

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

新型コロナと子どもたち

2022

5

vol.38



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を行います。
- ・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

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



特集

新型コロナと子どもたち



精神科 土生 建介



新型コロナが広がって2年半以上も不自由な生活が続いていますね。繰り返し繰り返し感染のピークが起こっていつ終わるのだろうと先行きの不安も強くなっています。

学級閉鎖やリモートワークや蔓延防止や三密を避けなければならぬ、病院や施設では面会もできないなど沢山の対策により日常生活は大きく変わりました。外出を控えなさい、人と会うのは出来るだけ避け、県をまたいで出かけるのは止めましょうなど今まで当たり前なことが出来なくて我慢の限界が来しています。

新型コロナは恐ろしい病気だと致死率の高さや感染力の強さや後遺症の重篤さなど新し

い病気の情報が発信され人々の間にこの病気に対する不安や恐怖感が広まっています。

その一方でワクチンはうたない方が良くとかこの病気はインフルエンザと一緒に心配し過ぎるのは良くないとか若い人は重症にはならないから心配しなくていいとか流言飛語の類も蔓延し一般の方には何が本当か判断が難しい状況が生まれています。

何を信ずればいいのかどうすればいいのかははっきり見えないうえに様々な情報が飛び交って混乱は増すばかりです。

このように新型コロナは様々なストレスを産み社会に経済的にも政治的にも心理的にも様々な問題を引き起こしています。

私は精神医学や心理学の実践家ですがその分野で一番心配なのは子どもたちです。

学級閉鎖などに加えともだちとともに遊ぶことが制限されほかの人とともに過ごすことも遊びともに学ぶと言う今まで普通だった行動が制限されています。

こどもが育つには人との触れ合いが不可欠で、特にギャングエイジグループという呼び方をすることがあるのですが年齢が近いことも同士のふれあいがこどもの心身の発達にはとても大切な役割があるとされています。その集団活動が制限されることは心身の健康な発達に支障をきたす可能性があるのです。人間は一人だけで生活するのではなく社会とい

う集団の中で生活する動物です。その生活技術を十分に学べない可能性があることがわれわれ人間社会が遭遇したことがない未曾有の心配なのです。



今日の前でもこどもにフラストレーションがたまっていじめや自殺、学校になじめず休むが増えるなど問題が沢山起こっています。ちなみに令和2年までしか統計は出ていませんがこどもの自殺は増加傾向が見られ、不登校は数年前の倍になっています。これらにも対策が必要で有難いことにそこに注意し配慮する方々は次第に増えているようです。然し、私が一番心配しているのは今ではなく将来です。健康な発達に欠かせない集団行動への制限を受けて育ったこどもたちが健康な社会生活技術を獲得できるかを心配しているのです。

ではどうすればいいの？

そこでポイントになるのは感染への確かな知識です。

日本の感染症の対策や指針を研究するところに国立感染症研究所があります。

ここが今回の新型コロナウイルスの感染症の日本の予防指針を作っているところで、今年の3月28日に新型コロナウイルスの感染は従来言われていた接触感染や飛沫感染だけでなくエアロゾル感染が主であると発表しました。これは新型コロナウイルス対策に非常に大きな変化をもたらす発表だったのでですがマスクや政府は感染者数を毎日取り上げますが対策の詳細についてはほとんど取り上げていません。みなさんも接触感染や飛沫感染とエアロゾル感染ってどう違うのか説明できる方は居られますか？

世界的に権威あるサイエンスやランセットと言う雑誌などでは昨年春以降に、新型コロナウイルスはエアロゾル感染であると発表し世界の医学会ではこれが常識になっています。接触や咳などの飛沫を無視してもいいと言うことはありませんが重要な感染経路は空気の流れだと言うことです。

日本の対策方針は3密を避けようということとでした。手洗い、うがい、人が集まることを避けるなどが基本で、密閉場所を避けると言う部分があります。透明なカーテンやアクリルの遮蔽などが推奨されています。

然し、換気については漠然と空気を入れ替えましょうと言われてはいますがほとんどの方が換気を具体的にどうすればいいのかわからないので持っていないのではないのでしょうか？

新型コロナウイルスの予防には、空気を入れ替えることがポイントなのです。手洗い、うがい、消毒、マスクはある程度の効果は期待できま

すがなにより大切なのは換気なのです。エアロゾルとは空气中を漂う5ミクロン以下の粒子のことです。飛沫が飛ぶのは2m程度までですがエアロゾルは10m位届くと言われています。ただしエアロゾルは軽く室内では上方に移動する性質があり空気が少しでも流れるとその流れに乗って移動します。

つまり空気が動く野外ではすぐに拡散してしまうのです。

三密を避けることは全く無効ではありませんがそれがそれよりも換気が大切と言うことです。



ちなみに東京都は新型コロナの発症場所の統計をとっています。三密の典型として食事や飲酒をする場所を避けるようにと指導してきました。ではどの位そのような飲食をする場所が発症していたかと言えればたった1%以下なのです。蔓延防止と言われる措置は万全ではないのではとの意見が出始め現在過去に無いほどの感染者数が出ていますが適切な対処をしながら人の交流をはじめようと試みられています。

例えば英国では三密を避けることもしませんが法律でマスク着用を義務としていたことをやめて不要としました。飲食店の閉店もしていませんが感染は減り始めています。今までの感染対策は再考が必要なのです。

ポイント1は外遊びです。

外では感染は起こりにくいのです。外は安心ですので、こどもたちをしっかりと外で遊ばせましょう。外ではどんなに走り回っても大声で叫んでも大丈夫です。外で思い切り体を動かして走り回ったりいろいろなものを触ったりすることは成長に大きな働きをします。これが大切な第一のポイントです。

第二は室内での遊び方です。

室内では換気とマスクがポイントになります。マスクは咳などでウィルスが空気中に出るのを防ぎます。

室内で遊ぶときにはマスクを着用し、大人

が換気を行ってください。30〜60分に一回10分程度の換気が必要です。まどやドアや戸を開けて部屋の空気を流すことがポイントなのです。

人が集まる場所では空気清浄機がとても役に立ちます。空気が汚れているかどうかを判断するには二酸化炭素濃度の測定が役に立ちます。

部屋の中に空気清浄機を置き二酸化炭素濃度を1000〜1500ppm以下に保つように換気をすれば感染対策は理想的です。換気扇や扇風機でそこに空気を出す方法も役に立ちます。空気清浄機はウィルスをからめとるヘパフィルター付きのものがお勧めです。

二酸化炭素濃度測定器も空気清浄機も1万円以上のものがお勧めでアマゾンなど通販でも手軽に買え注文したら数日で届き、わが家では両方で2万円以下のものを使っています。

是非、こんな環境を用意して子どもたちと遊ぶ時間を作ってあげてください。こどもは潜在的に様々な能力を持っていると言われていきます。その能力を引き出す力は大人が教えられるものではなく子ども同士の交流の中で生まれるものなのです。こどもは大きな声を出します。叫びます。そういう遊びが必要です。

ただし、そういう遊びは外でするようにしてあげてください。室内でも大声が出せるようならばまずマスクの着用を教えてください。上は鼻を隠すこと。横は出来るだけ閉じて顔とマスクに隙間が無いように、下は顎にかかると大きなものを選んでください。

こどもたちがしっかりと遊べるように是非大人のみなさんが配慮してあげてください。コロナの時代をこどもたちが健康に過ごせるよう是非大人の皆さんが力を貸してあげてください。



血液型のはなし



「血液型」と聞くと、A型・B型・O型・AB型が思い浮かぶと思います。これは赤血球のABO式血液型のことで、他にもRh血液型などたくさんあり現在およそ300種類の血液型がみつかっています。血液型は血球の表面にある抗原によって決まります。白血球の血液型にはHLA型があります。いずれも血液型は両親から遺伝によって受け継がれます。

● ABO血液型

赤血球の表面に存在する抗原によってA型、B型、O型、AB型の4つに分けられます。A型はA抗原、B型はB抗原、AB型はAとBの両抗原がありますが、O型はどちらの抗原もありません。

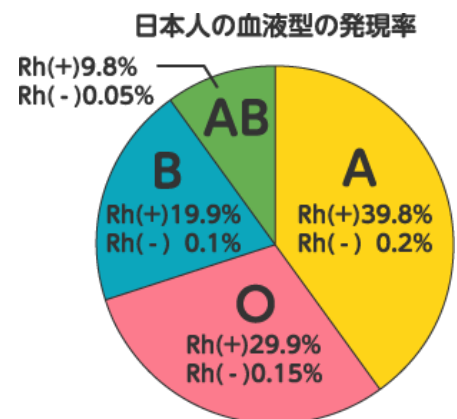
● Rh血液型

ABO式血液型に続けて「+」や「-」でよく表現されます。Rh血液型も赤血球の抗原による分類です。

C・c・D・E・eなどの抗原がよく知られています。これらのうちD抗原がある場合をRhプラス、ない場合をRhマイナスと呼びます。Rhという名称はアカゲザル(Rhesus monkey)の赤血球の研究をもとに発見されたことに由来します。

Rhマイナスの日本人は0.5% (200人に1人) くらいで、白人の15%に比べると相当低い率となっています。

血液型(A/B/O/AB)の割合は、人種や民族によってかなり異なります。



● 白血球の血液型 HLA (Human Leukocyte Antigen : ヒト白血球抗原)

白血球の血液型として発見されましたが、その後HLAはほぼすべての細胞にも存在することがわかり組織適合性抗原として働いていることが明らかになりました。

HLAは骨髄移植や臓器移植において重要な抗原で、HLAの一致したドナーからしか移植を受けることができません。

近年の研究において、血液型で病気の罹りやすさや重症化率、予後等に違いがあることがわかってきました。抗体の差や血液凝固因子の多寡といったこととの関係が考えられています。さらに研究が進めばそのメカニズムも明らかになってくることでしょう。



臨床検査技師 中村 博子

かかりつけ医紹介

長谷川眼科

院長 長谷川 靖 先生



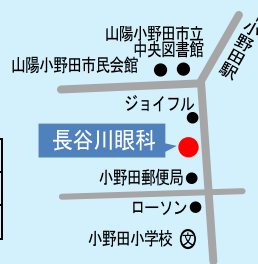
長谷川眼科医院は一九六一年開院、半世紀に渡り地域医療に少しでも貢献できるよう尽力して参りました。

当院では、コロナ禍で安心して受診していただけるようアルコール清拭・換気・三密を避けています。希望者には車での待機、院内に入られた方全員の検温をしております。

最新医療機器を備え、一般診療はもとより眼鏡・コンタクトレンズ処方、緑内障検査、色覚検査、糖尿病網膜症などのレーザー治療、さらに日帰り白内障手術・翼状片手術・加齢黄斑変性に対する硝子体注射など幅広く対応致します。

入院での手術をご希望される患者様は入院施設のある病院を紹介しております。山陽小野田市民病院の先生方にも大変お世話になっております。

目は一生ものだからこそ病気の早期発見・早期治療が大切です。少しでも気になることがあります。もしも、いつまでもお気軽にご相談ください。お一人お一人との対話を大切にしながら患者様の立場を考え、分かりやすく説明致します。ここにきて良かったと心から満足していただくことを願っております。



長谷川眼科

所在地 山口県山陽小野田市中川4丁目4-1

電話番号 0836-83-3476

診療時間

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
午後 14:00~18:00	○	○	○	×	○	×

休診日 木曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝日

Dr インタビュー

山陽小野田市民病院

産婦人科

田中 結美子 先生



Q これまでの経歴は？

山口県出身、山口大学卒業
今年医師10年目となります。H25年に医学部を卒業し、産婦人科へ入局しました。山口県立総合医療センターで2年間の初期研修を行い、産婦人科医として山陽小野田市民病院で1年間、徳山中央病院で2年間勤務しました。H30年に大学院へ入学し、3年間ベッドフリーで子宮内膜に関する研究を行いました。その間半年×2回の産休・育休を取得、本年4月より山陽小野田市民病院で勤務することになりました。

大学院生の間も婦人科外来診療は行っていました。産科診療や入院診療・手術は4年ぶりで大変緊張しています。毎日がとても新鮮で、新たな気持ちで診療をさせていただいています。

Q 座右の銘は？

座右の銘、と言えるようなたいそうなものを掲げて生きてはいませんが、

『おかげさまで』
の気持ちは大変にしています。子どもが生まれてからは特にそう思うようになりました。

Q 最近の個人的なニュースは？

最近の個人的なニュースとしては、9月に第2子(女の子)を出産したことです。1人目の時とは生活が一変しました。上の子は3歳男子でヤンチャ盛りなので、可愛いんですが…なかなかのモンスタリーぶりで、ニコニコ笑っている下の子を見ては癒される毎日です。4月からは2人の保育園の送り迎え、帰ったら食事、お風呂、翌日の準備!!と必死です。世の多くのお母さん(もちろんお父さんも)ですが!も同じように大変な日々を送っているんだな、と思いを馳せつつ、2人の寝顔が可愛くてたまらない夜を過ごしています。

臨床的には長いブランクを経ての復帰となりましたが、その間に妊娠・出産・育児という、産婦人科医としては大きなプラスになる経験をする事ができました。職場の先生方・スタッフの方々に色々と学びながら頑張っていきたいと思えます。山陽小野田の女性にとって、気軽に来られる産婦人科になれるよう努力していきます。

Topics①

新規採用職員です よろしくお願ひします

医師



産婦人科
川崎 真奈



産婦人科
田中 結美子



整形外科
山縣 大樹



麻酔科
棟久 晃司



梶田 雅代



溝田 千恵美



松並 美里

看護師



河村 有希子



井上 姫乃



三戸 道江



村田 麻尋



國廣 敦



岡 千明



磯部 由紀

看護師



長岡 歩美



那須 彩子



渡邊 明子



橋本 美紀



川添 リナ



宗岡 祐輔



益本 恵里

助産師

薬剤部

臨床検査室

理学療法室

総務課



下田 亮介



鍵本 範子



中林 秀仁



光井 誠司



伊勢 克敏



松岡 大地



内田 夕稀

Topics②

産婦人科外来

4月から変わりました

これまでの月曜日・木曜日にくわえ、水曜日も午後診察を始めました。

今までは予約の方のみでしたが、新患の方も受け付けます。

午後受付時間

13:00~

15:30



今月の表紙

厚狭絵手紙を楽しむ会

孫

佐伯 幸子



暮らしの中で、感じたこと、発見したことを絵手紙に描いています。

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 薫枝の会



花材名 朴ノ木(材木)、ハラン、百合
撮影日 5月25日

山陽小野田市民病院診療日程表

(令和4年5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。

山陽小野田市民病院からこんにちは Vol.38

山陽小野田市民病院広報誌

令和4年5月1日発行

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)	松隈雅史 (血液・糖尿病・内分泌) ☆有好香子 (糖尿病・内分泌) ☆湯尻俊昭 (第2・4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)	今井智子 (糖尿病・内分泌) ☆山崎隆弘 (午後・肝臓外来)	山口大学医師 (リウマチ・膠原病)
	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) ☆平野綱彦 (午後・呼吸器)	☆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	大樂耕司	藤岡顕太郎	大樂耕司	藤岡顕太郎	藤岡顕太郎
	二 診 8:30 - 9:00 11:00 - 11:30	末廣祐樹	末廣祐樹	野村真治 8:30 - 11:30	大樂耕司	野村真治 8:30 - 11:30
	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	脇阪敦彦	脇阪敦彦(新患)	前田 崇(新患)
	二 診	山縣大樹	前田 崇	☆柿並康太郎(新患)	前田 崇	山縣大樹
	三 診	☆瀬戸哲也(新患)	山縣大樹(新患)			
脳神経外科 (紹介・再診のみ)	一 診 (診療時間)10:00-11:30		☆河野亜希子			☆岡 史朗
小児科	午前 (受付時間)9:00-11:00	☆福田 謙	☆星出まどか	☆橘高節明 (第1・3・5水曜日) ☆岡田裕介 (第2・4水曜日)	☆坂田恭史	☆元永貴大
	午後 (受付時間)13:30-15:30	☆長谷川俊史 (1回目) ☆岡崎史子 (2回目以降)		☆藤本洋輔	☆濱野弘樹	☆兼安秀信
産婦人科	婦人科	住浪義則	平野恵美子 9:00~	藤田麻美	村上明弘	住浪義則
	産科	田中結美子	藤田麻美	村上明弘	住浪義則	平野恵美子 9:00~
		村上明弘	川崎真奈		川崎真奈	田中結美子
午後受付 新患・予約外受付 13:00-15:30	午後	藤田麻美		川崎真奈	田中結美子	
皮膚科	一 診	☆杉本紘子		☆浅野伸幸		
精神科 完全紹介予約制	一 診					☆土生建介
眼科	午前	☆東島史明	☆徳久佳代子		☆佐久間綾乃	
	午後 (受付時間)13:00-15:00	☆東島史明		☆播磨 希	☆内 翔平	☆小林由佳
耳鼻咽喉科	午後 (受付時間)14:00-16:00	☆橋本 誠		☆橋本智子 ※受付時間 14:00~15:30	☆田原哲也 (第1・3木曜日)	☆菅原一真
泌尿器科	一診(新患)	山本義明	山本義明	北原誠司	北原誠司	山本義明
	二診(再来)	北原誠司	北原誠司	山本義明	山口大学医師	北原誠司
麻酔科	疼痛外来	内田雅人		内田雅人	内田雅人	
	術前診察	棟久晃司	棟久晃司	棟久晃司	棟久晃司	棟久晃司
	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 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子
	14:00 - 15:00	福田てる代 浜辺優子	☆梅田浩嗣 (手術患者のみ)	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子
脳神経内科 完全紹介予約制	午後				☆西原秀昭	
禁煙外来 完全予約制	午後	篠崎文彦				

お問い合わせ：山陽小野田市民病院 総務課

☆非常勤医師

Tel 0836-83-2355 Fax 0836-83-0377 E-mail : med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp