

# TANABE CENTRAL HOSPITAL NEWS

田辺中央病院《広報誌》

信頼

安心



尊厳

誠実

思いやり

冬の感染症予防  
ノロウイルスとインフルエンザ

介護老人保健施設  
田辺すみれ苑特集

嚥下障害について

患者様による満足度調査実施結果  
(アンケート)

3月1日  
田辺すみれ苑

開苑



2012  
vol.3



## 病院長の挨拶

### 謹んで新年のご挨拶を申し上げます

昨年は格別のご厚情を賜り、厚く御礼を申し上げます。  
今年には外来部門の増改築、CT、MRI等の医療機器の充実も予定しております。  
また、3月には関連施設である田辺すみれ苑も開設いたします。  
今後も「地域に貢献できる医療機関」として患者様に満足していただける医療機関を目指しスタッフ一同、力を合わせて業務に励む所存です。  
皆さまのご健勝とご多幸をお祈りするとともに、  
本年もより一層のご支援ご指導の程、宜しく願い申し上げます。

院長 浅井 信義  
2012年1月

## 基本理念

私たちは『安心・信頼・誠実・尊厳・思いやり』の心を大切にし、患者さま本位の病院として地域医療に貢献できる医療機関を目指します。

### 基本方針

- ① 患者さまの権利、プライバシーを尊重します。
- ② 安心と満足のいく良質な医療の提供を目指します。
- ③ 地域とともに歩み、地域医療に貢献します。
- ④ 医療、介護、福祉の連携強化に努めます。
- ⑤ 病院とともに成長できる働きがいのある職場と風土を育てていきます。

## 看護理念

**思いやりの看護**…… 患者様の生命・人権・意思を尊重し心に添える看護を実践する。  
**安心の看護**……… 安全で安楽な環境の基で継続性のある看護を提供する。  
**信頼される看護**…… 看護職員の教育と研修を推進し期待と信頼に応える看護を目指す。

### 看護方針

- ① 気持ち良く働き、ていねいに患者様に接する。
- ② 患者様、家族様の目線に立った安心の得られる看護を提供する。



# 冬の感染症予防 インフルエンザとノロウイルス

## インフルエンザ

インフルエンザといえば、2009～10年には「新型インフルエンザ」が世間を騒がせました。今年は例年のA香港型がシーズンだった中です（執筆時）。というわけで今回はインフルエンザの予防や治療のお話です。

### ◎予防～ワクチンについて

もちろん手洗いが基本ですが、効果的なのはインフルエンザワクチン（以後ワクチン）接種です。今シーズンはもう遅いですが、来年のために知っておきましょう。

**Q** 新型ウイルスはいなくなった？

**A** いいえ。今年は別の型でしたがどこかに潜んでいます。ちなみに先の「新型」（H1N1型）は2011年4月1日から通常のインフルエンザ扱いなので「新型」ではなくなりました。

**Q** 去年したから今年は不要？

**A** 毎年の接種をお願いします。①ウイルスの型は毎年変わるため。②効果は接種後「2週間から5ヶ月程度」しかもたないため。

**Q** 妊婦・授乳婦は接種OK？

**A** OKです。産婦人科学会は安全かつ有効とコメントしています。ただし防腐剤の入っていないものを接種してください。

**Q** 子供は接種OK？

**A** OKです。小児の場合は重症化すると急性脳症を起こす場合もあり接種をお勧めします。ただし6ヶ月未満の乳児には用いません。

### ◎治療～薬について

インフルエンザに罹った場合はお薬による治療となります。現在、抗インフルエンザウイルス薬は5種類発売されています。それぞれの特徴を簡単に紹介します。

タイプ	薬の名前	投与	特徴
内服薬	タミフルカプセル	5日間	現在標準的治療薬。10代には使用を控えること。耐性も最近問題に。
	シンメトレル錠	7日以内	※A型のみ有効。現在あまり用いられない。
吸入薬	リレンザ吸入薬	5日間	最初の吸入薬。操作はやや煩雑。タミフル耐性に用いられている。
	イナビル吸入薬	1回	一回の投与でOK。操作も簡便。タミフル耐性・鳥・新型ウイルスにも効く。
注射薬	ラビアクタ点滴用	1回	15分間の点滴だけでOK。重症例に対応可能なので病院向き？

※インフルエンザにはA・B型・（C型）があり、主に冬に流行するのがA型、春先に流行するのがB型です。上記以外にも、抗生物質の「クラリス」や漢方薬の「麻黄湯」が用いられますが、いずれにしても医師や薬剤師の指導のもと服用してください。

**Q** お薬って効くの？

**A** 発症後48時間以内の使用で解熱が1～2日早まります。しかし発症3日後以降や、薬の耐性をもつウイルスに対しては効果が低いです。

**Q** 平成19年に報道されたタミフルでの異常行動は？

**A** 現在の解釈は「関係あるかないかは不明。しかしインフルエンザ自体でも異常行動をとるため2日間は要注意。10代への投与は控えること」です。臨床では10代でも使われるケースがあります。

**Q** 抗生物質も処方されたけど無効では？

**A** 抗生物質は細菌用の薬なのでウイルスが原因のインフルエンザには無効です。しかし高齢者や抵抗力の弱い方は同時に細菌の感染症にかかることもありますので、医師の判断で処方される場合もあります。

**Q** 熱が下がれば外出OK？

**A** インフルエンザは発症から3～7日間もウイルスを放出し続けると言われています。外出は控えてください。学生であれば法律で「解熱後2日間」は出席停止期間となっています。

もっと詳しい内容はインターネットの「厚生労働省 インフルエンザ対策」で検索してみてください。

## ◎予防～日々の生活について

感染症を治すのは薬ではなく自分自身の免疫力です。薬はその手助けをしているだけです。つまり普段から細菌やウイルスに打ち勝つ体をつくるのが一番の対策だと私は考えます。ご参考までに。

生活の心がけ	①適度な運動 ②十分な睡眠 ③バランスの良い食事 ④ストレスを減らす ⑤体を冷やさない
免疫力アップ食材	・大豆製品・緑黄色野菜・キノコ類・海藻類 ・ごま・玄米・豆類・小魚類・酢・梅干し

(参考書…病気になる免疫力をつくる毎日の食事/安保徹 著)

文章 薬局 笠松

# ノロウイルス



～はじめに～

## 正しい知識でノロウイルス感染症を防ぎましょう!!

毎年冬季を中心にノロウイルスに感染したことによる「下痢」や「おう吐」などの健康障害が流行しています。

しかし、最近では一年を通じ感染の報告があり注意が必要です。

ノロウイルスはほとんどの場合、口から体内に入ることにより感染します。(経口感染)

通常は症状が1～2日続いた後治まり後遺症ありません。

また感染しても発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。

ただし、幼児や高齢者など体の抵抗力が弱っている方がノロウイルスに感染すると重症になることがありますので注意してください。

**ノロウイルスの感染力は強く少量のウイルスでも感染してしまいます。**

また有効なワクチンも特効薬もありません。

家庭では………医師の指示に従い適切な治療を受けた後、安静にして水分補給をすることが大切です。

**二次感染(間接的な感染)**を防ぐため、ふん便やおう吐物などの処理をする時は、直接触れないよう手袋を着用するなど注意が必要です。

**症状が治まった後でも最低一週間くらいは、便にウイルスがいると言われてます。(二次感染に注意!!)**

## ノロウイルス感染を防ぐ『手洗い』と『うがい』

ノロウイルスの感染経路は主に汚染された食品を食べて感染する場合と、感染したふん便やおう吐物などから感染する場合があります。**汚染された手指を介した二次感染も少なくありません。**

感染予防の基本は「手洗い」「うがい」です。日頃から食事前やトイレの後、または帰宅時などにはうがいや手洗いの習慣をつけましょう。手を洗う時は石けんを使って、腕から指先までしっかり洗いましょう。

**共用タオルは避け**清潔なタオルを使用しましょう。集団生活の場ではペーパータオルが有効です。

身近な予防としての「手洗い」と「うがい」をキッチリ実施しましょう!!

## ノロウイルス 後始末や掃除

ノロウイルスは感染力が強いため、ノロウイルスを含むふん便やおう吐物は確実に処理し、家庭内で感染を広げないようにすることが重要です。なお、おう吐物は**想像以上に広範囲に飛散する**ので注意が必要です。

消毒が不十分な場合、その後乾燥してノロウイルスが空気中に漂うことがあり、これを口から吸い込んで感染することがあります。

### ▼吐き気がしたら…

ビニール袋など密封できるものに吐くようにしましょう。

(洗面器やバケツなどの容器は、洗浄などの操作で感染の危険があるため出来るだけ使用しない事)

また吐いた後のビニール袋に「塩素系の漂白剤」「塩素系の消毒剤」などをふりかけて、ビニール袋の口をしっかりとくり、漏れないようにしてすみやかに処分しましょう。(二次感染の原因となります)

「塩素系の消毒剤」 ……………ミルトンなど (原液で次亜塩素酸ナトリウム濃度1%)

「塩素系の漂白剤」 ……………キッチンハイターなど (原液で次亜塩素酸ナトリウム濃度5%)



### ▼吐物でトイレや部屋、床などが汚れたら…

処理をする場合は部屋を十分に換気し、ビニール手袋・マスクをつけ、汚れた部分は雑巾などできれいに拭い、その後「塩素系の漂白剤」「塩素系の消毒剤」などで消毒します。

ふき取りが不十分だとその部分が乾燥したあと 空気中に舞い、そこから経口感染する恐れがあります。

また処理に使って汚れた物は吐物と同様に処理します。

（「塩素系の漂白剤」「塩素系の消毒剤」などをふりかけて内容物が漏れぬよう処分）

## ノロウイルスの消毒

### 簡単に出来る!! ペットボトルを使った消毒液の作り方

ここでは、代表的な「ハイター・ブリーチなど家庭用塩素系漂白剤（原液に含まれる次亜塩素酸ナトリウム濃度 約5%）」を使った消毒液の作り方をご紹介します。

0.1% (1,000ppm) 消毒液の作り方 便や嘔吐物が付着した床・衣類・トイレなどの消毒	0.02% (200ppm) 消毒液の作り方 おもちゃ・調理器具・直接手で触れる部分などの消毒
ペットボトルのキャップ2杯（1杯が5ml×2=10ml） ①まず500mlのペットボトルに水を半分くらい入れておきます。 ②そこへ原液10ミリリットルを入れます。 ③最後に水を加えて全体を500mlとします。 ④ふたをしてよく振って混ぜ合わせてください。 （10ml×約5%/500ml=約0.1%）	ペットボトルのキャップ2杯（1杯が5ml×2=10ml） ①まず2Lのペットボトルに水を半分くらい入れておきます。 ②そこへ原液10ミリリットルを入れます。 ③最後に水を加えて全体を2Lとします。 ④ふたをしてよく振って混ぜ合わせてください。 （10ml×約5%/2000ml=約0.02%）

## ノロウイルス感染予防の3か条!!

① 手洗い

② 加熱調理

③ 塩素消毒で

感染を予防しましょう!

①食事の前やトイレの後には必ず石鹸で**しっかり**手を洗いましょう

②食材を加熱する際は中心部まで**しっかり**加熱しましょう。

加熱しないものは水を流しながら**しっかり**洗いましょう。

③ノロウイルスに汚染された場所は**しっかり**消毒しましょう。

ノロウイルスの消毒には次亜塩素酸ナトリウムが有効です。

（次亜塩素酸ナトリウムは、ハイターなどの家庭用塩素系漂白剤にも含まれています）

※アルコールは効果がありません。



## 【新人職員紹介】



医事科  
芝崎 修平 (24才)

十月に医事課に配属されました芝崎と申します。配属されて以来、様々な人々に出会い、多くを教えられている毎日です。

人の行為には「かた」というものが付きまといまふ。しゃがむときの腰の落とし方、電話の取り方、恋人と抱擁するときの腕の回し方。仕事の仕方というのもそうしたものと同じ地平にあるもののように思われます。先輩の仕事の仕方を学ぶ、見取り稽古という言葉があるように、先輩の一人の所作、対応の仕方を学ぶ。そこでは逐一先輩は後輩に仕事の仕方を見られ、後輩もまた先輩に仕事の仕方を見られる。まなざしが人と人の「かた」を貫いていくわけです。あるいは、そこでは**教え方**ということが、**学び方**ということが、一瞬一瞬試されていきます。

教育というのは特定の側の人間が受け持つものではありません。誰がいつ教師（先輩）、生徒（後輩）という「役」に回るのかは分からない。そしてそれは、医療、あるいは広くケアというものの関わる場であってももそれには変わりはないように思います。誰がいつケアをする立場に、ケアをされる立場に回るのかは分からない。そして**役に立つ**ということ、それはある立場、ある形の追求を引き受けるということに相違ない。

この病院流の仕事の「かた」を学び、身体をそれにならし、それを洗練し、実行にあたってまた新しいものを生み出すもととする。それが新人という立場に立たされた者としての私の「役」です。

もっと「かた」破りな新人がよいですか。いやいや、「かた」を破るということはある程度「かた」というものが形成されたその後に出てくることではないでしょうか。

私みなさまのお役に立てるようになるまで、様々なことでご厄介をおかけすると思いますが、新人の悪戦苦闘と笑いつつご指摘くださればまことに幸いです。

# 介護老人保健施設 田辺すみれ苑特集



## 基本理念

私たちは利用者さまの尊厳を守り、安全に配慮しながら、生活の維持・向上を目指し、総合的に援助します。

## 基本方針

- ①心のごもったおもてなしと、家庭的で安らげる環境を提供します。
- ②利用者さまとご家族さまに寄りそい、心の支えとなるよう努めます。
- ③家族や地域の方々とともに歩んで行く施設を目指します。
- ④利用者さま1人ひとりに適したサービスを検討し、日常動作の維持・向上に努めます。
- ⑤接遇および専門知識・技術の向上に努め、質の高いサービスを提供します。



## 「ろうけん=介護老人保健施設」ってどんな施設？

介護老人保健施設は、常に利用者さま主体の質の高い介護サービスの提供を心がけ、地域の開かれた施設として、利用者のニーズにきめ細かく応える施設です。

介護予防を含めた教育・啓発活動など幅広い活動を通じ、在宅ケア支援の拠点となる事を目指して、ご利用者・ご家族の皆様が、快適に自分らしい日常生活を送れるよう支援していきます。

介護老人保健施設をご利用いただける方は、介護保険法による被保険者で要介護認定を受けた方のうち、病状が安定していて入院治療の必要がない要介護度1～5の方で、リハビリテーションを必要とされる方です。



### ◎居室

ご利用者・ご家族の皆様が快適な日常生活を送れるよう全部屋個室となっております。



### ◎人工炭酸泉のお風呂

炭酸泉の入浴効果でリラックス、美肌等の効果があるとされています。

### 事業所概要

施設名／介護老人保健施設 田辺すみれ苑

施設概要／建物構造：鉄骨6階建

敷地面積：3848.82㎡

延べ床面積：4294.56㎡

定員／老人保健施設〔100名〕

デイケアサービス〔20名〕

開設／平成24年3月1日

経営主体／医療法人社団 董会

所在地／和歌山県田辺市城山台4-5

協力医療機関／田辺中央病院

協力歯科／坂本歯科医院



医療法人社団 董会

介護老人保健施設 **田辺すみれ苑**

平成24年3月

開設

**入居希望者相談受付中!**

【お問い合わせ・お申し込みは】

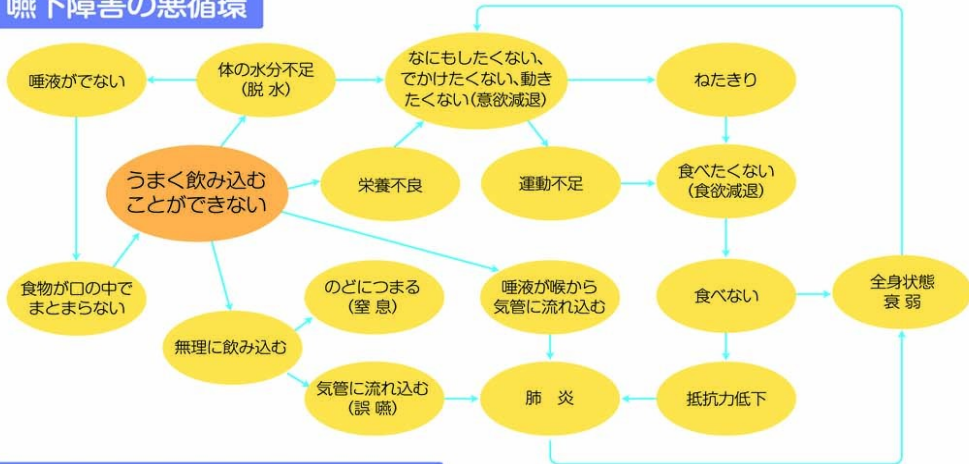
TEL 0739-81-3300(代) FAX 0739-81-3330



# えんげ 嚥下障害について

飲み込みに問題のある状態を、嚥下（えんげ）障害といいます。嚥下障害は、たんにうまく飲み込めないだけではなく、多くの問題を引き起こす原因になります。

## 嚥下障害の悪循環



## 摂食・嚥下障害を疑う主な症状

食事時間・食べ方の変化



食事内容・好みの変化



むせる



咳が出る



咽頭違和感・食物残留感



声の変化



痰の量の増加



食欲の低下



やせ・体重の変化



当院では専門知識・技術のある言語聴覚士により、訓練・指導・援助を行い機能の獲得や改善、能力の回復・拡大を図れるよう取り組んでいます。





### 誤嚥(ごえん)とは何ですか？

飲食物などが、声門(左右の声帯の間)を越えて「気管の中に入り込む」ことを誤嚥といいます。入り込んだ食物は肺組織に障害をもたらして、肺炎を発生させたり、気道をふさいで窒息に至らせたりします。しかし誤嚥がすぐ肺炎を引き起こすわけではありません。口腔や咽頭内の細菌や誤嚥物の酸性度などが関係しているのです。



### 誤嚥すると必ずむせるのですか？

ふつうの人では喉頭や気管の中に飲食物が入り込むと、粘膜刺激によって反射的にむせてしまいます。このしくみは誤嚥した飲食物を排除して下気道を保護するために重要です。ところが摂食・嚥下障害患者では、気道の知覚機能の異常によって、誤嚥してもむせない場合があります。ですから、むせが生じていないからといって誤嚥をしていないとはかぎりません。



### お薬がどうも飲みにくいのですが。

摂食・嚥下障害患者が薬を飲むときは、水でむせやすいので注意が必要です。そこで増粘剤などで水にとろみをつけるとよいでしょう。また、薬を服用しやすくするゼリーも市販されています。薬は錠剤よりもなるべく散剤で服用することをおすすめします。

## 飲みこみ方/食べ方の工夫

### (1)安全な姿勢

- 体を安定させる椅子(車椅子)にすわります。
- ベッドの上でも背筋をのばしましょう。
- 口にたまりやすい人や口からポロポロこぼす人は少し体を後ろに倒します。(頭のうしろにはタオルをたたんで入れて、あごを引くようにします)

### (2)味わう：飲んでいる/食べていることを意識する

- 何を飲んでいるのか/食べているのか、語りかけながら味わうゆとりをもってください。(嚥下障害があると食事に時間がかかります、あわてないで！)
- 口の中がからっぽになったのを確認してから次を口の中にもっていきます。

### (3)飲み込み

- がぶのみしないで、ひと口づつのみましょう。
- 口につめこまないでスプーン1杯づつ入れましょう。
- のみこむ瞬間はあごをひいて「ごっくん」をします。
- 息を少しはいて、とめてから、はい飲み込んで。
- のどの奥がつまるようなら、「ゴホン」と咳、声をだしてみよう。
- 「ごっくん」を確認してから次のひとさじ。

### (4)使いやすい道具

- 食べ物をみせる。
- 取りやすいようにふちが少し高い皿。
- 食器がすべらないように(スベリ止めマット)。
- はし・スプーンを持ちやすく(握りを太くする)。
- こぼれても大丈夫(エプロンをつけて)。

### (5)準備体操

- 大切な呼吸です、はい大きくすって、はきだして。
- 口を動かしてみよう。
- 首や腕はかたくないですか。

### (6)食後の注意

- すぐに横になると逆戻りすることがあります。
- 口のなかをきれいしましょう。
- たんがからんでいたら、とりだしましょう。

## 食品の選び方

### ムセやすく、飲み込みにくいもの

- ①酸味のある果物や酢のもの。
- ②みそ汁などの汁もの。
- ③熱すぎる料理。
- ④味つけの濃いもの。
- ⑤水分が少なくバサバサした食品や料理。

### 刻み方の工夫

- 小さく刻んでも飲み込めない場合→ミキサーを使う。
- 芋、かぼちゃ、大根など→大きいまま柔らかく煮る。(スプーンでつぶしながら、食べることもできます)

### とろみの調節

しゃばしゃば(みそ汁)・とろとろ(ヨーグルト、ゼリー)・どろどろ(茶碗蒸し、とろろ芋)・こてこて(おかゆ、すり身)

### 水分の補給

ゼリーやシャーベットにすると口の中でまとまり、飲みやすくなります。(お茶のシャーベット、牛乳ゼリー)

### とろみ調整食品の利用

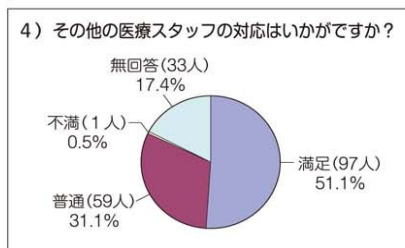
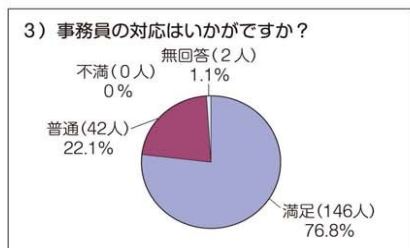
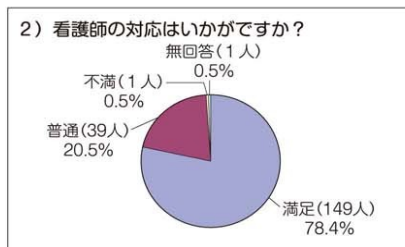
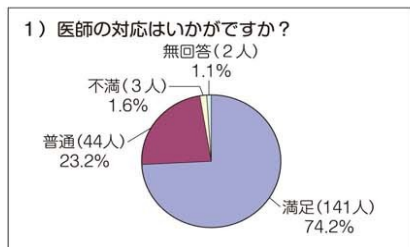
とろみをつけるには片栗粉やゼラチンの他に、加熱しなくても混ぜるだけでとろみがつく食品もあります。マヨネーズやケチャップも利用できます。

## 患者満足度調査(アンケート)を実施しました。【外来編】

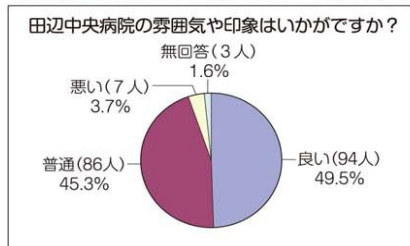
2011年10月17日から10月31日までの期間、健診を除く外来患者様を対象としたアンケートを行いました。多くの皆様からご協力を頂き、誠にありがとうございました。頂いた貴重な意見・感想を無駄にすることなく、今後の医療サービスの向上につなげていきたいと思っております。今回は一部ですが外来で行いましたアンケートの結果を紹介します。

### ◇医療スタッフの対応について

●多くの方に満足を得ているようですが、「不満」の声も1～2%ほどありました。また「不満」の理由に、スタッフの態度や対応の遅さなどが挙げられます。

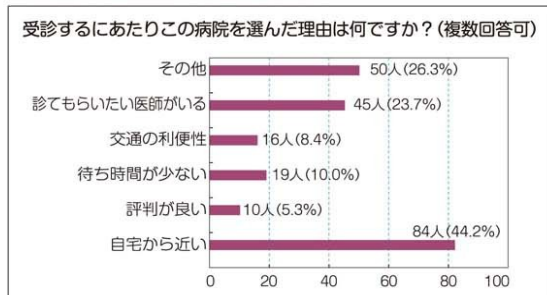


### ◇田辺中央病院の雰囲気や印象について



●9割以上が「良い」または「普通」という回答でした。  
●「悪い」という回答は3.7%で、その理由として「古い」、「狭い」「駐車場が狭い」といった建物面・設備面がほとんどでした。

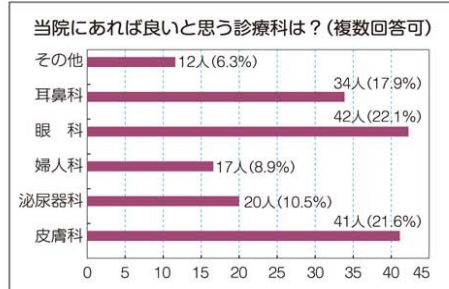
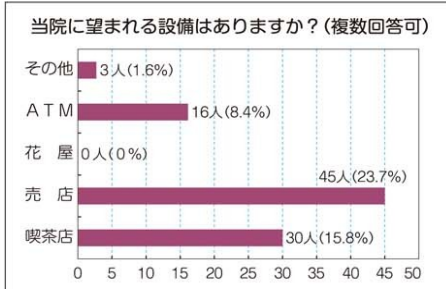
### ◇田辺中央病院を選んだ理由



●近隣や地域の人々にご利用されており目当ての医師がいるためと回答された患者様も多かったです。  
●その他の理由に「救急」や「紹介」、「雰囲気の良さ」という回答もありました。

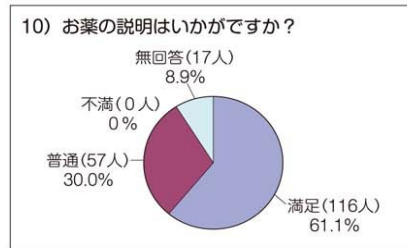
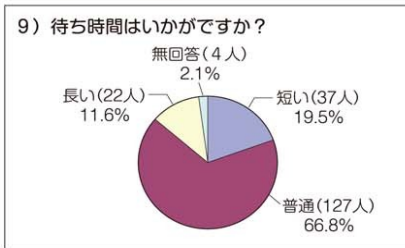


### ◇田辺中央病院に望むもの



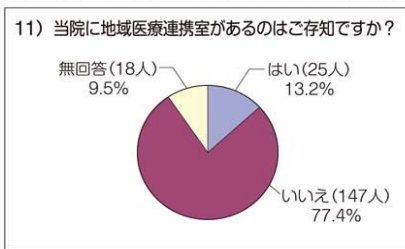
- 当院に望まれている設備は、「売店」が一番多く、続いて「喫茶店」、ATMが多いという結果になりました。その他には「駐車場」を望むという回答がありました。
- 当院にあれば良いと思う診療科は、「眼科」「皮膚科」「耳鼻科」という回答が多かったです。また、少数意見として「心臓外科」「脳外科」「循環器科」が欲しいという回答などもありました。

### ◇外来での環境



- 外来での待ち時間は、約1割の方が「長い」と感じている結果でしたので、スムーズな対応を心がけていきます。
- お薬の説明については、ほとんどが「満足」または「普通」で、「不満」と回答された方はいませんでした。

### ◇田辺中央病院にある地域医療連携室の認知度



- 77.4%の方が「知らない」という結果になりました。まだまだPRが足りないようですので、今後は院内掲示板等でお知らせして周知徹底していきます。

多くの項目において満足を受けておりますが、不満の意見もございます。ご指摘を頂いた点におきましては、再検討を行い改善するよう努めてまいります。また、満足を受けている点におきましても、さらに向上していくよう尽力していきますので、今後ともよろしくお願いいたします。

※次号は「入院編」です。







**診療科目**

内科 外科 肛門外科 整形外科 リハビリテーション科

**受付時間**

午前 8:30~11:00 午後 1:00~2:00

**診療時間**

午前 9:00~12:00 午後 1:00~5:00

**■外来診察一覧表**

※内科一診 糖尿病専門外来  
水曜午前10:00開始

※整形外科  
土曜受付午前10:30まで

診療科	曜日	月	火	水	木	金	土
内科一診	午前	上 畠	浅 井	佐々木*	浅 井	田 中	交代制
	午後		浅 井	田 中	上 畠	田 中	
内科二診	午前			土 井			
	午後			土 井			
外 科	午前	上 田	伊 東	上 田	伊 東	伊 東	上 田
	午後	伊 東	手術日	上 田	手術日	伊 東	
整形外科	午前	谷 口	谷 口	谷 口	金 本	谷 口	交代制*
	午後	谷 口	谷 口	手術日	飯 田	谷 口	

**● 交通のご案内 ●**

**●田辺中央病院迄は…**

JRきのくに線 紀伊田辺駅下車 徒歩約10分

※湊本通りは駅前通り方面から中央病院方面に向って一方通行  
になっていますのでお車でお越しの際はご注意ください。



医療法人研医会 **田辺中央病院**

〒646-0042 和歌山県田辺市南新町147  
TEL 0739-24-5333 FAX 0739-23-1114  
<http://www.tanabechp.or.jp/>

**●田辺すみれ苑迄は…**

**電車**

- JR新大阪駅から紀伊田辺駅まで約2時間30分  
紀伊田辺駅より車で約15分
- JR和歌山駅から紀伊田辺駅まで約1時間  
紀伊田辺駅より車で約15分

**車**

- 南紀田辺 ICより約15分
- JR紀伊田辺駅より約15分



医療法人社団 董会 **田辺すみれ苑**

〒646-0217 和歌山県田辺市城山台4番5号  
TEL0739-81-3300(代) FAX0739-81-3330





















—

—











