

やまぐち便り 羅針盤

編集・発行 やまぐち便り編集委員会

〒376-0013 群馬県桐生市広沢町6丁目355番地

「新型ノロウイルス」が流行？

冬が近づいて、感染性胃腸炎の流行時期となりました。

感染性胃腸炎の原因の半分以上を占めるノロウイルスは1年を通じて発生していますが、特に11月～2月の冬季に流行します。今冬は、これまでのノロウイルスと遺伝子型の異なる「新型ノロウイルス」の流行が心配されています。

昨冬より広範囲な流行が心配されております「新型ノロウイルス」は、これまで日本で広まったノロウイルスとは異なる遺伝子のウイルスです。ほとんどの人がこのウイルスに対して免疫・抵抗力を持っていない為に、多くの方が感染する可能性があると言われております。そして、今期になり、このウイルスの感染が少しずつ増加しております。皆さんでノロウイルスへの理解を深めて、感染の予防をしましょう。

ノロウイルスによる感染性胃腸炎は、吐き気・嘔吐・下痢・発熱等の症状を伴い、乳幼児・御高齢の方では重症化する事もある危険な疾患です。食物だけでなく、患者さんの嘔吐物などからも感染する事もあります。

「新型ノロウイルス」への対応は、感染の予防、感染拡大の予防、早期治療が大切です。

- ◎感染の予防には、適切な手洗い・うがい・マスク・調理時の注意(特に2枚貝の取り扱い)
- ◎感染の拡大予防には、感染者の嘔吐物・排泄物の適切な処理
- ◎早期治療には、吐き気・嘔吐・下痢・腹痛等の症状を認める際には早期に医療機関を受診して下さい。

ノロウイルスを予防するには...

二枚貝に注意!



充分に加熱して食べる



手洗いをまめに!



次亜塩素酸ナトリウムで消毒する



感染性胃腸炎を予防して、健康な毎日を過ごしましょう。(医療部)

やまぐちハウスの催事について

有料老人ホームやまぐちハウスでは、外部からのボランティアの皆様などによる定期的な催しを開催しています。ハウス入居者様、クリニック入院中の患者様はもとより、一般の方々の観覧も可能です。今年のイベントはお楽しみいただけましたでしょうか。

10月25日には、二胡の演奏会(今泉一久夫先生による)が開催され、深みのある素晴らしい音色に酔いしれました。

11月12日には育英短期大学の学生さんによるフラダンスが披露され、ハウスの皆さんも病棟の患者さんも、華やかで可愛いらしくて若さあふれるダンスに釘づけでした!



育英短期大学のフラガールは昨年に引き続き大好評!
初めて聴いた二胡の音色に感動(奏者:今泉一久夫先生)

来年も、皆さんに喜んで頂けるイベントをたくさん用意いたしますので、どうぞご期待下さい。また皆様の中で、特技や趣味などのご披露を頂ける方がおりましたら、是非ご協力をお願いいたします。当ホームは、現在入居者様が12名になり、おかげさまで満室になりました。これからもスタッフ一同一生懸命頑張っておりますので宜しくお願いいたします。(やまぐちハウス彩-iRodori-)

当院のX線検査について

山口クリニックでは現在、3台のX線撮影装置が稼働しています。今回はこれらの放射線検査機器についてご紹介いたします。

1台目は一般撮影装置で、胸部や腹部など全身の必要部分について撮影するX線装置です。骨や組織、器官等の構造を簡便かつ迅速に画像化できるので病気の初期診断において欠かすことのできない検査の一つです。胸部撮影では、肺炎・肺ガン・胸水・気胸・結核・心肥大など、多くの胸部病変の診断に用います。また腹部撮影では胆石・尿管結石・腸閉塞や腹水、腹腔内の様子を診断するのに用いる装置です。

2台目はポータブル撮影装置です。この装置は病棟で活躍している移動式のX線撮影装置です。一般撮影装置と同様に胸部や腹部などの病室での撮影が主体の装置です。



最後にX線CT撮影装置です。CTとはコンピューター断層撮影の略で、放射線を用いて人体の輪切り撮影を行います。当クリニックでは32列マルチスライスCTを導入しており、32列の同時撮影が可能です。短時間で診断価値の高い画像が得られることが最大の特徴です。また3Dへの画像処理なども可能で、肺疾患や脳出血等の診断が得意分野です。

放射線機器の技術開発は目まぐるしく、撮影に使用される放射線も益々低減されています。(検査部)

健康診断と保健指導



わたらせ健診・みどり健診が10月で終了となりましたが、健診で要指導や要医療になった方はぜひ再検査を早めにご受診下さい。気になる症状や不安などありましたら先生に相談して頂き、早めの再検査をお勧めします。

40歳から74歳のすべての被保険者・被扶養者、国保に加入されている人を対象に、「特定保健指導」も実施されています。健診項目に腹囲の計測が新たに加わるなどメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予防と改善が大きな目的です。

受診者によっては、特定健診の結果に基づき必要に応じた特定保健指導が受けられます。特定保健指導の対象者には、通知や特定保健指導利用券が届きますのでご利用時には予約下さい。管理栄養士が生活習慣の改善に取り組めるよう支援いたします。利用券が届いた方が対象者で、予約制で待ち時間もなく無料で保健指導が受けられます。(受付事務)

冬場の入浴ポイント

寒くなったこの時期に、入浴の手順を見直してみましょう。冬場は、入浴中の事故が増える季節でもあります。

ヒートショックと呼ばれる温度差による症状が原因の一つです。寒い脱衣場で服を脱ぎ身体が冷え、直ぐ熱い湯につかると血圧が急変し意識を失うなどして死に至る危険もあります。



対策見直しポイントとして、

1. 入浴前に暖房器具で脱衣場を20℃以上に暖める。
2. 湯張りの際に風呂のふたを外したりシャワーを使って浴室を暖める。
3. 風呂の温度は39℃～41℃に設定、42℃以上の熱い湯はやめる。
4. 入浴時間は夕食後より食前の夕方に。

何故なら！食事直後は食べた物を消化するため血液の流れが内臓に集まり血圧が下がっているため、このタイミングで入浴して血圧の急変が起こるとダメージが大きいのです。

守って楽しい入浴をしましょう！

(看護部)

絵本に触れてみませんか？

大人になってから絵本を開いたことありますか？絵本は子どものために書かれたものですが、子ども「だけ」のものではありません。感性をとりもどせる絵本の豊かな世界は大人にも「効く」のです。

第4回「チーズはどこへ消えた？」

スペンサー ジョンソン (著) 門田 美鈴 (訳)

迷路のなかに住む、2匹のネズミと2人の小人のお話です。彼らはある日、大量のチーズがある場所を発見します。ところが、なんとそのチーズが消えてしまいます！ネズミたちは、すぐさま新しいチーズを探しに飛び出していきます。しかし小人たちは、チーズが戻って来るかも知れないと無駄な期待をかけ、うつつを抜かすばかり。やがて1人が新しいチーズを探しに旅立つ決心を……。



(やまぐちライフプラン彩-iRodori-)

《やまぐちライフプラン彩》では介護に関するご相談をお受けしております。介護保険のことや施設案内など、どんなことでもお気軽にご相談ください。