

しかり

Kikuna
Memorial
Hospital
News Letter

vol.89

2015.11

ご自由にお持ちください

●特集

「かからない」「うつさない」ための
インフルエンザ 対策

● 検査科レポート vol.16

● KMH-NEWS-

● 頼れる!! まちの医療機関

シマリス

食欲の秋。しっかり食べて寒い冬に備えます。
「ちょっと食べすぎかな・・・」

「かからない」「うつさない」ための 特集 インフルエンザ対策

感染制御部 師長 森山 由紀



インフルエンザの流行する季節がやってきます。
インフルエンザの予防や症状・受診のタイミングなどについてお話しさせていただきます。

● インフルエンザウイルス

インフルエンザウイルスにはA型、B型、C型があり、
大きな流行を起こすのはA型とB型です。インフルエンザウイルスは
毎年少しずつ変化するため、一生の間に何回もかかります。



● インフルエンザの感染経路



インフルエンザウイルスは、主にくしゃみや咳、
つばと一緒に放出され、そのウイルスを口や鼻から吸い込んで
感染します。感染してから48時間前後で発病し、その後3～5日間は
ウイルスが排出されます。

● インフルエンザの症状

学童や成人では突然の高熱、のどの痛み、頭痛、関節の痛みやだるさ
などが特徴です。2～3日程度で解熱しますが完全な回復には1週間程
かかります。肺炎を伴い重症となることもあります。



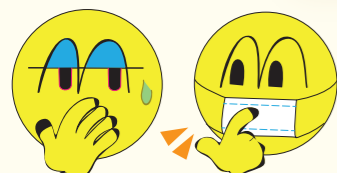
● インフルエンザを防ぐポイント

「ワクチン接種」「手指衛生(手洗いやアルコール消毒薬での手指消毒)」「
マスクの着用」「咳エチケット」が大切です。



【咳エチケット】

- * 咳やくしゃみをするときは口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむける。
- * 鼻水や痰がついたティッシュはきちんとゴミ箱に捨てる。
- * 咳をしている人にマスクの着用を促す。
- * マスクは正しく着用する



● ワクチン接種

インフルエンザに「かかりにくくする」「かかっても軽く済む」という効果があります。
インフルエンザが流行する12月頃までに接種することをお勧めします。



生後6か月～13歳未満：4週間あけて2回接種
13歳以上：1回接種

※ただし、ワクチンを接種してもインフルエンザにかかることがあります。

● 受診のタイミング

発熱など症状がでてすぐに受診しても普通の風邪との見分けが難しく、
検査をしても陽性と出ない可能性があります。
症状が出てから12～24時間経っても高熱が続く、悪寒、全身の関節痛がある場合は
受診しましょう。

!【こんな症状があったらすぐに受診してください】!

- ・ けいれん
- ・ 呼びかけに答えない
- ・ 呼吸が苦しそう(呼吸困難)
- ・ 症状が悪化してきた

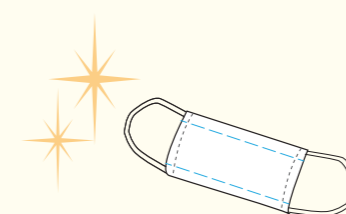
※幼児や高齢の方、持病のある方は特に注意が必要です。

PINCH!!!



● 受診する時の注意点

- ・ 医療機関に受付時間や受診方法を確認してから受診しましょう。
- ・ マスクを着けて行きましょう。
- ・ 受付の際に症状やインフルエンザの可能性について伝えましょう。



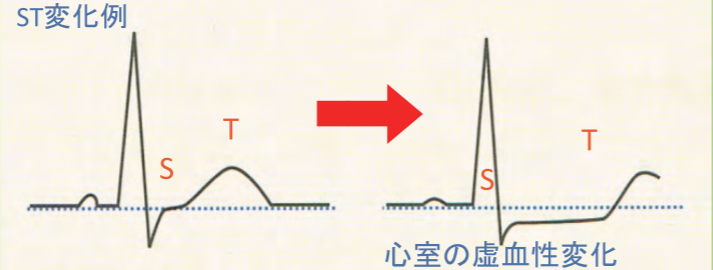
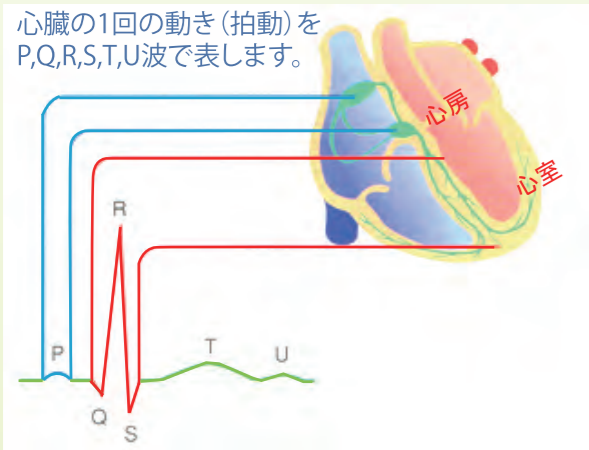
ホルター心電図検査

臨床検査科
瀧澤 千里



○心電図の波形と意味

心臓は独自の電気的な刺激により、無意識のうちに動いています。
心電図とはその電気の伝わる状態を記録する検査です。
結果を目にしたことがありますか？
少し波の形（波形はけい）について説明します。



この1連が心臓1回の動きを意味します。波には名前が付いており、P波(は)は心房の動き、QRSTは心室の動きを表しています。心室に異常があればQRSからT波に変化が現れます。波形を比較することで心臓からのメッセージを読みとることができます。顔に個性があるように波形にも個性がありますので、人と波形を比較するのではなく同じ人の波形を比較することにより診断できます。

○心電図検査とホルター心電図検査の違い

心電図検査の記録時間は10秒程度であり、記録できる波形は10～20個しかありません。不整脈は波形と波形の間隔を比べ調べますので心電図検査での心臓からのメッセージの量は限られた数となります。
また、症状がない時に検査を行った場合、波に変化が表れていないこともあります。そのため記録時間を長く、日常生活の中での心臓の変化を調べるために「ホルター心電図」が必要になります。
約1日機械を付け、約10万個の波形を記録し比べることができます。

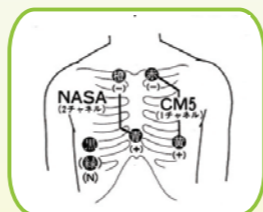
○ホルター心電図でわかること

<症状など>

- ・動悸、息切れ、めまい、失神、痙攣、胸痛などの自覚症状が脈の不整や変化に伴い起きているか
- ・日常生活のどのような場面で胸部不快症状があり心電図に変化が現れているか
- ・症状のない場合の病態把握 ・治療(薬剤など)効果の判定

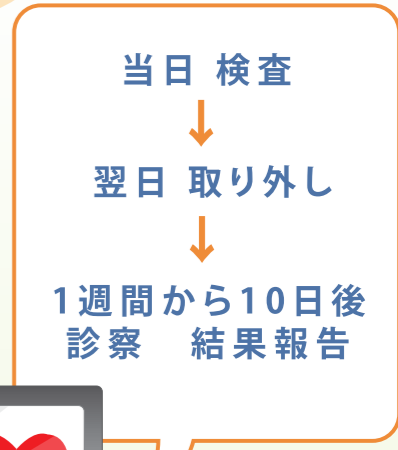
<診断・判定・評価>

- ・不整脈の診断(種類・頻度・開始-終了・持続) ・狭心症の診断
- ・薬物治療効果の判定 ・1日の中での最大心拍数、R-R時間の把握
- ・ペースメーカーの機能評価
- ・心臓リハビリテーションの指導・予後の判定



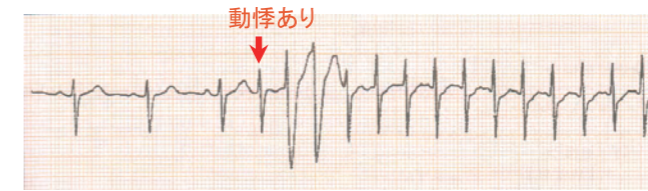
○検査のながれ

- ①皮膚の皮脂汚れをとり除きシールを貼り、コードをテープで固定する・・・正確に記録
- ②症状がある時にボタンを押す・・・症状確認
- ③症状や装着中の日常の様子をカードに記録する・・・症状や日常の状況把握
- ④波形解析・・・評価と診断
※機器の取りはずしは、自宅(別所)でおこない届けてもらうような対応もしています



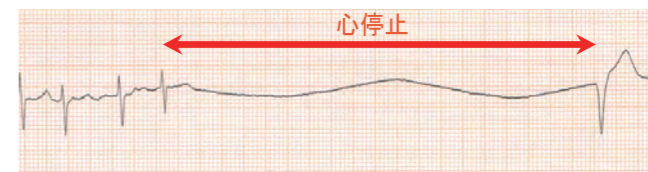
○記録例

その1
動悸



17:50 休憩 症状動悸
→薬物治療など

その2
めまい



20:35 排尿後 症状めまい
→ペースメーカー検討など

その3
胸痛



7:05 朝食
8:15 歩行 症状胸痛
→カテーテル検査
(狭心症疑い)

○ホルター心電図をやってよかったこと

- ・症状がある時に心電図を記録することができた
- ・症状が医師に伝わった ・診断がつき治療することができた

どきどき..
ふらふら..
息苦しい..
胸苦しい..
不安だな~
なんだろう?



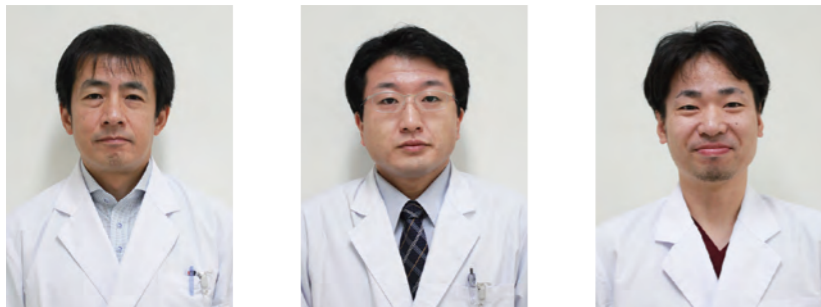
○注意

検査日は入浴できませんが体をぬれタオルで拭くことはできます。
また、電気を記録する検査となりますので、ホットカーペットや電気毛布の使用により製品の電気を一緒に記録してしまい、読みとれない場合もあります。
温めた後に電気を切り、使用してください。皮膚の過敏な方はかぶれる場合もありますので、事前に教えていただくと助かります。

○まとめ

ホルター心電図検査は機器を1日つけて生活しますので、すこし負担のかかる検査ではありますが、得られる情報は心電図に比べ多く、病気の診断・治療に役立ちます。
患者さまに生活の様子をを記録していただくことで、症状と状況を把握しやすくなります。詳しいことは、循環器内科診察室または生理検査室におたずねください。

NEWS1 医局人事のお知らせ



9月1日付入職 外科 **松村 直樹**
 10月1日付入職 総合診療科 **西木 慎太郎**
 10月1日付入職 整形外科 **橋本 翔太郎**

地域の皆様に貢献出来る様に頑張りますので宜しくお願い致します。
 一日も早く戦力となるよう頑張ります。宜しくお願い致します。
 患者さまの為に、まごころ込めて診療します。

NEWS2 9/19 菊名神社例大祭

今年も菊名が活気溢れる、祭りがやって参りました。当院の職員も神輿を担ぎ、地域の親睦を深めました。



NEWS3 9/27 保育室 お月見会

お月見団子を作って、お月見の雰囲気を楽しみました。おやつはおにぎりを団子のように重ねて配膳すると、大喜びの子ども達でした。



NEWS4 10/2 第6回 検査科勉強会

今回グループ施設の職員対象に、“採血における接遇と採血管の取扱注意点”について講義致しました。他部署の方も是非ご参加ください。



NEWS5 10/5 第20回 公開市民講座

こんな時には救急車 第4弾“腰痛” 泌尿器科部長 上杉 達也 医師による講演を行いました。ご近所の方々のご相談ご質問にお答えしました。今後もテーマを変え開催しますので、当院のホームページまたは院内のポスターをご覧ください。



NEWS6 10/6 第133回 糖尿病教室

「糖尿病食体験」 管理栄養士 中山 由希子
 「食後高血糖が動脈硬化を進める」 管理栄養士 辻 正富 医師
 「糖尿病と運動療法」 リハビリテーション科 寺川 裕也
 今回はバイキング形式による糖尿病食の体験をして頂きました。次回の糖尿病教室は11/17(火)13:00より行います。ぜひ、ご参加ください。お待ちしております。



NEWS7 10/17 2015 ふるさと港北 ふれあいまつり

前日の雨に見舞われましたが、今回もふるさと港北“ふれあいまつり”の救護ブースを設置し協力しました。遊びにいらした皆様方のご相談、おからだのご質問などを受けまして、ふれあいの場となりました。何事もなく楽しいひとときを送れました。



動脈硬化予防 Vol.14 No.2 2015 号に掲載されました
“動脈硬化と血管内イメージングの新たな活用”
 1: Gray-scale IVUS: いまなお進化する定番技術
 菊名記念病院 循環器センター長 本江 純子



頼る!! まちの医療機関

すがわら泌尿器科・内科

すがわら そう
院長 菅原 草 先生



Q 診療にあたり心がけていることは何でしょうか?

A じっくりと患者様のお話を聞き診察することです。勤務医時代はまとまった時間が中々とれなかったのですが、大きな手術から離れた今は、ゆとりを持って患者様の声に耳を傾けるようにしています。私自身会話を楽しむ余裕をもちながら患者様と向き合う事ができ、やりがいを感じています。また開業して改めてクリニックとは一種コミュニケーションの場としての役目やニーズに応えることが求められている現場なのかなとも感じています。

Q 他の医療機関と比べてどのような点が充実していますか?

A 従来の泌尿器科のクリニックと比べて、待ち時間・診療中でも落ち着いて過ごせる場になるよう、広めのスペースを意識しました。狭く圧迫感ある空間で受診するより、遥かにストレスなく、安心して治療を受けて頂くことが出来ます。

Q 特に力を入れている分野は何ですか?

A 心電図・レントゲンのほか、泌尿器科ならではの機器が充実しています。軟性膀胱鏡(ファイバースコープ)や超音波、尿流量測定器(※便器と一体化した最新の検査機器で尿量の測定に使用。普段通りの自然な排尿スタイルで検査が可能)を完備しています。

Q 菊名記念病院との連携について思っていることは?

A CT・MRI等最先端機器による画像診断など、検査を単体で利用させて頂けるのは大きなメリットです。結果をもとに診断はクリニック側で行えるので、患者様を長期間お待たせすることなく、その後の治療計画へスムーズに繋がられます。癌などの一刻を争う疾患に対しても、早期発見とタイミングを逃さぬ素早い対応が可能になります。ご近所なので患者さんを紹介しやすいのも魅力です。

地域の方へのメッセージ

もとは岩手の出身で、綱島とはご縁がなかったのですが非常に魅力的で親しみやすい街だと感じています。商店街は下町情緒に溢れ、気軽に立ち寄れるお店も多く、恵まれた環境で医療を提供でき心より嬉しく思っています。いつでもみなさんのお力になりたいと考えています!

すがわら泌尿器科・内科

■ 診療科目：泌尿器科・内科

(内科/全般 風邪 花粉症 高血圧 糖尿病)
(高脂血症 更年期障害 泌尿器ドック)

■ 診療日時：9:00~12:00 15:00~18:30(土曜は9:00~13:00まで)

■ 休診日：木曜・日曜・祝日・第5土曜

■ 所在地：〒223-0053 港北区綱島西2-16-19 第2吉田ビル2階

■ TEL：045-544-8222



編集後記

はじめまして。9月に入職しました、宇田川と申します。どうぞよろしくお願い致します。

さて、ひかり11月号いかがでしたでしょうか?慣れない作業に戸惑うことも多かったのですが、手に取ってくださる皆様にとって、少しでも充実した内容になっていれば幸いです。これからもより興味を持って読んで頂けるような紙面作りを心がけ、精一杯努めていくつもりです。よろしくお願い致します。 広報 宇田川

当院の基本理念

私たちの病院の使命—Mission—

質の高い急性期医療を通して地域社会に貢献します。



日本医療機能評価機構
認定病院 (Ver.6.0)



JQA-QMA14243
ISO9001:2008
認証取得病院



ピンクリボン運動
を応援します。



地域医療支援病院
菊名記念病院

〒222-0011 横浜市港北区菊名4-4-27

TEL：045-402-7111(代) FAX：045-402-7331

URL：http://www.kmh.or.jp/ E-mail：kikuna@kmh.or.jp