

# しおかぜ

～第28号～

2020.4

## 基本理念

病める人とともに、和と向上心をもって、  
総合的かつ継続的な地域医療の実現をめざします。

## 【目次】～CONTENTS～

- ◇新型コロナウイルス感染症について  
・・・・・・・・P1～P4
- ◇新任医師・新入職職員紹介・・・・・・・・P4～P6
- ◇イベント～病院の話題～・・・・・・・・P7

## 基本方針

- 1.垂水市の中核病院として病診連携を充実し、地域に必要な救急医療から在宅医療まで24時間体制で提供します。
- 2.垂水市の地域包括ケアの拠点として、保健・医療・介護・福祉を連携し、住民が安心して住み続けられるまちづくりに貢献します。
- 3.鹿児島へのき地医療を支援するとともに、感染症および災害発生時には地域の拠点病院としての役割を果たします。
- 4.患者の人権とプライバシーを尊重し、多職種が連携した患者中心のチーム医療に努めます。
- 5.職員ならびに地域の医療従事者の教育に努め、医療の質を高めるとともに、鹿児島の医療人育成に貢献します。
- 6.病院を健全経営し、地域住民に安定した医療を継続的に提供できるように努力します。

# 新型コロナウイルス感染症について

新型コロナウイルス感染症は、新型コロナウイルスである“SARS-CoV2”による感染症で WHO は“COVID-19”と名付けました。2019年12月に中国・湖北省武漢市を中心に発生し、短期間で全世界に広がりました。2020年3月7日時点で、中国国内での感染者数は8万人超、死者は3,042人以上に上り、既に90か国・地域以上に拡大しています。全世界の感染者数は200万人を超え、2003年に中国を中心に流行した“SARS”をはるかに上回っています。

## ■症状は？

新型コロナウイルス感染症は、発熱（37.5℃以上）、喉の痛み、咳、痰などの風邪のような症状で終わる場合が多いとされていますが、なかには4日以上経過後に高熱、胸部不快感、呼吸困難などが出現し、肺炎へ進展する事例もあります。これらの重症化は高齢者や基礎疾患を有する方で多く見られる一方、小児や若年層のなかには、感染してもほとんど症状を呈さない無症状病原体保有者が存在することも判明しました。

### 【新型コロナウイルス感染症の特徴】

	新型コロナウイルス感染症	普通感冒（かぜ） インフルエンザ 急性腸炎
症状	発熱、呼吸器症状、倦怠感 下痢、嘔吐	
経過期間	約7日間持続する 悪化するときは急激に進行	3～4日で軽快し始める
合併症	約2割で肺炎：肺炎症状は多彩 さらに一部が重症化 基礎疾患がある場合はより注意	入院を要する合併症は比較的稀

## ■診断は？

新型コロナウイルス感染症の診断は、これまでの各自治体の地方衛生研究所、国立感染症研究所での遺伝子検査（PCR法）に加えて、3月6日から一部医療機関での保険診療による検査が行われるようになりました。いずれも、症状や感染している方との接触歴などから“肺炎”の発症が疑われる場合に限り実施可能となっています。現在は、簡便で迅速に結果が判明する検査法の開発が進められており、臨床で利用されることが期待されています。

また、肺炎の重症度を評価する目的で、経皮的な酸素飽和度の測定や、胸部X線検査、胸部CT検査などが行われます。レントゲン写真では分かりにくい病変が、CT検査では分かりやすいなどの特徴も判明しています。

## ■相談・受診の目安は？

### ①症状が軽いときは自宅療養をしてください

普通のかぜも新型コロナウイルス感染症も、症状が出てから最初の数日は区別が付きません。症状が出てすぐに受診しても、新型コロナウイルス感染症と診断することも、違うと診断することも困難です。仮に早く診断できたとしても、肺炎になったり重くなるのを防ぐ治療薬などありません。また、新型コロナウイルス感染症の大半はかぜのような軽い症状のまま自然に治ってしまいます。一方で、症状がある時に外出したり受診すると、外出先や待合室で感染を広めるおそれがあります。

そのため、かぜのような症状が出て、最初の数日間は受診せず、仕事や学校を休んで外出を避け、自宅療養して下さい。自宅療養の期間は、一般の方は4日間、ご高齢の方、持病のある方、妊娠中の女性は2日間です。自宅療養中は、1日2回（朝・夕）体温を測り、手帳やノートに体温と測った時間を記録して下さい。

自宅療養に不安があるときは、かかりつけ医療機関に定期的に電話するなどして経過を伝え、担当医のアドバイスを仰ぐといいでしょう。

### ②症状が4日以上（高齢者、持病、妊娠では2日以上）続いたら、「帰国者・接触者相談センター（新型コロナ受診相談窓口）」へ電話相談してください

自宅療養を行うと、新型コロナウイルス感染症ではないその他のかぜであれば、通常は3～4日間で自然に治ってきます。もし、4日以上かぜの症状（発熱、咳、のどの痛み）が続いた場合は、又は4日未満でも呼吸が苦しくなるなど悪化する傾向があれば、新型コロナウイルス感染症を疑う必要があります。

さらに、ご高齢の方、持病のある方、妊娠中の女性は、新型コロナウイルス感染症が悪化しやすくなります。それらの方々は、かぜの症状が2日以上続いた時点で、新型コロナウイルス感染症に注意する必要があります。

一般の方は4日以上、高齢者、持病のある方、妊娠中の女性は2日以上、かぜの症状が続いた場合に、「帰国者・接触者相談センター（新型コロナ受診相談窓口）」に電話で相談してください。

待合室で他の患者さんにうつさないようにするために、連絡なしで直接医療機関に受診することは避けてください。

### ③受診の方法

「帰国者・接触者相談センター（新型コロナ受診相談窓口）」に電話相談すると、担当者から症状の経過や持病の有無などを質問されます。その上で担当者が、受診が必要かどうか判断し、受診する場合は専門病院とかかりつけ医療機関のどちらがふさわしいかを判断します。担当者の判断と指示にしたがって行動してください。

受診する場合は、たとえ咳やくしゃみがなくても必ずマスクをつけてください。また、担当者から指示された医療機関以外には決して受診しないでください。

肝属地区の「帰国者・接触者相談センター（新型コロナ受診相談窓口）」

**電話番号 0994-52-2106（鹿屋保健所）**



## ■感染を予防するには？

まずは、一般的な感染症対策や健康管理を心がけてください。具体的には、石けんによる手洗いや手指消毒用アルコールによる消毒などを行い、できる限り混雑した場所を避けてください。また、十分な睡眠をとっていただくことも重要です。

また、人込みの多い場所は避けてください。屋内でお互いの距離が十分に確保できない状況で一定時間を過ごすときはご注意ください。

### (1) 手洗い

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。

## 正しい手の洗い方

### 手洗いの前に

- 爪は短く切っておきましょう
- 時計や指輪は外しておきましょう



1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



2 手の甲をのぼすようにこすります。



3 指先・爪の間を念入りにこすります。



4 指の間を洗います。



5 親指と手のひらをねじり洗います。



6 手首も忘れずに洗います。

石鹸で洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

### (2) 普段の健康管理

普段から、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう。

### (3) 適度な湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適切な湿度（50～60%）を保ちましょう。

## ■ほかの人にうつさないようにするには？

感染症を他者に感染させないために、咳・くしゃみをする際、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖、肘の内側などを使って、口や鼻をおさえることを咳エチケットといいます。

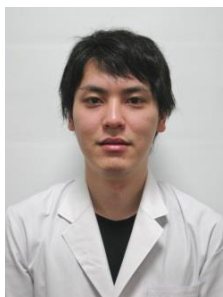
対面で人と人との距離が近い接触（互いに手を伸ばしたら届く距離でおよそ2mとされています）が、一定時間以上、多くの人々との間で交わされる環境は、リスクが高いです。感染しやすい環境に行くことを避け、手洗い、咳エチケットを徹底しましょう。



### 参考資料

1. 一般社団法人日本プライマリ・ケア連合学会  
「新型コロナウイルス感染症（COVID-19）診療所・病院のプライマリ・ケア初期診療の手引き」
2. 厚生労働省：新型コロナウイルス感染症について

## 新任医師・新入職職員紹介



### 眼科

もとせ やすよし  
本瀬 泰良

2019年10月より垂水勤務となり、皆様のお世話になっております。少しでも皆様のお役に立てるよう精進してまいりますので、よろしくお願い致します。



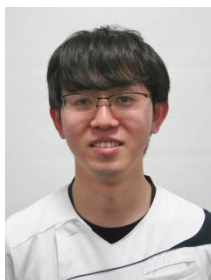
### 内科

あだち さおり  
足達 沙織

4月より勤務させて頂いております。ご高齢の患者さんが多く大変驚いております。垂水の医療に少しでも貢献できるよう頑張りますのでよろしくお願い致します。

薬剤室／薬剤師

愛甲 隼人



昨年の9月よりお世話になっております。まだまだ未熟で至らない点もあると思いますが、よろしくお願いいたします。

薬剤室／薬剤師

藤崎 崇史



4月からお世話になっております。未熟者ですが、日々学び患者さんに還元できるよう精進して参ります。よろしくお願い致します。

薬剤室／薬剤師

東 勇希



日々、様々なことを学び考え、患者さんのために努力します。何卒ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

検査室／臨床検査技師

狩行 紀帆



4月より入職させて頂きました。日々、成長できるように頑張ります!!よろしくお願い致します。

リハビリ室／理学療法士

米徳 一博



4月よりお世話になっております。ご迷惑をおかけすることもあるとは思いますが、一生懸命頑張りますので宜しくお願い致します。

リハビリ室／理学療法士

谷川 一樹



笑顔と優しさを忘れずに、患者さんだけではなく地域の方々の生活も支援できるようなスタッフになりたいと思います。宜しくお願いします。

リハビリ室／理学療法士

生野 佐紀



4月よりお世話になっております。至らない点多々あるかと思いますが、精一杯頑張りますのでよろしくお願いいたします。

人工透析室／臨床工学士

酒瀬川 大地



昨年の10月よりお世話になっております。患者さんへ安心・安全な医療を提供できるように頑張ります。よろしくお願い致します。

4階病棟／看護師

大山 彩香



笑顔を忘れず、患者さんに寄り添った看護を提供できるように頑張ります。よろしくお願い致します。

4 階病棟／看護師  
松崎 杏果



4 月からお世話になっており、  
様々な事を学ばせて頂いていま  
す。日々成長できるよう頑張りま  
す。よろしくお願いいたします。

4 階病棟／看護師  
竹之下 涼



4 月よりお世話になっております。  
患者さんやご家族から信頼される看護師  
になれるよう日々頑張ります。よろし  
くお願いします。

3 階病棟／看護師  
上園 幸子



昨年の 10 月よりお世話になっておりま  
す。不慣れな面もあり、ご迷惑をおかけす  
ることも多くあると思いますが、頑張りま  
すのでよろしくお願いいたします。

3 階病棟／看護師  
上鶴 彩華



不慣れな面もありご迷惑をおかけし  
ますが、笑顔をお忘れずに日々成長で  
きるように頑張ります。よろしくお  
願い致します。

外来／視能訓練士  
日高 智美



入職して多くのことを学ばせて頂い  
ております。笑顔と思いを忘れ  
ず頑張りますので、よろしくお願  
い致します。

※2019 年 9 月 1 日から 2020 年 4 月 1 日に入職した職員を掲載しております。





# イベント ～病院の話題～

## 垂水市総合防災訓練



1月11日、垂水市総合防災訓練が道の駅たるみずはまびらで実施されました。この訓練は、大正3年の桜島噴火を踏まえ毎年実施しており、今回で50回目を迎えました。今回の訓練には、消防や警察、自衛隊など34の機関・団体約800名が参加。当院からも医師や看護師が訓練に参加しトリアージや応急処置を担当しました。

当院が、災害発生時の拠点病院としての役割を果たせるよう、このような訓練に積極的に参加し各機関・団体と連携を深めていきたいと思っております。

## 医療講演会



2月6日、垂水市民館で行われた「糖尿病重症化予防教室」にて、堂園直樹医師（内科）が糖尿病についての医療講演会を行いました。

糖尿病の患者数は、生活習慣と社会環境の変化に伴い急速に増加しており、病気が強く疑われる者は、約1,000万人と推計されています。糖尿病が悪化すると様々な合併症を引き起こすことから、各自治体も積極的に重症化予防に取り組んでいます。講演では、生活習慣の改善（食事療法・運動療法）が最も重要であると参加者へ呼びかけました。

## 予約受付時間のご案内

月～金曜日	土曜日
14:00～17:00	8:30～12:30

※当院では全診療科予約制です。

※当日の診療に関するご相談や当日の予約時間変更に関するご連絡は、8:30から受け付けています。

## 垂水市立医療センター 垂水中央病院

〒891-2124

鹿児島県垂水市錦江町1番地140

TEL: 0994-32-5211 FAX: 0994-32-5722 (総務課)

0994-32-5230 (医事課)

【E-mail】 tarumizuhp@tarumizumh.jp

【URL】 <http://tarumizumh.jp>