



西山堂病院



新型コロナウイルス感染対策

手指衛生と咳エチケットの徹底

現在進行形で猛威を振るう新型コロナウイルス。

国外死者数は2000人を超え、日本でも感染者数は増え続けています。

ウイルスから身を守るために、私たちにできることを今一度確認しておきましょう。

まずは、トイレの後や食事前に、石けんやアルコール消毒液などを使用し、こまめに手洗いをすることが大切です。咳などの症状がある方は、咳エチケットを意識しましょう。マスク・ハンカチをお持ちでない場合、袖で口や鼻を覆いましょう。また、持病がある方は、不要な外出を控えて、なるべく公共交通機関や人混みの多い場所には行かないようにして下さい。十分な睡眠を取り、バランスの良い食事を心がけることが重要です。のど粘膜の機能低下を防止するため、加湿器を使うなどして、お部屋の湿度を50-60%に保持しましょう。

患者様へのお願い

只今、当院では感染症の防止に努めております。

発熱やせき、息切れ等の症状がある方は、相談・受診の目安をご確認の上、必ず事前に最寄りの保健所へ連絡し、指示を受けて頂きますよう、よろしくお願いいたします。

最寄りの保健所：ひたちなか保健所
029-265-5515

または乗車の上、当院へお電話を願います。
西山堂病院
0294-72-5121

当院では感染症の拡大を防ぐため、患者様向けのご案内を掲出いたしました。次の症状がある方は、「帰国者・接触者相談センター」にご相談ください。

- ・風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続く。
- ・強いだるさ(倦怠感)、息苦しさ(呼吸困難)がある。

※高齢者や基礎疾患等のある方で、上記の状態が2日ほど続く場合は「帰国者・接触者相談センター」(=保健所)へご連絡下さい。

→センターで相談の結果、感染の疑いがある場合、専門の「帰国者・接触者外来」のご紹介があります。

※マスクを着用し、公共交通機関を利用なさらずにご受診下さい。

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



2 手の甲をのぼすようにこすります。



3 指先・爪の間を念入りにこすります。



4 指の間を洗います。



5 親指と手のひらをねじり洗いします。



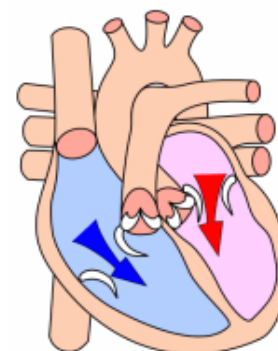
6 手首も忘れずに洗います。

西山堂慶和病院

あなたの脈は正常ですか？

齋藤 郁太 医師（循環器内科）

心臓は規則正しいリズムで全身に血液を送り出すポンプとして重要な働きをしています。そんな心臓の拍動リズムが不規則になる状態を不整脈といいます。心房細動とは不整脈の一種で心臓内の「心房」から異常な電気信号がたくさん出て、まさに「細かく震える」ような動きになります。すると心臓全体も不規則なリズムとなりバラバラな脈になるのです。心房細動はそれ自体で死に直結するような病気ではありませんが、心臓内の血液によどみが生じて血栓（血液のかたまり）ができやすくなります。この血栓が血流によって脳に運ばれ、脳の血管を塞いでしまうと脳梗塞を生じてしまうのです。また治療を行わず放っておくと徐々に心臓の機能が低下して心不全になってしまうこともあります。



心房細動は加齢のほか高血圧や糖尿病、肥満、飲酒など様々な原因で発症することから誰にでも起こりうる病気です。心房細動の診断には通常心電図検査を行ないますが、その前に皆様自身でも実際に手首の親指側の脈を触ってみてください。規則正しいリズムを刻んでいますか？不規則だったり脈が飛んだりしていませんか？皆様も「検脈」をする習慣をつくってみましょう。もし「おかしいな？」と感じた場合は、ぜひ循環器内科外来へ相談にいらしてください。

透析室便り

「いのちのエンジニア」

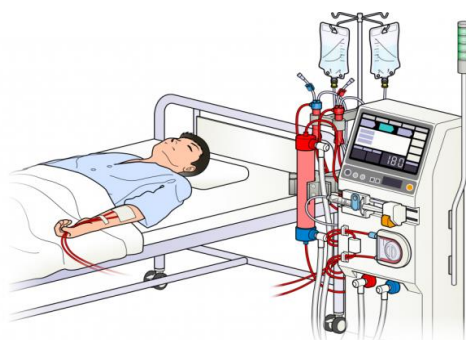
「いのちのエンジニア」これは、私たち『臨床工学技士』のキャッチコピーです。最近ではドラマやマンガの作中にも取り上げられる機会も増えてきました。

現代の医療は、高度な医療機器がなければ成り立ちません。2007年の医療法改訂で、病院・診療所には**医療機器安全管理責任者**をおくことが義務化され、その役割は臨床工学技士が担っていることが多く見受けられます。

西山堂慶和病院には、3名の臨床工学技士が常勤しており、医療機器保守管理業務や、急性期から慢性期にかけての血液浄化業務に携わっています。

医療機器業務においては、医療機器の安全と信頼性の維持に努め、安全使用に関する情報提供・勉強会などを行い、効率的な稼働が行えるようにしています。

血液浄化業務を行う透析室は、今春で開設して丸5年になります。10年、15年後を見据え、いま何を必要とされているのか考え、患者さまの立場になり安全で安心な医療を提供できるよう、日々努力しています。



※透析室では、自宅から病院までの無料送迎サービス、旅行・出張等の臨時透析も行っております。透析室見学にも応じますので、詳細は遠慮なく透析室までお問い合わせ下さい。

医学と工学の知識を兼ねそろえ、スムーズな治療や検査を行えるように対応するのが、「いのちのエンジニア」臨床工学技士の役割です。これからも、私たちをどうぞ宜しくお願いいたします！

介護老人保健施設 はすみ敬愛

日々の生活の様子

～季節の味覚を楽しむ会～

季節の味を利用者様に楽しんで頂きたく、「季節の味覚を楽しむ会」を実施しています。特に秋は、おいしい食べ物がたくさんあり「新米」や「栗」「さつまいも」を調理しました。季節を感じる事のできる「食」は、利用者様に好評頂いております。今後も季節感のある活動を企画していきます。



新米を味わう会



新茶を味わう会



柿・栗を味わう会



季節の行事活動



クリスマス会



お正月 獅子舞



節分豆まき

リハビリテーション科

～地域貢献活動 健康教室～



リハビリテーション科では地域貢献活動として、「第1回健康フェスティバル」を開催しました。

地域の方に参加して頂き、皆様の健康チェックを実施しました。



料理

☆今後も継続して実施していきます。皆様の健康づくりのお手伝いをさせていただきます。開催の際には皆様のご参加をお待ち致しております。

ひたちの中央クリニック

小児科からのお知らせ

季節の病気 ～ ロタウイルス感染症 ～

ロタウイルス感染症は、冬～春に多くみられる急性胃腸炎を引き起こす感染症で、時に脱水やけいれん、脳症等を合併します。年齢にかかわらず何度でも感染しますが、特に生後6か月～2歳頃までの子どもが感染しやすく、全体の7割を占めます。1年を通して感染の危険性がありますが、特に2月～5月に流行がみられます。

ロタウイルス胃腸炎の多くは突然の嘔吐、発熱に続き、頻回の水様性下痢を起こします。回復には1週間ほどかかります。ほとんどの場合は特に治療を行わなくても自然に回復しますが、脱水症になる可能性は高く、脱水が強い場合は命の危険を伴うケースもあります。

以下のような症状が見られたときは、脱水症状を起こしていると考え直ぐに受診して下さい。

- 尿の回数が減る、尿の色が濃い
- 唇や舌が乾燥している
- 目が落ちくぼんでいる、泣いても涙がでない
- 皮膚にはりがない
- 大泉門がへこんでいる(乳児の場合)



脱水症を防ぐために、水分摂取は少量ずつ、ゆっくり始めます。がぶ飲みをすると、その勢いでまた吐くことがありますので避けましょう。スプーンで1口ずつ、5分程度観察して、吐かなければもう1口と保護者が飲み方をコントロールし、徐々に増量していきます。水分摂取はOS-1などの経口補水液(塩分と糖分のバランスを調整した飲料)で行いましょう。母乳やミルクが飲める場合は、母乳やミルクを少量ずつ飲ませても構いません。ロタウイルスは感染力が非常に強く、予防対策として、「石けんでの手洗いの徹底」、「使い捨て手袋の使用」、「接触物・場所の消毒」が有効です。特に消毒は、アルコール消毒だけでは予防効果が不十分なため、ハイターなどの次亜塩素酸系の消毒剤を薄めたもので消毒する必要があります(汚染した衣類等も同様)。

ロタウイルス感染症の予防に効果的なものとして、ロタウイルスワクチンの予防接種があり、当院でも任意接種(自費)で行っています。また、2020年10月からは定期接種(2020年8月生まれ以降の乳児が対象、全額公費)となる予定です。初回接種は生後6週～生後14週6日までにすることが推奨されておりますので、対象者の方は早めの接種を行いましょう。～ ご不明な点はお気軽にご相談ください。～

専門内科外来のご紹介

循環器内科のご紹介

当クリニックには一般内科とは別に専門内科がございます。

内科とは、ほとんどが手術を伴わない、主に薬物療法などで治療にあたる医療です。体の中には様々な臓器や機能があり、その臓器や機能に起こる症状や疾患に対して専門的な診察や治療を行います。

当院では、下記の専門内科での診察や治療を行っております。

- 当クリニックの専門内科外来
- 循環器内科
 - 糖尿病・代謝内科
 - 脳神経内科
 - 呼吸器内科
 - アレルギー科
 - 内分泌内科
 - 腎臓内科
 - 消化器内科
 - 禁煙外来

今回は、循環器内科についてご紹介させていただきます。

循環器内科はおもに心臓病や血管の病気の専門科です。高血圧、狭心症、心筋梗塞、不整脈、弁膜症、心不全(息切れ、浮腫みなど)など、心疾患を含む循環器病の診察と治療を行います。

- 少し運動をすると息切れがする
- 胸痛や胸の圧迫感がある
- 動悸がする
- 脈がばらばら、脈がとぶ
- 足がむくむ



上記のような症状が有る方は、「循環器内科を受診したい」とお気軽にお声掛け下さい。

クリニックからのお願い

新型コロナウイルスへの対応について

発熱やせき、息切れ等の症状がある方は、必ず事前に最寄りの保健所へ連絡して指示を受けて頂きますようお願い致します。また、ご来院頂く際には必ずお電話頂き、直接のご来院はご遠慮願います。