必要性はすごく感じますね。

司会 地域の中の病院だからこそ、よりお家とのつながりや在宅療養の敷居の高さを調節する機能があってもいいですね。

### 病院内の取り組み

瓜田◆鶴川リハビリテーション病院では、極力患者様をベッドサイドではなく食堂にお連れして食事をしてもらっているんです。  
また、みんなで折り紙を折ったりですとか。

段々とそういう自然に参画したり取り入れたりの気風が育ってきているんです。  
そして談話室に行くと折り紙を折ったものがそこに飾っておいてあったりするので、自然と談話室内もいい雰囲気になってる。

療養型だから、ずっと長期で入院してる方も多いんです。でもだからと言ってずっとただリハビリ以外はベッドで寝てるっていうのは絶対よくないから。

戸部◆せっかくグループのなかにデイサービス(三輪)もあるから、病院だけじゃなくて色々な現場を経験してほしい。

デイサービスでは一体どんなことをやってるんだ?っていうことを学んでほしい。  
それで、「自分のところも同じような患者さんがいるからこういうのをちょっとやってみよう」となってほしい。

もしされで患者さんから反応があれば楽しくなるじゃない。  
やっぱりそういう事を思って前向きに仕事をしていかないと。

瓜田◆やりがいね。

戸部◆そう。やりがいがあればどんなに忙しくたって、今日はこれができたからよかったって笑顔で帰れるって思うんですけどね。

鶴川記念病院

鶴川リハビリテーション病院の今後について

司会 では最後にひとつだけ。

40周年を迎えたというところで、今、入院や受診をご相談いただの方の中には、親御さんが鶴川厚生病院に入院していましたと言う方や入院されている方のご家族、またそのお子さんが当院の外来を利用されたりと世代を超えて色々な御縁から利用頂いてると思います。

今後もこういった地域の皆様との御縁を大事にするために、今考えている事を聞かせて頂きたいです。

瓜田◆是非そう言ったように活用・利用して頂きたいですよね。

実は私もこの病院に入職してから長いんですね(笑)。鶴川厚生病院にいた時から在宅部門にいたので、近所回っていたんですよ。  
そういう方たちの息子さんとかね。  
この辺も住んで長い方が多いから。

戸部◆入院でも受診でも、相談に来てくれた、きちんと対応できるような体制をつらなきゃいけないところがありますよね。

次の世代に「あの病院が良かったなあ」って言ってもらえたならこんなに光栄なことはないですよね。

だから私たちも日頃仕事をしている中で声かけをしていったりとか、そういう気持ちをきちんと持ち続けなければいけないな、と。全ての部署でね。

瓜田◆やっぱり夜とか日曜祭日とか、病院がやってない時が一番不安かなあと思うんです。だからいつでも相談していいんですよっていう体制を整えると、すごく心強いのかなって思うんですけどね。

戸部◆院長も困っている人を助けるんだって常々言ってるけど、皆も出来ることはやろう!と。話を聞くだけでもね。絶対不安は和らぐしね。

瓜田◆看護師もそうだし、医師も、「とりあえず来て下さい」って臨機応変に診てくれるとかね。「大丈夫だから帰っていいですよ」って言われればまず安心できるでしょ。そういうのでもいいから。

戸部◆柔軟性をもってそういうふうに対応してくれればね。まずは来てもらう。

やっぱり安心感から提供していかないとね。

一同◆関わって安心できるのが一番地域に優しい病院だよね。

戸部◆実行にうつせるようにしないとね、意識をみんなが持つところから!

司会 両部長、貴重なお話をありがとうございました。

### 対談あとがき

両看護部長の対談は予定時間を大きく超え、今考えている事や秘めたるアイデア等様々なお話を聞くことが出来ました。

限られた紙面の為、今回は一部抜粋して掲載させて頂きました

今回掲載に漏れたエピソードも今後の紙面でお伝えしていきたいと思っております。