

# ちょうしんき

## 第 47 号

平成 26 年 11 月 14 日

〈発行〉市立島田市民病院

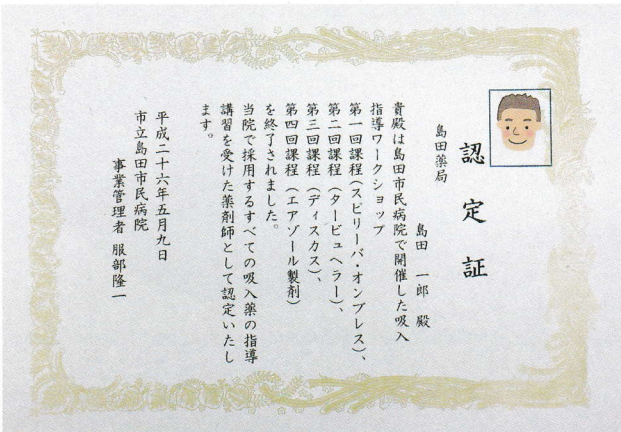
事業管理者

服部 隆一

〈編集〉広報委員会



最近あまり「喘息死」という言葉が聞かれなくなりま  
した。これは実際に喘息死が激減しているからです。喘息  
死は2012年には約1800人、15年前から比べると約  
3分の1に減っています。(厚生労働省2014年調べ)  
激減した要因は、吸入ステロイド薬という効果ある薬が  
普及してきたからです。この薬は喘息の原因である気管支  
の炎症を抑える薬です。現在ではほとんどの喘息患者さん  
に使用されてい  
ます。また吸入



吸入薬は、喘息以外に肺気腫・慢性気管支炎などの慢性  
閉塞性肺疾患にも使用されています。息苦しい時や発作時  
にはすぐに効く短時間作用型の吸入薬が、慢性的な疾患に  
は持続する長時間型吸入薬が使われます。

吸入薬は簡単に吸うだけの薬と思われがちですが、実際  
には疾患・薬効・吸入器・薬剤の形状など  
沢山の種類の吸入薬があります。また、ス  
プレーという吸入補助器が使用される時  
もありません。それらを正しく使用し吸入し  
なければ十分な効果が得られません。  
そのため当院では、様々な吸入薬の重要  
性をどのように患者さんに伝えるか、「吸入  
指導ワークショップ」という話し合い形式  
の勉強会を開催しています。当院呼吸器外  
科医師の小林を中心に、島田市の保険調剤  
薬局の薬剤師、当院看護師や薬剤師が集ま  
り、吸入薬の手法・回数・薬効・副作用・  
重要性・注意事項などをどのように患者さ  
んに伝えたらよいかを勉強しています。  
1年間に4回開催され、4回参加された  
保険調剤の薬剤師には当院の吸入指導認定

吸入薬の重要性

# 吸入指導ワークショップを通して

薬剤師 増田 明久

薬も各製薬メーカーから様々な吸入器が発売され、患者さ  
んの状態に合わせて使用できるようになりました。ステロ  
イド薬以外にも気管支拡張薬と混合になっている吸入薬も  
使用されています。

証を発行しています。もし保険調剤薬局で吸入指導認定書があれば、吸入薬のことを理解されているので安心できます。

これからも「吸入指導ワークショップ」を通して、島田市薬剤師会および島田市民の皆様吸入の重要性を理解していただくように継続したいと考えています。吸入薬で何か疑問があれば、当院または認定証のある薬局窓口にお尋ねください。

### 肺炎予防のための口腔ケア

歯科衛生士 松永 香織

皆さんは、「肺炎」という病気にはどのような印象を持っていますか？

日本では、肺炎での死因が脳血管疾患を抜いて、第3位になり、さらに肺炎で死亡する方の95%が、65歳以上の高齢者であると報告されています。そして、その高齢者の肺炎の70%以上が「誤嚥性肺炎」といわれています。

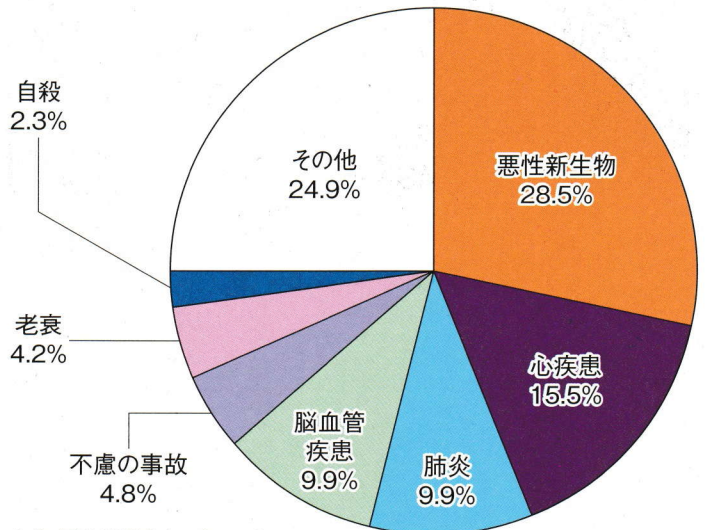
「誤嚥性肺炎」とは、口の中の唾液や、食べ物、胃液が、細菌と共に気道から肺に入って起こる病気です。

成人の口の中には、約700種類の細菌が生息しており、歯や義歯に付着した菌垢(プラーク)1mgに、1億個以上の細菌がいるといわれています。口の中の清掃を怠ると、細菌の数が1兆個以上にもなり、これらの細菌が誤嚥性肺炎の原因となるのです。

誤嚥性肺炎の予防として、口腔ケア(口の中の清掃)が注目されています。

研究では、口腔ケアを行うことによって、誤嚥性肺炎を4割も予防できることがわかっています。菌についた菌垢(プラーク)は、うがいでは取れません。菌垢(プラーク)は、歯ブラシの毛先を

図 主な死因別死亡数の割合(平成23年)



出典:厚生労働省ウェブページ  
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/geppo/nengai11/kekka03.html>

## 冬季の感染症に向けて

感染管理認定看護師 野村 明美

冬季に流行する疾患は、ほとんどがウイルス感染症です。ウイルスにより特徴がありますが、まずは共通の対策である手指衛生(石鹸と流水による手洗い)で手指についたウイルスを除去し感染を予防することが重要です。

冬場に注意してほしい「インフルエンザウイルス」についてお話しします。症状に高熱、頭痛、関節痛、咳などがあります。咳の飛沫に含まれるウイルスで感染が拡大しますので、感染予防には「咳エチケット」が重要です。

### 認定看護師紹介

## 慢性心不全看護認定看護師

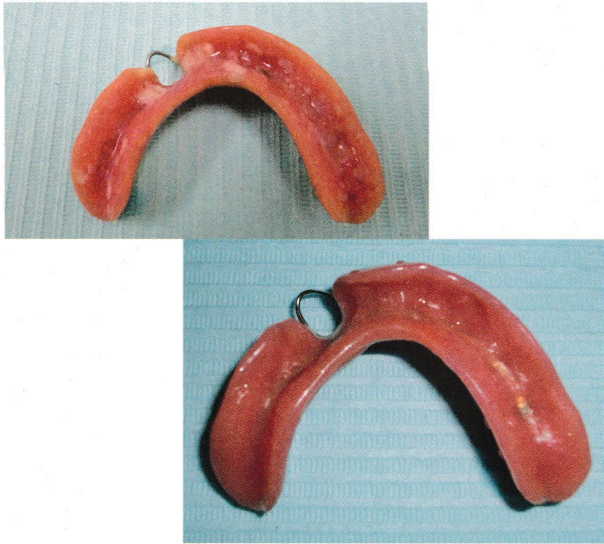
河守 悦子

「循環器内科」というとピンとこない方もいるかと思いますが、「心臓・血管系」の病気を対象としているのが「循環器内科」です。島田市民病院の循環器内科は、島田市内はもちろんのこと焼津・牧ノ原市と広域にわたる地域の拠点病院になっています。

日本人の死亡原因の第1位が「がん」ですが、その次に多いのが「心臓の病気」です。心臓の病気には「狭心症」「心筋梗塞」「不整脈」「心不全」などがあります。高齢化社会にともない、心臓の病気の患者さんは増加しています。

心臓の病気は、再発や症状が増悪しないように、一生治療を継続しなくてはならない方が大半を占めています。また、突然死の危険性が高いのも心臓の病気の特徴です。私は、「慢性心不全看護認定看護師」として、現在、循環器内科病棟に勤務し、入院患者の看護を担っています。長期にわたる療養生活のな





写真上 義歯 (掃除前)  
写真下 義歯 (掃除後)

歯に当ててこすると取れるので、歯が1本しか残っていないから...という方も、歯ブラシを使って口の中の清掃をする必要があります。

義歯を使用している方は、その掃除も必要です。義歯専用のブラシで、洗浄します。就寝時は、義歯を外して洗浄してから水中で保管します。

しかし、実際に口の清掃がきれいにできていない方が少ないのが現状です。「磨いている」と、「磨けている」は違うのです。

自分の口に合った清掃方法を、かかりつけの歯科医院で、歯科医師や歯科衛生士と共に見つけて、それを長く継続することがとても重要です。

最近では、口の中の細菌が、糖尿病、動脈硬化、心臓血管障害、リウマチ、腎臓病や肥満など、いろいろな全身疾患の誘因となることが明らかになってきました。口はウイルスの入口なので、口腔ケアを行うことがインフルエンザの予防にもつながります。肺炎だけではなく、全身の疾患と関わりのある口腔ケアを、是非実践して、病気の予防を心がけましょう。

### 咳エチケット

- 1 咳やくしゃみを他の人に向けて発しない。
- 2 咳やくしゃみができるときはマスクをする。マスクがないときは、ハンカチを使う。
- 3 手のひらで咳や痰を受けとめたときはすぐに手を洗う。

インフルエンザウイルスは、A型、B型、C型に大きく分類されます。このうち大きな流行となるのはA型、B型です。地域によって時期は異なりますが世界中で流行が見られます。

診断キット(迅速抗原検査)は、非常に簡単な検査です。ただし、1つだけ注意が必要です。検査の結果が陽性であれば、ほぼインフルエンザ感染と考えるのですが、陰性の場合にインフルエンザ感染では絶対ないとは言えません。検査が陰性でもインフルエンザ感染のことがあります。これを「偽陰性」と呼びます。発症してからすぐの検査では偽陰性になることがあります。

予防に効果が期待できるのがワクチンの接種です。流行シーズンを迎える前の11月ごろの接種をおすすめします。ワクチンの効果が現れるのはおよそ2週間後からで、その後約5ヶ月間程度(厚生労働省ウェブサイト参照)持続すると言われています。感染して発病する可能性を低減させる効果と、発症する際の重症化を防止するのに有効です。

インフルエンザの治療は、まず、できるだけ安静にし、栄養と十分な睡眠をとりましょう。真面目な日本人は、体調不良で仕事を休むと他の人に迷惑をかけてしまうことを気にして、無理して仕事に行く傾向があります。感染症を広めないためにも、体調不良の時は職場を離れることが重要です。

次に、水分を十分に補いましょう。お茶、スープ、ジュースなど何でもよいので飲みたいものを飲みましょう。



かで、QOL(生活の質)を維持して、今後の生活がおくれるように、また、それを支えるご家族に対して、サポートを行っています。療養生活での悩み事や相談には、いつでも対応します。気軽にご相談ください。

心臓病のなかでも心筋梗塞は10月から4月にかけての寒い季節に増えるという統計結果が報告されています。気温の変化・体調管理には注意して、これからの季節をお過ごし下さい。「胸が痛い」「胸がしめつけられる」といった症状があるときは、速やかに病院を受診してください。

# 島田市民病院医師診療表

電話(0547)35-2111(代)

◆診療各科の受付時間は7:30~11:00です。(一部診療科を除く)

★紹介状がなくても受診できます。

(紹介状がない場合は特定初診料が2,160円かかります)

平成26年11月4日現在

科別	診療区分	月	火	水	木	金	科別	診療区分	月	火	水	木	金	
総合診療科	午前・一診	岩嶋	谷尾	高橋	岩嶋	谷尾	外科	一診	磯野	上村	植田	上村 (手術相談)	上村 (術前診察)	
	午前・二診	小嶋	敷	瀬川/谷尾	谷尾	大徳		二診	篠原	中田	野村	芦沢	処置・検査	
漢方内科	午前				第1・第3・第5 小野		(専門外来)	乳腺	13:30~14:30					検査のみ
					第2・第4 高橋		形成外科	午前・一診	寺井	三倉	寺井	寺井	三倉	
腎臓内科	午前	※初診予約が必要です。						午前・二診	三倉					
	午後	岡西			野垣 野垣 CAPD	鈴木		午後	レーザー	手術	手術	レーザー	手術	
消化器内科	一診	松下	渡邊	金山	石橋	間瀨	脳神経外科	一診	※受付時間: 7:30 ~ 10:00です。					
	午前・二診 午後・二診	石橋 高橋	森下	間瀨	松下	金山		一診	交替	福澤	福澤	植村	恵	
循環器内科	一診	青山	川人	露木	石田	金森	泌尿器科	二診		恵	植村	木村		
	二診	近藤	青山	松岡	近藤	蔦野		午後	手術	内視鏡検査	検査	手術	手術	
(専門外来) 13:30~15:00	ペースメーカー	石田			服部	不整脈外来 第2・第4	産婦人科		小松	第1・第3・第5 幸村 第2・第4 仲谷	小松	小松	山崎	
										市検診				市検診
小児科	一診	磯目	武藤	武藤	武藤	黒川	※完全予約制です。							
	二診	武藤 第1 和田	黒川	黒川	磯目	武藤	眼科	午前・一診	小原	小原	小原	小原	小原	
(専門外来)	予防接種	予防接種				予防接種		午後・一診	手術	手術	検査	手術	検査	
	交替	交替				交替	午前・二診	富安	富安	富安	富安	富安		
				乳児検診 黒川		乳児検診 磯目	午後・二診	手術	手術	手術	手術	検査		
	喘息	アレルギー 内分泌	喘息	心臓・未熟児 内分泌			耳鼻咽喉科	午前	山原	山河	山河	山河	山河	
	黒川	黒川	磯目	磯目	黒川	午後		山原						
	心臓 第2 金	新規相談 武藤	神経 武藤		発達 武藤		※火~金は紹介状不要です。							
※受付時間: 7:30 ~ 10:00です。						皮膚科	一診	橋爪	橋爪	橋爪	橋爪	橋爪		
健康管理科	午前		松田		第1・第3・第5 高橋		二診	馬屋原	馬屋原	馬屋原	馬屋原	馬屋原		
	※初診予約が必要です。						三診	植田 影山	影山	影山	植田 影山	影山		
						※診察は午前のみになります。 午後は手術、病棟業務となります。								

★紹介状と初診予約が必要です。

科別	診療区分	月	火	水	木	金	科別	診療区分	月	火	水	木	金
血液内科	一診	午前 野垣	新患のみ 石橋	石橋	石橋	石橋	整形外科	一診	佐伯	澤田	加藤	齋藤	石江
糖尿病・ 内分泌内科	午前・一診	林	古川	清水	岡西			二診	午前 寺本	片山	石江	澤田	片山
	午前・再診	清水	林	古川	林	古川/岡西		三診	午前 貯血	齋藤	佐伯	加藤	佐伯
神経内科	午後・再診			小谷	古川	林		手術	手術 義肢装具	手術	手術 義肢装具	手術	
呼吸器内科 呼吸器外科 ※注1・注2	午前			近藤/梶田		近藤	歯科口腔外科	午前・一診	蔡	蔡	蔡	蔡	蔡
	一診	交替	山口	交替	岩嶋	菅沼		午後・一診					
	二診	小林	岩嶋	小林		奥田		午前・二診	田中	田中	田中	田中	
	三診	呼吸器外科 検診後		山岸	健康管理科 高橋			午後・二診					
	四診	菅沼	菅沼	奥田	菅沼	菅沼		三診	齋藤				
心療内科	五診	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	午後	手術		手術		手術	
放射線科	午前・再診	松田					※インプラントと外傷については紹介状は不要ですが、予約は必要です。 詳しくは口腔外科に問い合せください。						
	午後・初診												

◆(※注1)呼吸器内科: 島田市及び川根本町在住の方が対象

◆(※注2)呼吸器外科: 島田市及び近隣市町在住の方で手術・検査が必要な疾患の患者が対象

◆都合により変更する場合がありますので、ご了承ください。