

IMS Miyoshi

イムス三芳総合病院広報誌 IMMUNE MEDICAL SYSTEM 愛し愛されるIMS

「プラザイムス」は、患者さま、ご家族のみなさまに院内やIMSグループの医療活動、病気に関する情報をお伝えするコミュニケーションペーパーです。

災害に備えよう。

9月1日は「防災の日」でした。地震、大雨、台風、猛暑・大雪など、いざというときの非常時の備えはできていますか？

災害時にはまず命を守る行動を！また、必要な備蓄品は普段から備えておくといよいでしょう。ケガのないように家具の固定や避難ルートを確認しておきましょう。今回は栄養士と薬剤師が考える備蓄品についてお伝えします。



1. 栄養士が考える持ち出し品リスト



備蓄品、非常持ち出し品を準備しておこう！

目安として最低限 3 日分程度の家族分の食糧、飲料水を 備蓄しましょう。玄関や寝室など持ち出しやすいところに置いておき、すぐに持ち出せるようにしておくといよいでしょう。背負える袋(リュックサック等)に入れておけば、持ち出した時に両手が使えて便利です。



被災後、2、3日まで最低限必要なもの（可能であれば1週間分）



飲み物

水は飲料水としてだけでなく、料理にも使います。
1人1日3リットル必要となります。



食料品



1人1日3食×7日=21食分を考え、非常食や缶詰(カップ麺、缶詰、ビスケット、チョコ等)などを準備しましょう。スイーツ缶(ガトーショコラ、チーズケーキ、ようかん、わらび餅)などは長期保存可能で便利です。

熱中症対策として塩・スポーツ飲料、塩飴などを用意しておきましょう。



衛生用品



マスク、軍手、衣類、下着、毛布、タオル、ウェットティッシュ、トイレトペーパー、お薬手帳、携帯トイレ、水のいらぬシャンプー、使い捨てカイロ(寒さ対策)
※メガネ・コンタクトレンズ用品一式・入れ歯・赤ちゃん用品(粉ミルク、紙おむつ等)
は手に入りにくくなるため、必要な方は、持出品に加えましょう。

2. 薬剤師が考える持ち出し品リスト

平成23年3月11日に発生した東日本大震災では医療機関や調剤薬局ではカルテや薬歴などの医療インフラが被害を受けました。

そんな中お薬手帳が活用されたことで、適切な医療がスムーズに提供された場面が多々ありました。アナログな媒体であることが災害時に利点を発揮しました。処方薬だけでなく、OTC やサプリメントを記載しておくにより有効活用できるでしょう。

患者様自身が納得して医療を受けることができ、安心感へつなげられます。また、持病がある人は普段から持ち歩く、避難用の荷物に含める、保管場所を家族と共有するといったことを心がけましょう。手帳が複数ある場合1冊にまとめるといいでしょう。震災に限らず急病で入院になる場合も有用です。お薬手帳が有用なものであることが広まることを期待しています。

お薬手帳を準備しておこう！



●●● 病院の現場にて災害時に想定されること



- ◆ 津波や建物の倒壊で、医療機関そのもの、カルテ、薬歴などが失われる
- ◆ 使用できる薬の量、種類に限りがある
- ◆ 避難移動や医療スタッフの入れ替わりが頻繁で個々の患者情報を把握している人が定まらない

●●● お薬手帳の活用場面

- ◆ 患者の既往歴が把握できるため、カルテ兼薬歴の代わりになる
- ◆ 変更点を確認できるので患者の安心感につながる
- ◆ 限りある医療資源の中から代替薬を適切に処方できる
- ◆ 服薬状況が正確に伝わる、医療従事者間の伝言板になる
- ◆ 入れ替わる医療スタッフからの重複投与が避けられる
- ◆ アレルギーや副作用を未然に防ぐことができる



日頃から災害時に備えてお薬手帳を活用しておきましょう。

避難場所や避難経路、家族の安否確認方法は確認していますか？

災害が起きた際にまずは慌てずに避難することが大切です。その為にはお住まいの自治体のホームページなどでハザードマップを確認し避難場所、避難経路を事前に確認しておきましょう。

また、ご家族が別々の場所にいるときに災害が発生した場合でもお互いの安否を確認できるよう、集合場所などを、事前に話し合っておきましょう。



災害用
伝言ダイヤル
171



災害時には、携帯電話の回線がつながりにくくなり、連絡がとれない場合もあります。災害時には災害用伝言ダイヤル局番なし「171」などを利用しましょう。

～インフルエンザウイルス～
冬に流行する 感染症

今年もインフルエンザ流行のシーズンに近づいています。インフルエンザの統計は、令和5年9月4日(月曜日)から新シーズンとなっており、毎月11月下旬から翌年3月頃に感染者が増加しますが、今年は例年より早い流行が見込まれています。急激に体調が悪化する。主に38℃以上の発熱・関節痛・頭痛・筋肉痛・全身倦怠感等の全身症状が風邪より顕著に現れますのでしっかりと感染対策していきましょう。

感染と発症

感染は身体の中に菌・ウイルスがいるが、症状がない状態です。発症は、身体の中にある菌・ウイルスが原因で、何かしらの症状が出ている状態をいいます。発熱したり、咳が出たりといった場合は「発症」の状態になります。

感染

身体のなかに菌・ウイルスがいる状態で症状はない



発症

身体の中にいる菌・ウイルスが原因で、症状が出ている状態。



潜伏期間と感染性期間

潜伏期間は、自分が感染して、症状が出るまで、発症までにかかる期間のことを言います。また、感染性期間は、自分が発症してから、他の人にうつす可能性がある期間のことです。ウイルス排出期間ともいわれます。

潜伏期間

潜伏期間ですが、これは感染症によって違いますが、インフルエンザの場合は、ウイルスと接触した日を0日目としたとき、症状が出るのはその翌日、1日目～3日目といわれています。

感染性期間

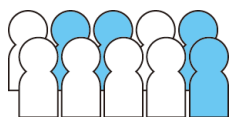
インフルエンザの場合は、症状が出る直前～症状が出てから4日目くらいまでがその期間となります。ご自宅でインフルエンザと診断された方がいる場合は、この期間は注意が必要です。

感度と特異度

感染症の検査には、どの検査にも感度と特異度というのがあります。感度というのは、病気がある人たちの中で、検査結果が陽性になる人の割合を言います。反対に特異度というのは病気のない人たちの中で結果が陰性になる人の割合を言います。

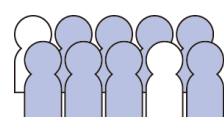
感度

病気がある人達の中で検査結果が陽性になる人の割合



特異度

病気のない人達の中で検査結果が陰性になる人の割合



感染経路

感染経路は2種類あります。飛沫感染と接触感染です。

飛沫感染というのは、咳やくしゃみによってとんだ飛沫、飛沫というのは唾にウイルスが混ざっているものですが、それを吸い込むことによって感染することです。

もう一つの接触感染というのは、2種類あり、1つは感染者と直接触れ合い、その触れた手で目や鼻などを触ることにより感染すること。もう一つは、接触者がふれて、ウイルスがついている環境を触り、その手で目や鼻を触ることにより感染することです。

飛沫感染

咳・くしゃみにより、飛んだ飛沫を吸い込む
→唾+ウイルス



接触感染

感染者と接触・感染者が触れたところに触れる
その手で鼻・目を触る

潜伏期間

潜伏期間は感染症によって異なりますが、インフルエンザの場合は、ウイルスと接触した日を“0”日目としたとき、症状が出るのはその翌日、“1”日目～“3”日目といわれています。

症状

38.0℃以上の突然の発熱
関節痛、頭痛、倦怠感:だるさ、咳、鼻水があります。普通の風邪はのどの痛みや咳から始まるのに対し、インフルエンザは発熱から始まります。

感染性期間

= 周りにうつすかもしれない期間

次に感染性期間、周りにうつすかもしれない期間です。

感染症によって異なります。インフルエンザの場合は、症状が出る直前から症状が出てから4日目くらいまでが「感染性期間」となります。



検査

検査を受けるにあたり、注意してほしいことが1つだけあります。それは、**症状が出てから7～12時間たってから検査を受けてもらうこと**です。症状が出てからすぐだと、ウイルスの量があまり増えていないので、正しい結果が出ないことがあります。

感染予防のためにワクチン、手洗い、マスクの着用、換気を徹底しましょう。

また、今年のインフルエンザの予防接種は早めに接種しましょう。

手術支援ロボット「Da Vinci(ダビンチ)Xi」

前立腺がんと結腸手術の保健診療を開始しました。

「Da Vinci(ダビンチ)」は、複数のロボットアームを遠隔操作して内視鏡手術を行う医療用ロボットです。手術支援ロボット・ダヴィンチを利用して人間の手より広い稼働範囲で、繊細な動きと素早く正確な手術を実現します。

当院では、結腸手術と前立腺がん手術をそれぞれ10症例実施し、健康保険の適用となりました。前立腺がんは2023年4月1日より、大腸がんについても2023年5月1日より保険診療を開始しております。今後は鼠径ヘルニア(2023年6月現在は保険診療外)についても実施を予定しておりますので、ぜひ担当医までご相談ください。



24時間救急対応

お問い合わせ先 **049-258-2323(代)**

救急の場合は24時間体制で、できる限り対応しております。診察可能かどうか必ずお電話で確認してください。



イムス三芳総合病院

埼玉県入間郡三芳町藤久保 974-3