

地域の皆様の健康とより良い病院をめざして

# 山陽小野田市民病院 から こんにちは

特集

インフルエンザについて

2019

11 vol.8



病院の理念

誠実 公正 連携

山陽小野田市民病院

基本方針

- ・親しみやすく、思いやりのある医療を誠実にいたします。
- ・全人的かつ専門的で、良質な医療を行います。
- ・患者さんの気持ちと権利を尊重し、心温かい療養環境を提供します。
- ・市民病院としての使命を自覚し、患者さんのニーズに適切にお応えします。
- ・保健・医療・福祉・介護の連携を推進します。

〒756-0094 山陽小野田市東高泊 1863-1

TEL(0836)83-2355 FAX(0836)83-0377

E-mail : [med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp](mailto:med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp)

ホームページ : <https://sanyo-onoda-city-hosp.jp/>

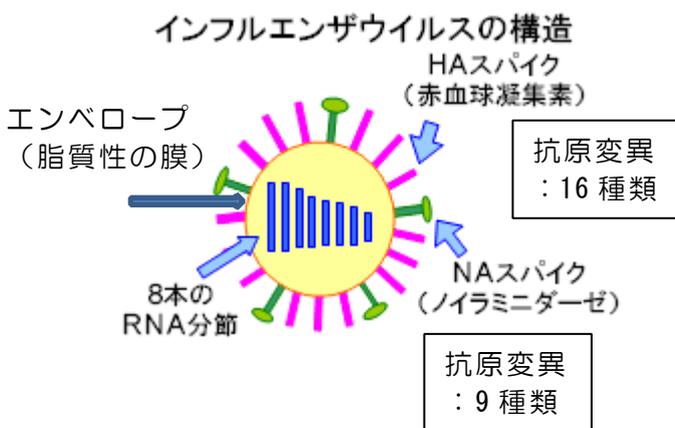
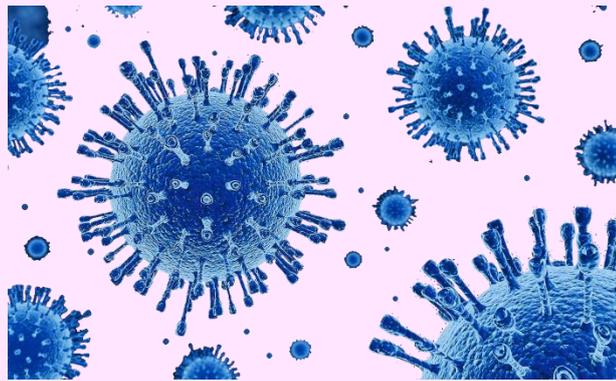


特集

# インフルエンザについて

～咳エチケットを守って～

今年は、9月から例年より2か月も早くインフルエンザが全国で流行しています。  
毎年約1千万の人（10人に1人の割合）がかかっている気道感染症。  
予防接種を受けても絶対にかからないとは言えません。  
かかっても重症化を防ぐための予防策を含めて、お話ししましょう。



HAスパイク 16種類、NAスパイク9種類で  
144種類の組み合わせができます。

インフルエンザウイルスの特徴



感染管理認定看護師  
アドバンス助産師  
肝疾患コーディネーター

感染対策室長 山本 扶美江

\*直径が1万分の1ミリの球形、エンペロープという脂質でできた膜をもち、アルコーンによるダメージを受けやすいウイルスです。

\*1個のウイルスが細胞に感染して増殖すると8時間後に約100個、1日後には100万個、特に鼻や喉の間の粘膜で増殖すると言われています。

\*人に感染性を示すインフルエンザウイルスは、A型・B型・C型の3種類。A型は連続変異や不連続変異をし、国内、時に世界的に大流行します。宿主は人だけでなく鳥やブタもあります。

### 世界的流行(パンデミック)の歴史

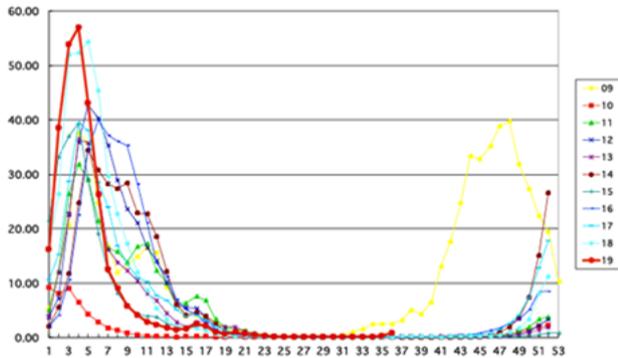
科学的に確認されているのは、1900年頃です。中でも1918年(大正7年)「スペインインフルエンザ」(H1N1)亜型で全世界の死亡者が数千万人、日本でも約40万人と推定されています。その後、1957年(昭和32年)「アジアインフルエンザ」(H2N2)亜型、1968年(昭和43年)「香港インフルエンザ」(H3N2)亜型、2009年(平成21年)「インフルエンザ(H1N1)2009」があります。

### 世界での流行は

地域によって異なりますが、温帯地方では冬季(南半球では6~9月)に流行が見られます。熱帯、亜熱帯地方では様々で、年間を通じて見られる地域や複数回流行する地域があります。ウイルスの種類は大きく違いはありません。今年は5月にアメリカで流行しました。

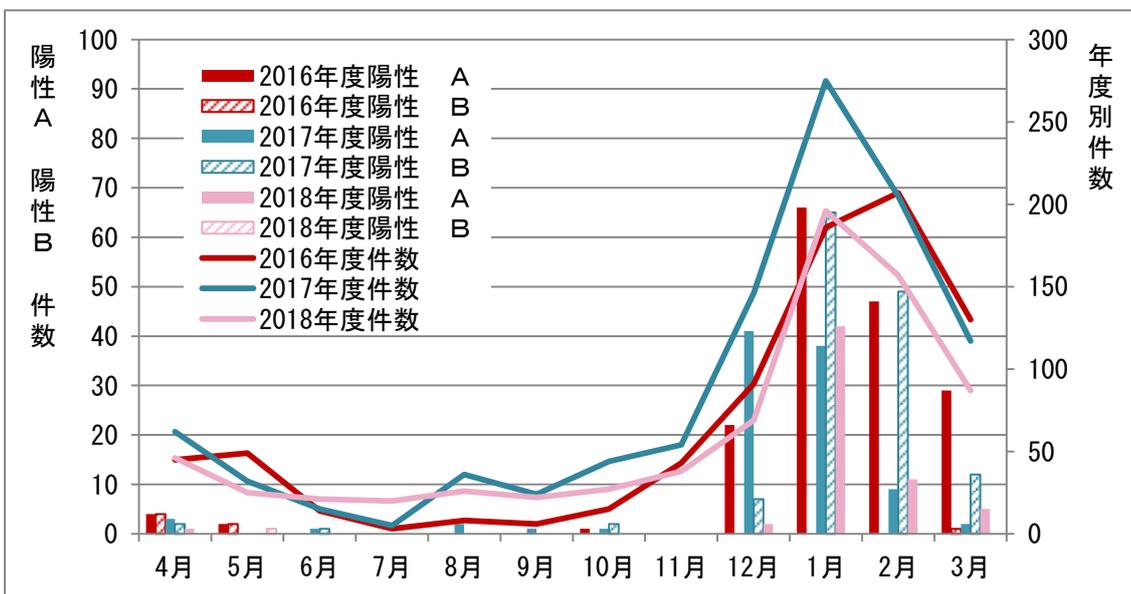
### 国内での過去10年間の検出状況

毎年、1月から3月ごろまでが流行期になっています。2009年の特徴は年始めに第1次の流行期があり、第33週から年末まで流行した新型インフルエンザです。



第1週は1月1日からとなります。

### 当院での3年間の患者検出状況



## インフルエンザの特徴

11月から3月ごろ、インフルエンザウイルスによる急性気道感染症です。  
病気が体に入る道は

### 接触感

くしゃみや咳を手で押さえる。  
その手で周りの物に触れる  
口や鼻を触って粘膜から感染



主な場所：電車やバスのつり革、ドアノブ、スイッチ、人が多く触る箇所

### 飛沫感

くしゃみや咳、唾液などと一緒にウイルスが放出、別の人がそのウイルスを吸い込み感染



主な場所：学校、職場、集会、電車など人が多く集まる場所

## インフルエンザと風邪の違い

	インフルエンザ	風邪
症状	38℃以上の発熱（時に熱がないことも）	発熱
	全身症状（頭痛・関節痛・筋肉痛）	——
	局所症状（のどの痛み・鼻水・くしゃみ・咳など）	局所症状（のどの痛み・鼻水・くしゃみ・咳など）
	急激に発症する（潜伏期間 1～2日）	比較的ゆっくり発症する
流行	1～2月がピーク、4月、5月まで散発的に続くこともある	年間を通じ、特に季節の変わり目や疲れているときなど

## 重症化しやすい人は

高齢者、慢性疾患を持つ人、糖尿病や免疫低下している人、妊婦、小児で特に6か月未満は予防接種が受けられません。周囲が予防してください。

## インフルエンザワクチン接種

インフルエンザワクチン是不活化ワクチンです。今年度のワクチン製造株は、A型については、昨シーズンから変更されて、A型H1N1・A型H3N2・B型は昨シーズンと同様のB型山形系統・B型ビクトリア系統になります。

ワクチンを接種した高齢者は死亡の危険性が5分の1に、入院の危険性が3分の1に減少するとされています。できるだけ流行前の接種が有効です。

副反応について…接種によりインフルエンザを発症することはありません。接種部分の発赤、腫れ、痛みなどを起こすことがあります。2～3日でなくなり、まれに重い反応を示すことがあります。気になる症状がある場合は医師にご相談ください。

## インフルエンザ検査

インフルエンザの検査方法は、細い綿棒で鼻の奥をこする方法で行います。ここは、ウイルスが一番増えている所です。検査時痛みとして感じられると思いますが、正しく検査を行うためにご協力をお願いします。その後、①処理液を診断キットに滴下する②高感度検出装置を使用するの2種類があり、当院は外来受診の場合は①で、入院が考えられる場合は②で判定していきます。

よく、「発熱してからあまり時間が経っていないから正しくできないかも?」と言います。最も陽性になりやすいのは、ウイルスが増えている24時間から48時間であり時間が短いと検出しにくい状況となります。よって「発熱はいつからですか?」と聞いています。熱が出ても身体がしんどくない場合、発熱に気づかないかもしれない場合、インフルエンザの人と接触した時や、全身症状がある場合は必ず受診してください。



②

**陽性** 判定ライン部及び確認ライン部ともにラインが出現した場合。

**陰性** 確認ライン部にのみラインが出現した場合。

①

## 予防のために

- 人ごみや繁華街はさけ、マスクを着用しましょう。
- 十分に栄養や睡眠をとり体力や抵抗力を高めましょう。
- 体調が悪い・症状がでた場合、職場や学校、施設に連絡し病院にかかりましょう。

<p>口と鼻を覆う</p> <p>ティッシュなど、口と鼻を覆う。</p>	<p>すぐに捨てる</p> <p>ティッシュは、すぐにゴミ箱に捨てよう。</p>
<p>周囲の人からなるべく離れる</p> <p>くしゃみや咳に飛沫は、1~2メートル飛ぶと言われています。</p>	<p>こまめに手洗い</p> <p>くしゃみや咳などを押さえた手から、ドアノブなど周囲のものにウイルスが付着させられないために、インフルエンザに感染した人もこまめな手洗いを心がけましょう。</p>

### <正しいマスクの着用>



## 病院受診時のお願い

咳がでる・熱がある・のどが痛い・おなか  
が痛い・下痢をしている等の症状がある場合  
は、必ず**マスクを着用してこ来院ください**。  
そして**受付で症状をお伝えください**。

## 面会について

産婦人科病棟（8階）では、お子様や家族  
の方の体調をおたずねしています。入院され  
ている方、家族の方を感染症から守るため  
にご協力をお願いします。

地域でインフルエンザ等の感染が流行した  
時は、外来患者さん、来院された皆様にマ  
スクの着用をお願いする場合があります。地  
域で感染症を抑えるためにご協力をおねが  
いします。

## 手指衛生について

病院出入り口、エレベーター前、病室に手  
指消毒剤を置いてあります。

うつらない、うつさないの心構えが大切で  
す。しっかりと使って予防を心がけましょう。

# 抗インフルエンザウイルス薬のお話

## 抗インフルエンザウイルス薬って何？

最近季節を問わずちらほらと耳にするインフルエンザですが、やはりこれから冬場にかけての数カ月間が流行の本番です。抗インフルエンザウイルス薬は、インフルエンザの原因となるウイルスが気道で増えるのを抑えることで、症状が治まるまでの期間を短くするなどの効果を発揮します。ウイルスを直接やっつけてくれるわけではないので、ウイルスが増えすぎないうちに、具体的には、発熱などの症状が出てから48時間以内に使用を開始します。

## 抗インフルエンザウイルス薬には何があるの？

現在日本で発売されているお薬のうち、インフルエンザに良く使用される5種類について以下にまとめました。それぞれ使い方に特徴があります。

抗インフルエンザウイルス薬の一覧（治療に用いる場合）

一般名 (主な製品名)	投与経路	剤型	用法
オセルタミビル (タミフル)	経口	カプセル剤 ドライシロップ	1日2回 5日間
ザナミビル※ (リレンザ)	吸入	吸入粉末	1日2回 5日間
ラニナミビル (イナビル)	吸入	吸入粉末 吸入懸濁用	1回のみ
ペラミビル (ラピアクタ)	点滴	点滴静注液	1回のみ
バロキサビル (ゾフルーザ)	経口	錠剤 顆粒剤	1回のみ

※ザナミビル（リレンザ）は、当院では取り扱っておりません。



投与経路については「経口」、「吸入」、「点滴」の3種類、用法については「1日2回 5日間」、「1回のみ」の2種類にグループ分けできることがわかります。各々特徴がありますので、どの薬を使用するかについては、主治医とよく相談して決めましょう。

なお、5つのうち、バロキサビルだけは他の4つと作用するところが異なります。またこれとは別に、アマンタジン（商品名：シメトレル）という薬もありますが、A型にしか効かないため、最近あまり用いられないようです。

最後に、やはりインフルエンザにかからないのが一番です。日頃からの手洗い・うがいなどの励行、ワクチン接種など、予防をしっかりして冬を元気に過ごしましょう！



薬局次長 廣實 清司

## Dr インタビュー

山陽小野田市民病院

整形外科 兼 顧問

河合 伸也 先生



山口大学名誉教授  
山口東京理科大学特任教授

Q 専門領域について教えてください。

A 以前は、整形外科全般を教えると共に診療では主に脊椎脊髓領域を担当していた時代がありました。日本整形外科学会副理事長、日本脊椎脊髓病学会理事長、「運動器の10年」日本協会の理事長などを経験しました。しかし、今では専ら手術をしない整形外科（つまり整形内科）を担当しており、自分の年齢に近いこともあって、主に高齢者の整形内科的診療に従事しています。

今は、整形内科的な外来診療を楽しんでいます。患者さんとの会話の概略は、医師クリニックの方が診療録に記載してくれていますので、私は専ら高齢の患者さんと話し

込んでいます。患者さんはそれぞれに異なっていて特徴があり、話の内容は異なりますが、それだから面白いのです。年齢相応におよそ似たような愁訴があり、私自身も同じような愁訴を持っていますので、すっかり共感できます。病院事業管理者の役目がなくなり、気持ちが高ぶり、普通の医師になつて良かったとしみじみ感じています。

Q 医師になつたきっかけは何ですか。

A 高校時代に私は商船大学に入って、船長になるつもりでした。当時の日本は海運国日本であり、海運こそが日本を再興させると思っていました。しかし、高校2年生の時に、視力が0.7になり、当時は視力が低下すれば、船長やパイロットにはなれない規則がありました。そこで、仕方なく自宅から最も近い医学部にいくことにしました。本物の医師になる決心を固めたのは、医師になつてからです。医師の仕事に従事しているうちに、これは面白いと思うようになりました。そこから真剣に勉強に取り組み、同時に幅広く・温かい人間性の向上を目指して努力することにし、その努力は今でも続いています。

他人のことは分かりませんが、少なくとも

も自分は、その気持ちになれば、どのような職業でもなれると思っています。今では、あつたころに視力が低下して良かったと真に思っています。いままでの人生のなかに、しばしば「禍福は糾える縄のごとく」入れ替わり、まさに「塞翁が馬」である経験をしています。

Q 座右の銘は

A 「和して同せず」です。人は様々であり、みんな違って、みんな良いのです。その違った能力・才能などを発揮して、それぞれの場所でその人らしく存分に生きていくことが望ましいのです。みんなが調和・協力して、社会的使命が達成できます。みんなが同じことをする必要はないのです。それぞれの立場で調和しながら、存分に個々の力を発揮することで、オーケストラ的な感動が生まれます。独演会も良いですが、オーケストラはもっと感動的です。



# かかりつけ医紹介

医療法人

早川内科医院

院長 早川 幹夫 先生



## 自己紹介

昭和44年に山口大学医学部を卒業し、第一内科(消化器内科)に入局し、約10年間在籍しまして、その後小野田赤十字病院に就職。13年間勤務し、平成4年に現地(竜王中学校前)で内科医院を開院しました。

## 医院の紹介

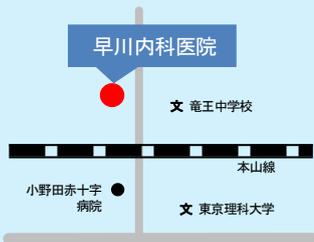
町医者の役目としての一般診療をプライマリケア(近接性、包括性、協調性、継続性、責任性)の理念にもとづき行っています。また、本院併設の介護施設の医療管理も行っています。

地域密着型介護事業所  
サービス付高齢者住宅  
の併設

平成12年に介護保険法が制定され、平成20年からの市の介護プランにもとづいて、平成20年から3年毎にグループホームを中心とした地域密着型

当院が在宅療養後方支援病院になっています。

介護事業所「なみおと」「いつは」「そらり」を順次開所いたしました。現在150名の職員で誠心誠意、頑張ってきております。認知症患者さんや、その他介護を要する方の介護でおこまりの時には、どうぞいつでも御遠慮なく相談していただけたらと思います。



なみおと



そらり



いつは

医療法人社団 早川内科医院

所在地 山口県山陽小野田市須恵西

TEL 0836-88-0008

診療時間 午前 8:30~12:30

午後 14:30~18:00

【休診】 木曜日午後・土曜日午後  
日曜日・祝祭日



E係長

## これを知りたい! 係ちょ~さん

医療事務の専門家が教えます

vol.8

## インフルエンザ予防接種について

- 受付場所 総合受付(新患受付 または 再来受付)  
※再診のご予約がある方は、各診療科にて受付いたします。  
小児は完全予約制です。 ※小児科外来で予約の受付を行っています。
- 期 間 令和元年11月1日(金) ~ 令和2年2月28日(金)  
※ただし、ワクチンがなくなり次第終了します。
- 受付時間 8:30 ~ 11:30
- 接種場所 中央処置室
- インフルエンザ予防接種の料金(税込み)

■1回目接種の方.....4,400円

※ただし、次の①または②に該当する方.....1,490円

①65歳以上の方

②60歳以上65歳未満の心臓、腎臓又は呼吸器の機能に障害があり

日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する人 など

※上記①または②に該当する生活保護受給者の方は無料、なお、お住まいの市町により負担金が異なる場合がございます。

■2回目接種の方(令和元年11月1日から当院にて1回目を接種された方)・・・2,750円



## Topics①

# 『まちの保健室』を開催しました

『まちの保健室』は、地域のなかにある保健室。学校の保健室のように、いつでもだれでも気軽に立ち寄って、自分の健康について振り返ったり相談したりできる場所です。9月22日（日）、おのだサンパークにおいて看護協会小野田支部主催の『まちの保健室』を開催しました。台風が接近しているにもかかわらず延べ150の方が来場されました。今回は血圧・体脂肪測定や血管年齢測定・肌年齢測定などを行いました。皆さん測定結果に一喜一憂されていました。少しでもいい結果が出るとうれしいですね！また乳がんモデルにて乳がん検査啓発も行いました。『まちの保健室』では、生活習慣病について再認識し日頃の生活の見直しや検査・受診の必要性の啓発もしています。今後も山陽小野田市・美祢市で定期的を開催します。日頃の生活や健康について考えるいい機会にもなります。ぜひご活用ください。



## Topics②

### 11月から精神科の診療を開始します

診療日：金曜日  
診療時間：9:00~12:00  
☆紹介による予約制です  
医師：土生 けんすけ 建介

## Topics③

### FM サンサンきらら 89.7MHz



山陽小野田市民病院 情報発信番組  
市民病院からこんにちは

放送日：毎月第3水曜日  
時間：12:00~13:00

放送中

※11月の放送は、薬局次長の福田さん、感染管理認定看護師の山本さんが出演予定です。ぜひお聴きください。

## 我が家のペット

フィン



雑種の女の子、10歳です。右耳のたれ耳がチャームポイントです。明るく温厚な性格で、今まで怒ったことはありません。お手が上手にできます。元気で長生きをして欲しいです。(看護師 K)

## 今月の表紙

コスモス

作者 篠崎 榮子さん

コスモスはキク科の植物で原産地はメキシコです。「秋桜」ともいい、秋の季語にもなっています。

「コスモス」の名前は、ギリシャ語の「調和」に由来しています。花びらが整然とバランスよく並んでいることから名づけられたといわれています。

開花のタイミングは、7~8月頃に咲く「夏咲き」、9月に咲く「早咲き」、10~11月に咲く「秋咲き」の3種類があります。花びらの色も品種改良によって白、ピンク、赤に加え、黄、赤茶、紫と様々です。

(編集部記)

## 今月の生花

毎週病院玄関ロビーにて生け込みをしていただいています。

池坊 百合の会



花材名 オクロレルカ  
オンジューム リンドウ  
撮影日 10月28日

# 山陽小野田市民病院診療日程表

(令和元年11月1日現在)

の医師は要予約

※外来受付時間(初診 11:00 まで/再診 11:30 まで) 外に受診を希望される際は、必ず来院前にお問い合わせください。

診療科名		月	火	水	木	金
内科	一 診	豊重充広 (糖尿病・内分泌・血液)	豊重充広 (糖尿病・内分泌・血液) ☆湯尻俊昭 (第1火曜日 午後・血液)	☆有好香子 (糖尿病・内分泌) ☆湯尻俊昭 (第3水曜日 午後・血液)	豊重充広 (糖尿病・内分泌・血液)	矢賀 健 (糖尿病・内分泌)
	二 診	時山 裕 (消化器)	矢賀 健 (糖尿病・内分泌)	時山 裕 (消化器)	山口大学医師 ☆山崎隆弘 (午後・肝臓外来)	山口大学医師 (循環器)
	三 診		安田真弓 (消化器)	☆伊藤千与 (午前・呼吸器)	時山 裕 (消化器)	安田真弓 (消化器)
	四 診	山口大学医師 (午前・循環器)	☆河村 篤 (循環器)	山本普隆 (循環器)	☆平野綱彦 (午後・呼吸器)	☆河村 篤 (午前・循環器)
	五 診	小林正和 (循環器)	山本普隆 (循環器)	小林正和 (循環器)	小林正和 (循環器)	山本普隆 (循環器)
外科	一 診	大楽耕司	藤岡顕太郎	大楽耕司	藤岡顕太郎	藤岡顕太郎
	二 診 8:30 - 9:00 11:00 - 11:30	藤岡顕太郎	大楽耕司	野村真治	野村真治	野村真治
	午後 13:00 - 17:00	☆田中俊樹 (呼吸器外科外来)				
整形外科	一 診	脇阪敦彦	河合伸也(新患)	河合伸也	脇阪敦彦(新患)	前田 崇(新患)
	二 診	金子 昇(新患)	金子 昇	脇阪敦彦	前田 崇	金子 昇
	三 診		前田 崇	☆柿並康太郎(新患)		
脳神経外科 (紹介・再診のみ)	一 診	☆野村貞宏 ☆石原秀行 (いずれかの診察)		☆岡 史朗		☆岡 史朗
小児科 乳児検診・ 予防接種:予約制	午前 (受付時間) 9:00-11:00	☆大西佑治 (第1・3・5月曜日) ☆太田直樹 (第2・4月曜日)	☆安戸裕貴	☆鳴海宏子	☆脇口宏之 (第1・3木曜日) ☆古田貴士 (第2・4・5木曜日)	☆飯田恵庸
	午後 (受付時間) 13:30-15:30	☆長谷川俊史 (第1月曜日) ☆水谷 誠 (第2・3・4・5月曜日)		☆藤本洋輔	☆木村 献	☆兼安秀信
産婦人科	婦人科	住浪義則	平野恵美子 9:00 - 12:00	住浪義則	村上明弘	藤田麻美
	産科 (新患・再来)	村上明弘	村上明弘	村上明弘	住浪義則	住浪義則
	産科(再来)	平野恵美子 9:00 - 12:00	藤田麻美		藤田麻美	平野恵美子 9:00 - 12:00
	午後 (予約のみ)	藤田麻美 13:00 - 16:00			平野恵美子 13:00 - 16:00	
皮膚科	一 診			☆浅野伸幸		
精神科 完全紹介予約制	一 診					☆土生建介
眼科	午前	☆小林由佳	徳久佳代子	徳久佳代子		徳久佳代子
	午後 (受付時間) 13:00-15:00				☆芳川里奈	
耳鼻咽喉科	午後 (受付時間) 14:00-16:00	☆橋本 誠		☆橋本智子	☆田原哲也 (第1・3木曜日)	☆菅原一真
泌尿器科	一診(新患) 午前	瀧原博史	☆田原正則	山口大学医師	北原誠司	北原誠司
	午後 (受付時間) 14:00-16:00				瀧原博史	
	二診(再来)		北原誠司	北原誠司	瀧原博史 8:30 - 10:00	
麻酔科	疼痛外来	山本智久	山本智久	清島 隆	内田雅人	山本智久
	術前診察	内田雅人	清島 隆	内田雅人	清島 隆	内田雅人
	緩和ケア 10:00 - 12:00			内田雅人		
歯科口腔外科 (原則予約制) 必ず歯科口腔外科で 予約をお取り下さい	(新患受付時間) 8:30 - 11:00	福田てる代	☆梅田浩嗣	福田てる代	福田てる代	福田てる代
	14:00 - 15:00	福田てる代	☆梅田浩嗣 (手術患者のみ)	福田てる代	福田てる代	福田てる代
脳神経内科 完全紹介予約制	午後				☆佐野泰照	
禁煙外来 完全予約制	午後	篠崎文彦				

山陽小野田市民病院からこんにちは Vol.18

山陽小野田市民病院広報誌

令和元年11月1日発行

お問い合わせ: 山陽小野田市民病院 総務課

Tel0836-83-2355 Fax0836-83-0377

E-mail: [med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp](mailto:med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp)

☆非常勤医師