



お元気ですか

第49号

西伊豆病院 創立20周年記念式典



平成21年11月29日には「西伊豆病院創立20周年」と「しおさい創立10周年」の記念式典を無事に行うことができました。この様に20周年を迎えることができたのも、ひとえに皆さまのご支援のたまものと、心より感謝いたします。

今後も職員一丸となり、皆さまのご期待に添うべく精進していく所存でございます。一層のご懇情、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

記念式典の詳細は次号で特集します。

季節型インフルエンザワクチン



予防接種開始 平成21年11月1日より

高齢者、心臓や肺に慢性疾患のある人はワクチン接種を

インフルエンザの予防にはまず、手洗い・うがいですが、インフルエンザに感染すると症状が重くなることが多い高齢者はワクチンの接種をおすすめします。65歳以上の方には町からの公費一部負担もあります。

ワクチンの接種は早めに

インフルエンザワクチンは接種してから効果が出るまでに約2週間かかります。流行期間が12月～3月ですので、遅くとも年内には接種しましょう。なお、12歳未満の方は2回が原則で、間隔は1～4週間です。

料金は？

賀茂医師会接種標準価格に沿った価格です。

12歳未満 2回法 2000円(1回につき)

13歳以上 1回法 4000円

65歳以上 1回法 3000円 (役場から補助の青い用紙持参の方)



季節型インフルエンザ 現在、いつ入荷するか分かりません。入り次第接種を行います。

新型インフルエンザワクチン

優先的に接種する対象者について

▼ 厚生労働省ホームページより ▼

今回の新型インフルエンザに関しては、多くの方は軽症のまま回復している一方、基礎疾患を有する方等において重症化する可能性が高い、などの特徴があります。また、今回の新型インフルエンザの予防接種については、死亡者や重傷者の発生をできる限り減らすことやそのために必要な医療を確保することを、その目的としています。

そのため、右の図に示すように死亡や重症化のリスクが高い方を優先すること、またその方々の治療に従事する医療従事者を優先することを基本的な方針としています。

新型インフルエンザワクチン接種については、あくまでも個人の意思が尊重されます。優先接種対象者についても、接種義務が生じるものではなく、該当する方のうち、希望者について接種を可能とするものです。

料金は？

1回目 3600円

2回目 1回目と同じ医療機関 2,550円

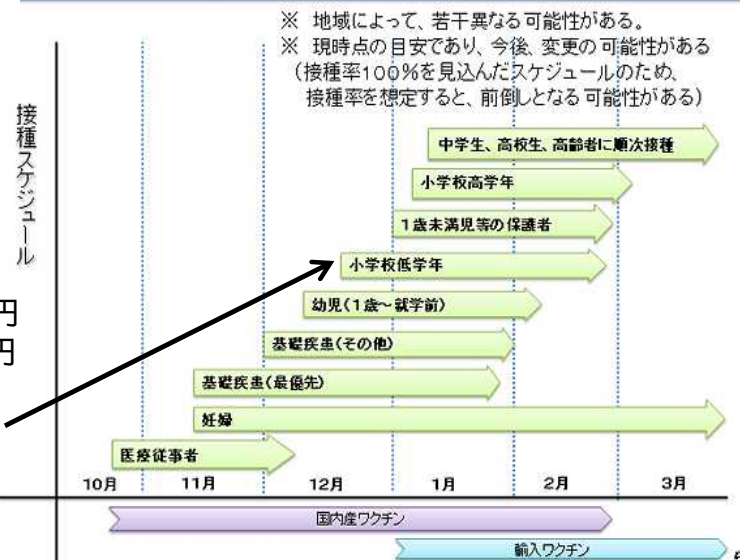
1回目と違う医療機関 3,600円

現在は、小学校低学年まで接種を行っています。12月24日より1歳未満児の保護者への接種が始まります。予約制なのでお電話でお問い合わせ下さい。

優先接種対象者	人数
①インフルエンザ患者の診療に直接従事する医療従事者(救急隊員含む。)	約100万人
②妊婦	約100万人
③基礎疾患を有する者	約800万人
④1歳～小学校3年生に相当する年齢の小児	約1,000万人
④・1歳未満の小児の保護者	
・優先接種対象者のうち、身体上の理由により予防接種が受けられない者の保護者等	約200万人
その他	
小学校4～6年生、中学生、高校生に相当する年齢の者	約1,000万人
高齢者(65歳以上)(基礎疾患を有する者を除く)	約2,100万人
	約5,400万人

➡ 上記以外の者に対する接種については、上記の者への接種状況等を踏まえ、対応。

接種スケジュールの目安



中学生にBLS講習

AED(自動体外式除細動器)は、西伊豆町・松崎町で30か所も設置してあります。皆さんはどこにあるかご存じですか？
せっかく身近に設置されている環境にあるので、使い方を知っておくべきです。いざという時の対応も変わってきます。1分1秒の差が大きく影響してきます。素早い対応が重要です。

今回は、松崎中学校の3年生8名が受講しました。
覚えるのも早く、とても真剣に取り組んでいました。
学校にもAEDが設置されているので、先生にたよることなく、いざという時は行動を起こしてほしいと思います。



乳児・幼児の訓練用の人形を購入しました。
成人に加え子供への救命処置も勉強できます。

【西伊豆町 設置場所】

西伊豆クリスタルビューホテル
西伊豆町防災センター
池田医院
黄金崎研修センター
西伊豆町役場安良里支所
安良里漁協
安良里診療所
堂ヶ島マリン
浮島しおさいの湯

太陽の里
しおさい
西伊豆病院
やまびこ荘
仁科小学校
田子小学校
賀茂小学校
田子歯科医院



【松崎町 設置場所】

松崎高校
松崎町役場
松崎自動車学校
中江医院
田口歯科
松崎十字の園

松崎小学校
松崎中学校
中川小学校
松崎町営グランド クラブハウス
伊東園ホテル
雲見園
コリンズ ダイビングセンター

【一般の方向け 救命処置 講習会のご案内】

救急車の到着を待っている間に、すべきことがあります。その行動によって助かる命があります。
ぜひ講習会に参加してみませんか！

- * 講習内容 **基本的な心肺蘇生法とAEDの使用法の習得**
- * 所要時間 約2時間
- * 3名から5名以上集まれば、出張講習も可能です。(要相談)
- * 講習には、ダミー人形を使い実際に触って体験して頂きます。
- * AEDについてもデモ機を使用いたしますので実際に体験できます。
- * 費用はいっさいかかりません。
- * 少人数で丁寧に指導いたします。
- * 学生でも可能です。対象 小学生(高学年)・中学生・高校生



講習会のお申込み・お問い合わせ

西伊豆BLS研究会(西伊豆病院内)

0558-52-2366

ヘリコバクター・ピロリ菌



最近ではヨーグルトなどのテレビコマーシャルでも登場するようになったので御存じの方も多いかと思いますが、ピロリ菌は胃の中に住みついて胃粘膜を破壊するバクテリア(細菌)です。長い尻尾をヘリコプターのように回転させて移動するのでヘリコバクター・ピロリと呼ばれます。

世界中では約半数の人が感染しているといわれます。日本人では40歳以上の7割、とくに高齢者ほど多く、若い人ほど少ない傾向にあります。おそらくは衛生環境が良くなったために減ってきたのだと考えられています。

多くは幼少期に親の口から、あるいは汚染水を飲むことで感染し、以来胃の中に住み続けます。感染者の約20%が胃潰瘍や十二指腸潰瘍をおこすといわれます。最近では胃癌との関連も指摘されています。

診断

いくつかの検査方法があります。

- 1、血液や尿の抗体検査
- 2、便の抗原検査
- 3、内視鏡を使った組織診断
- 4、呼気試験(薬をのみ込んで20分後に呼気を回収して検査します)

当院では1, 2, 3が利用可能です。



治療

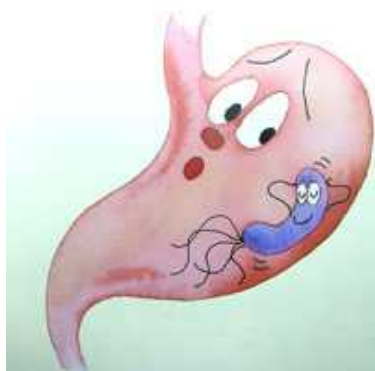
胃潰瘍、十二指腸潰瘍にかかった人がピロリ菌に感染していると診断された場合除菌することが勧められます。抗生剤や胃薬を含む3種類の内服薬を7日間続けます。その1~2ヶ月後に再度呼気検査や便検査で除菌が成功したか否かを判定します。

最近では抗生剤が効かなくなっている耐性ピロリ菌が増えてきており、除菌に失敗することもあります。その場合には違う種類の内服薬で除菌に再挑戦します。



現在の健康保険では胃潰瘍、十二指腸潰瘍にかかった人にしか保険診療が認められていません。それ以外の人は原則自由診療となります。しかし胃癌などの悪性疾患との関連も指摘されているため、慢性胃炎などの患者さんでも除菌したほうがよいのでは、という意見も出てきています。

除菌後の注意点



▼一部の患者さんで除菌後に胸やけがすると訴える方がいます。除菌により胃酸がたくさん分泌されるようになったためと言われていいます。しかしこの症状はあくまで一過性のものなので除菌を拒む理由にはならないと考えられています。

▼また除菌後に食欲が良くなりすぎて、太る人もいますので注意してください。

▼わずかですが除菌後に再感染することもあります。胃カメラなどの定期検診はつづけてください。

内 科 薮谷 亨

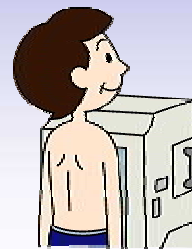
放射線 Q&A

「お元気ですか47号」に続き、放射線のことや放射線室に多く寄せられる皆様の疑問についていくつかお答え致します。

Q1 子供がエックス線検査を受けても大丈夫ですか？

大丈夫です。

子供は成長していくために細胞分裂が盛んであるため、成人より放射線に対する感受性が高いといわれています。しかし、子供のエックス線検査の際は必要最低限の放射線量で細心の注意を払って行っております。定期的にエックス線検査を行わなければならないお子様でも障害が現れる心配はありません。



Q2 「CT」と「MRI」の違いは？

概観は非常に似ている2つの装置...混同されてもおかしくはないのですがCTとMRI装置には大きな違いがあります。



それは画像を得る為にCTは放射線を使っているのに対し、MRIでは磁力線を使います。各々の装置の細かい解説は省略しますが、利点・欠点としましてはCTは撮像時間が短く、主に脳出血や骨折に対する感度が高いです。しかし、放射線を使うので微量ですが被曝をしてしまいます。MRIはといいますと放射線を使わずに画像が得られるので被曝の心配がなく、主に脳梗塞などに対する感度が高いです。また任意の断面で画像が得られ、造影剤無しで血管の異常がわかります。欠点としましては、撮像時間が長いことやペースメーカーの入っている方には使用できないこと等があげられます。

Q3 「大腸カメラ検査」と「大腸バリウム検査」の違いは？

わたしたちの国での癌死原因のなかでは近年、大腸癌が肺癌に次いで2番目になりました。こういった背景もあり、現在、町の健康診断で便潜血陽性とでた方には、精査を目的として主に大腸カメラ検査か大腸バリウム検査を受けていただくことになります。

検査内容でよくご質問を受ける項目の一つに、この大腸カメラ検査(以下CF)と大腸バリウム検査(以下DDL)があります。

これらは、両方とも大腸の検査なのですが、CFは肛門部から内視鏡を入れていき、前処置で空っぽになった大腸を空気で膨らませていきながら、カメラで内から周りの壁に病変がないかを調べる検査です。

これに対してDDLは、前処置で空っぽになった大腸を肛門部からカテーテルを少し入れ、空気で膨らませた大腸の壁にバリウムをつけたあと、レントゲンで外から透視観察、写真撮影をいたします。大きな違いは、内から見るか外からみるかということのほかに、DDLではバリウムの白と空気の黒の2色でしか観察できないのに比べ、CFでは直接精密なカメラで観察することにより、色調の違いや病変の器質的な変化が良く分かります。また、CFでは医師が直接病変を観察しているので、ポリープなどがあった場合、その場で切除したり(ポリペクトミー) 患部の一部をとってきて後に詳しく検査したり(生検)出来ます。

その他、疑問質問などがありましたら、遠慮なく放射線科スタッフへお問い合わせください。



小学生に手洗い講習



今回は、松崎小学校の全校生徒へ向けて学年ごと講習会を行いました。
特殊なクリームを付けてしっかりと手洗いをして頂き、特殊な光を当てると洗い残しが光って分かります。
いつもより念入りに洗っているようでしたが、手の甲、爪のまわりや指の付け根などがよく洗えてないことが分かりました。
また、正しいマスクの付け方や、せきをする時の注意点「せきエチケット」の話をしました。

インフルエンザが流行し学級閉鎖・学校閉鎖が聞かれる中、重要なのは、ウィルスから身を守る事！ウィルスを広げない事！一人一人が予防を心がけていく事でウィルスの感染をくい止めるのです。

あなたは、正しい手洗いの方法を知っていますか？

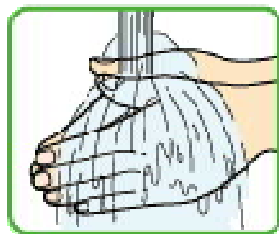
私たちの手には、たくさんのウィルスや細菌などが付着しています。その手で食事をしたり、顔を触ったりなどして、体内にウィルスや細菌(風邪やインフルエンザのウィルスなど)を取り込んでしまいます。

水で簡単に手を洗ってキレイになったと思っていませんか？

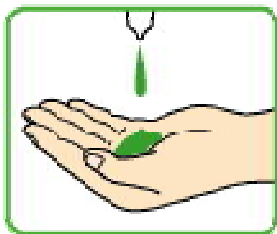
正しい手洗いによって、手に付着しているウィルスなどを洗い流すことができます！

食事の前・トイレの後・帰宅時などは、しっかりと正しい手洗いをしましょう！

当院の職員も、この方法で手洗いをを行い、院内感染の予防につとめています。
地域の方にも知って頂き、是非！習慣にしてほしいと思います。



まず手指を
流水でぬらす



石けん液を適量
とり出す



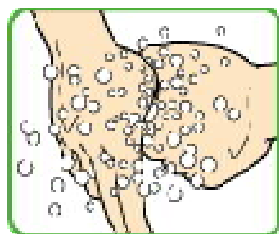
手の平と手の平を
こすりよく泡立てる



手の甲をもう片方の
手の平でこする(両方)



指を組んで両手の
指の間をこする



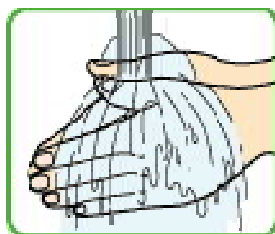
親指をもう片方の
手で包みこする(両手)



指先でもう片方の
手の平をこする(両手)



両手首まで
ていねいにこする



流水でよくすすぐ

西伊豆病院
院内感染対策委員会

【講演会のお知らせ】

テーマ 『脳卒中：急性期～慢性期まで』

講師：阿部 啄巳（あべ たくみ）

学歴：昭和60年3月 昭和大学医学部 卒業

留学：平成7年8月～平成9年3月 ドイツ・ハンブルグ大学脳神経外科

職歴：平成14年5月 昭和大学 医学部 脳神経外科学教室 主任教授

学会専門医：平成 3年 7月 日本脳神経外科学会専門医

平成 3年12月 日本救急医学会専門医

平成14年 4月 日本脳卒中学会専門医



場 所 松崎町 環境改善センター 4階 ふれあいホール

日 時 平成22年1月30日(土) 14:00より

たくさんの地域の方に聞いて頂きたいと思います。是非ご参加下さい。入場無料です。

お手軽レシピ

豆板醤の辛味が、さつまいもの甘味と豚肉のうま味を引き立てます！

さつまいもと豚肉のピリ辛いため（2人分）

材料（2人分）

さつまいも・・・1本（200g）

ねぎ（1cm幅の小口切り）・・・2/1本

豚こま切れ肉・・・100g

ピーマン（一口大に切る）・・・1個

酒・塩・こしょう・・・各少々

サラダ油・・・小さじ1

かたくり粉・・・小さじ1/2

塩・・・少量

ごま油・・・小さじ1/2

A 酒・しょうゆ・・・各大さじ1/2

豆板醤・・・小さじ1/2

作り方

さつまいもは皮つきのまま、長さを半分に切って小ぶりのなべに入れる。水をひたひたに注いで火にかけてふたをし、竹串がすっと通るまで15分ほどゆでる。湯をきり、あら熱がとれたら拍子木切りにする。

豚肉は3cm幅に切り、酒・塩・こしょうで下味をつけ、かたくり粉をまぶしてごま油をからめる。

フライパンに油を熱し、ねぎと豚肉を入れて、肉をほぐすようにしていためる。肉の色が変わったら、さつまいもとピーマンを加え、塩をふっていためる。全体に火が通ったらAを加えていため合わせる。

辛いのが苦手な方は豆板醤なしでも美味しく頂けます。

1人分 3.4点 269Kcal 塩分 1.6g

西伊豆病院 栄養科



【 関連施設 ～ 健育会グループ ～ 】



熱川温泉病院



お問い合わせは TEL 0557 - 23 - 0843

自然環境と人間性の融合。質の高いリハビリテーションと確かな医療を提供する新時代のリゾート・リハビリテーション・ホスピタル。

豊かな自然に恵まれたリゾート環境で、良質な温泉を活かした施設と充実したアメニティを備えリハビリテーションを中心にした新しい考え方の病院です。最高の環境でじっくりとリハビリテーションに専念したいというニーズに応える為、あらゆる職種が協同し徹底したチーム医療を実践しています。



土肥クリニック



お問い合わせは TEL 0558 - 99 - 1234

土肥地区では、唯一入院施設を有しており、地域の開業医など医療機関と連携して地域医療の質の向上に努めています。

西伊豆病院の医師が土肥クリニックで外来診療を行なっています。西伊豆病院 院長「仲田」は火曜日・午後外来を担当し、泌尿器科医師「吉田」は水曜日・午後外来を担当しています。



介護老人保健施設



しおさい 入所のご相談は TEL 52 - 3000 (入所担当まで)

地域の要介護高齢者の一日も早い家庭復帰と社会復帰を支援する施設です。在宅復帰へ向けたネットワークを構築し、最適の療養環境で最善のケア・リハビリテーションを提供。利用者の方々が心身ともにリフレッシュでき、楽しく有意義な生活が送れるよう支援します。

施設内行事も充実しており、毎月の「お誕生会」に、これからの季節ですと、11月には「秋祭り」12月には「ゆず湯」「クリスマス会」「お飾り作り」といった四季折々の行事を行うことで利用者さまと共に季節を感じることができます。



ゆうあい訪問看護ステーション

お気軽にお電話下さい TEL 52 - 5111

訪問看護は、病気や障害をお持ちの方や高齢者が住み慣れた家で、安心して療養生活を送れるように支援する看護サービスです。看護行為は主治医の治療方針に沿って行われます。また、介護されているご家族に、さまざまな面からアドバイスや支援もいたしますので、安心してご利用いただいています。

【 お知らせ 】 インフルエンザワクチンについて

季節型インフルエンザ

いつ入荷するか分かりません。入次第接種を行います。

新型インフルエンザ

入荷済みなので、静岡県の指針に沿って接種可能です。(2ページ参照)
但し、大きなバイアル(瓶)で入荷されるので、まとまって接種しなければなりません。このため、予約制となっています。
対象の方はお電話にてお問い合わせ下さい。



西伊豆病院 52 - 2366

『 お元気ですか 第49号 』

平成21年12月 発行

発行

医療法人社団健育会 西伊豆病院 マーケティング委員会

〒410-3514 静岡県賀茂郡西伊豆町仁科138-2 TEL 0558-52-2366

ホームページ

<http://www.nishiizu.gr.jp/index2.html>

