



発行 自治医科大学さいたま医療センター
医事課
住所 〒330-8503
さいたま市大宮区天沼町1-847
電話 048-647-2111
FAX 048-648-5180
URL <http://www.jichi.ac.jp>

センターだより第18号案内

- 健康講座（呼吸器科 小山信一郎教授「風邪・インフルエンザについて」）
- 待合ホールの椅子を一新 ○待合ホールの照明ポールに安全カバーを装着
- 診察カード用ポケット付ビニールホルダーを用意
- 外来診療用ビニールホルダーを持ち帰らないで ○入院中の駐車料金について
- 小児科及び産科を開設 ○小児科スタッフのユニフォームを新調
- ナースキャップ廃止について

健康講座

「風邪・インフルエンザについて」

呼吸器科 教授 小山 信一郎

今年も寒くなってきました。いよいよ風邪のシーズンに入ります。風邪というのは、いわゆる風邪症候群と言い、その多くは抗生物質の効かない様々なウイルスが原因です。病院から帰宅した時や外出した時には、「手洗い」「うがい」をして皆さんも風邪をひかないよう用心してください。また流行期に人混みの中に出かける時には、マスクをしてください。この時期ご高齢の方は、寒くなるとあまり外出しなくなります。外に出ると風邪をひくというのは間違いです。人混みの中に行くと風邪をひいている人が多くいるため、うつるかもしれませんが、人の少ない公園に行っても風邪がうつることはありません。是非、寒くない格好で、天気の良い温かい昼間、近くの公園を散歩して日にあたり、身体を動かし体力を維持してください。外出しないで家の中でじっとしていれば風邪をひかない、ということはありません。

もし皆さんに咳、くしゃみ、発熱などの症状が出た時は、マスクをして人にうつさないようにしてください。これは咳エチケットと言い、病気を他人にうつさないために非常に大切なことです。マスクは、人からうつらないだけでなく、人にうつさないためにも大切なものです。そのため、当センターでは風邪が流行っている期間はあなたの主治医をはじめ職員はマスクをつけます。病院には身体

マスクは
鼻と口を
覆います。



弱い方、風邪に罹りやすい方が大勢います。そのような方たちに風邪、インフルエンザをうつさないよう必ずマスクをつけてください。大切なエチケットです。

寒くなると風邪以外に、もうひとつインフルエンザが流行し始めます。インフルエンザは、インフルエンザウイルスにより起こる感染症です。流行し問題となるインフルエンザウイルスは、A型、B型です。A型のほうが早く流行し始める傾向にありますが、A型、B型とも12月ごろから少しずつ出始め、1月、2月が流行のピークとなります。インフルエンザは、飛沫感染し、潜伏期が約2日、発熱出現後2日以内が最も感染力が強いです。症状は、38～39℃あるいはそれ以上の急激な発熱で発症し、頭痛、腰痛、筋肉痛、関節痛、全身倦怠感などの全身症状が強くみられ、咳、くしゃみなど上気道炎症状も見られます。

インフルエンザの対策の第一歩は、ワクチン接種です。特にいろいろな病気で身体の抵抗力の弱っている方、心不全、呼吸不全など臓器不全のある方、高齢者には、特におすすめです。また、その方たちと同居している方も是非接種してください。なお、ワクチン接種は、当センターでは行っておりません。お近くの医院、クリニックの先生にご相談ください。またステロイドなど免疫抑制剤を服用している方や接種してよいかどうか分からない場合は、主治医にご相談ください。

インフルエンザに罹ったかなと思われる方が来院される場合は、前述した咳エチケットを守り必ずマスクをしてお越しください。もし、マスクをお持ちでなければ、売店で販売しておりますので購入してください。当センターには、インフルエンザウイルスがうつると重篤化する患者さんが多く来院されます。ご理解とご協力をお願いいたします。次に症状を看護師に伝えてください。他の患者さんと接しない場所でインフルエンザかどうか至急検査をします。その上でインフルエンザと診断がつけば、抗インフルエンザ薬を処方します。後は、ご自宅で服薬しながら、食べやすいものを食べ、スポーツ飲料水などで水分を補給して安静にしてください。数日で解熱します。外出して人と接するのは、解熱後2、3日過ぎてからにしましょう。解熱してもあなたの口からウイルスは多量に出ており、人にうつします。なお、発熱後48時間を過ぎますと抗インフルエンザ薬は、効果がありませんので、処方致しません。自宅で療養してください。しかし、発熱がぶり返すようなら、再度センターにいらしてください。

なお、新型インフルエンザについても最近マスコミで多く取り上げられております。是非、関心を持って、個人で日ごろからしっかり準備をしましょう。

待合ホールの椅子を一新

当センターも開設20年を迎え、当初に備えた備品等に傷みが生じてまいりました。日々患者の皆様のアメニティーを重視し、快適に受診していただけるよう配慮しているところですが、経費等の問題もあり必ずしも満足いただけない部分もございます。

まずは大きなところから更新する計画で、このたび、外来待合ホールの椅子を一新しました。

特に、ホール内の明るさに配慮しつつ、小児科及び産科の診療開始に伴う患者数の増加も考慮し、220席を用意いたしました。

今後も患者の皆様のアメニティーに配慮していく所存です。

待合ホールの照明ポールに安全カバーを装着

既にご承知の方も多いと思いますが、外来待合ホールの照明ポールにソフトクッションのカバーを取り付けました。

10月6日からの小児科診療開始に伴い、これまでとは違い、乳幼児の来院が増えることから安全に配慮したためです。

スマートとは言えないかも知れませんが、ご理解のほどお願いします。

診察カード用ポケット付ビニールホルダーを用意

当センターでは、円滑な診療の一方策として、外来受診の際に診察カードや処方箋等を入れるビニールのホルダーを用意し、受診者の方々に使用いただいておりますが、時折カードを落とす方が見受けられ、ご意見箱にも改善の要望がしばしば寄せられておりました。

確かに、カードを差し込むポケットを付ければ落ち難くなることは誰にでも容易く理解できますが、カードを挿入するとき或は取り出すときに煩雑になることも明らかです。この問題は、当該ホルダーの使用を開始してから長年検討されてきたところでもあります。

紆余曲折を経ましたが、完全な解決策を見出だせないことから、当分の間、これまでの青色のホルダーとポケット付の黄色のものを用意し、患者の皆様の選択により使用していただくこととしました。

外来診療用ビニールホルダーを持ち帰らないで

診察カードや外来診療の書類等を入れるために、青及び黄色のビニールホルダーを用意し、受診者の方々に使用いただいておりますが、追加で用意しても不足してしまう状況です。

当該ホルダーは、当センター内だけで使用するために用意しておりますので、お帰りの際は、書類と一緒に計算窓口に戻却いただくようお願いします。



入院中の駐車料金について

当センターの駐車料金については、全て有料としております。駐車場利用対象者は、外来患者さん、見舞いの方及び入退院の送迎者であり、基本的に、入院患者さんは利用対象者としておりません。

しかしながら、外来受診から緊急入院となった場合等、稀に入院患者さんが駐車場を利用していることがあります。この場合にも通常の料金体系で加算され、請求されることとなりますので、気をつけていただくとともに自動車でお来院し、入院となった場合は、自宅等に移動するようお願いします。

小児科及び産科を開設

かねてより準備中でありました小児科及び産科の診療を10月6日から開始しました。

当センターでは、地域の医療に貢献するため、病棟及び外来を整備し、現在、医療の中で最も厳しいとされる小児科、産科を開設しました。

既にマスコミ報道等でご承知のこととは存じますが、医師不足と言われる中でもこの2科は大変な状況にあります。当センターのような大学病院であっても例外ではなく、充足できない状況です。特に小児科においては、4名の医師でスタートを切ることになり、当分の間は救急対応ができない等の厳しい条件で診療を開始しました。

患者の皆様には、ご不便をお掛けしますが実情をご賢察いただき、ご支援、ご協力をお願いします。

小児科スタッフのユニフォームを新調

小児科の開設に伴い、診療や検査に対する小児の恐怖心や緊張感を和らげるために、看護師のユニフォームに子供の好きなデザイン（写真）を導入しました。小児科病棟及び小児科外来の看護師が着用します。



ナースキャップ廃止について

ナースキャップについてはここ数年で多くの病院が廃止に踏み切っております。その中で、当センターでは患者さんから看護師の存在が分かりやすいようにという理由でナースキャップを存続してまいりました。

しかし、ナースキャップが点滴のチューブやカーテンに引っかかり、点滴の台が倒れる、ナースキャップを手で押さえることにより手に細菌が付着するといったような危険を回避する必要がでてまいりました。

そこで、来年4月1日から2ヶ月の試行期間を設けて、ナースキャップを廃止したいと考えております。ナースキャップ廃止に際し、清潔感のある髪型の保持や患者さんのより身近な存在になれるよう努力を重ねてまいります。どうぞご理解のほどお願いします。