

# 小国町立病院外来診療体制

平成28年3月1日現在

診療科	午前 午後	受付	診察	診察室	月	火	水	木	金
内科	午前	8:00-11:30	9:00-12:00	一診	山形大 石井(康)7・28日 鈴木(祐)14日	伊藤 宏	伊藤 宏	八木 周	伊藤 宏
				二診	阿部院長	山形大 奥本(和) ※肝外来	阿部院長	阿部院長	八木 周 ※検査終了後
	午後	14:00-15:00	14:30-15:30	一診		伊藤 宏 (予約のみ)	山形大 作田(和)	八木 周	八木 周
				二診		山形大 奥本(和)		山形大 須貝(孝)10日 豊島(拓)24日	
小児科	午前	8:00-11:30	9:00-12:00		山形大 安孫子(雅)7日 橋本(多)14・28日	山形大 荻野(大)1・15・29日 鈴木(康)8・22日	山形大 佐藤(誠)2・30日 佐藤(裕)9・23日 中村(和)16日	山形大 安孫子(優)3・10日 目黒(亨)17・24・31日	山形大 橋本(多)4・18日 中村(和)11・25日
	午後	13:30-14:30	13:30-15:00 (14:30まで待合室 にお越しください)						
整形外科	午前	8:00-11:30	9:00-12:00			山形大 丸山(真)15日	山形大 鈴木(朱)		山形大 本間(龍) 4日休診(代診3日)
産婦人科	午前	8:00-11:30	9:00-12:00						山形大 安藤(麗)4・11・25日 鈴木(聡)18日
外科	午前	8:00-11:30	9:00-12:00		山形大 山岸(岳)7・28日 福元(剛)14日				
眼科	午前	8:00-12:30	10:00-13:00						
	午後	13:30-15:00	14:00-15:30 (15:00まで待合室 にお越しください)			山形大 今野(伸)			
耳鼻 いんこう科	午後	12:30-16:30	13:30-17:00				山形大 成澤(健)		山形大 杉山(元)4・11・25日 千葉(真)18日

診療科	午前 午後	受付	診察	月	火	水	木	金	土	日祝
歯科 (予約制) ☎62-2513	午前	10:00-12:30	10:00-13:00	休診	飯田 俊也	飯田 俊也	飯田 俊也		飯田 俊也	飯田 俊也
	午後	14:00-18:00	14:00-18:30		新潟大 濃野(要)1・15・29日	新潟大 金丸(祥)2・16・23・30日 須田(大)9日	新潟大 長谷部(大)			

予防歯科や口腔外科の先生もおりますので、お口の中のこと全般にご相談ください

※外来診療体制は変更になる場合がありますので、電話で問い合わせてください。

## 診療日変更等のお知らせ

**内科** 内科常勤医の八木周医師は3月末で異動となり、4月1日(金)から西塚麻代医師が診療にあたります  
 > 3月7日(月)、10日(木)の阿部院長の診療受付は、午前10時30分までとなります(一部予約を除く)

**整形外科** > 3月1日(火)は休診となります  
 > 3月4日(金)の診療は休診となり、前日の3日(木)に診療を行います

**眼科** 3月15日(火)の午後の受付は午後2時30分までとなります(午後2時30分まで待合室にお越しください)

**小児科** 3月4・11日(金)の午後の診療は、町の乳幼児健診のため休診となります

**歯科** 3月19日(土)は休診となります

## 小国町立病院

http://www.ogunibyoin.jp/

小国町立病院 検索

〒999-1356 西置賜郡小国町大字あけぼの一丁目1番地

☎.0238(61)1111 FAX.0238(61)1115

歯科直通 0238(62)2513

# ほっと通信

小国町立病院

平成28年3月1日発行

第29号

発行：小国町立病院情報管理委員会

私たちは 地域の方々とともに歩み 医療を通して 安心のある地域づくりに貢献します

**注意!** 2月2日 山形県 「インフルエンザ注意報」 発令!

小国町内でもインフルエンザが流行しています。引き続き、感染拡大防止に留意してください。

インフルエンザは **飛沫感染** **接触感染** が感染経路です  
詳細は3面「クローズアップ」を参照してください

- 効果的な予防方法**
- ① 流行前のインフルエンザワクチン接種  
感染しないわけではありませんが、重症化するのを防ぐことができます。
  - ② 外出後、食事の前は手を洗う  
流水、石鹸での手洗いはウイルス除去に有効です。アルコール製剤による手指衛生も効果的!
  - ③ 適切な湿度を保つ  
空気が乾燥すると気道粘膜の防御が低下し、感染しやすくなるため、室内では湿度50~60%を保つことが予防に効果的です。
  - ④ 十分な休養とバランスの取れた栄養摂取
  - ⑤ 人混みや繁華街への外出を控える  
外出する場合はマスクの着用をおすすめします。  
マスクの正しい装着方法  
✓ マスクの鼻に当たる折り曲がる部分(ノーズピース)をしっかり自分の顔の形に合わせる  
✓ マスクの蛇腹をあごの部分まで伸ばしてしっかりと口を覆い、すき間を作らない  
✓ マスクを捨てるときは、ゴムの部分を持って

## 放射能の影響について学ぶ ~癒しの園研修会~

癒しの園研修会を2月23日(火)に開催しました。  
 東日本大震災に伴う原発事故後、小国町内でも動植物やヒトへ与える放射性物質の影響調査を行ってきた東北大学加齢医学研究所の福本学先生を講師にお招きし、「福島原発事故の動物への影響調査とヒトへの影響を考える」と題して講演をしていただきました。



初めに、私たちが生活している環境(自然界)にも放射線が存在していることや、事故後に被災地で医師として活動したこと、福島県の避難区域の様子など、多岐にわたるお話をさせていただきました。  
 また、事故前後の小国町における放射線量の推移についてのお話もありました。  
 同研究所では今後も引き続き放射能の影響を調査していく予定で、参加した職員からは、「被災地に人が住めるようになるにはいつになるのか」などの質問も出されました。

小国町職員〔診療放射線技師〕を募集しています

※詳しくは、当院ホームページまたは総務係(61-1111)まで

「医療の現場から」では、医師や看護師などの医療現場のスタッフから、医療に関する情報をお知らせします。

今月は、内科常勤医の八木周先生から「ピロリ菌」に関するお話しです。

今回のテーマは「ピロリ菌」です。

ピロリ菌の正式名称は「ヘリコバクター・ピロリ菌」と言い、1983年に初めて人の胃粘膜から分離、培養された細菌です。胃・十二指腸潰瘍や胃癌の原因となることで知られ、現在では次のような場合に保険が適応されます。

- ① 胃・十二指腸潰瘍と診断された
- ② 特発性血小板減少性紫斑病と診断された
- ③ 胃MALTリンパ腫と診断された
- ④ 早期胃癌の内視鏡治療後
- ⑤ 内視鏡にて胃炎と診断された

除菌療法の普及により、その数は減ったものの、日本人のピロリ菌感染者は3,500万人とも言われています。ピロリ菌は小児期に感染が成立することがほとんどで、感染しても特に症状はありません。治療は2種類の「抗菌薬」、1種類の「酸分泌抑制薬」を、1日2回、1週間内服するだけです。

1回目の除菌療法の成功率は75%、2回目を合わせると95%を超えます。年齢や合併症によっては様子をみた方がよい場合もありますが、以前に胃カメラを受けられた患者さんやこれまで胃潰瘍や胃炎と診断されたことのある患者さんはもちろん、今まで大きな病気をしたことがないかたでも、ピロリ菌について気になる事があればお気軽に内科外来へご相談下さい。

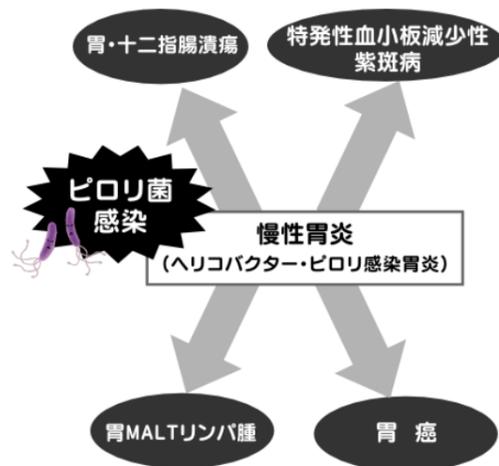
特に、若い患者さんは早期にピロリ菌除菌を行う事で、将来的な胃癌発生のリスクを大きく低下させることが期待できますので、症状がなくても、健診などの機会に積極的に胃カメラなどの検査を受けるようにしましょう！



病気の早期発見・早期診断のコツは、「症状がなくてもきちんと検査や健診を受けること」です！



内科常勤医  
八木 周 先生



## これだけは知っておきたい！小児科看護師に学ぶ よくある子どもの病気と 家庭での対応



子育て支援センター主催のあそびの広場で実施している「子育て講座」が2月9日(火)に行われ、「子どもの病気を知ろう」と題し、当院の小児科看護師が講師として参加しました。

知っておきたい子どもによくある病気の諸症状の原因や家庭でできる対応などについてまとめました。



### 子どもによくある病気の諸症状

### 家庭での対応

#### 発熱

子どもの場合は、体温が37.5度以上で発熱と考えます。機嫌がよければあわてて受診する必要はありません。

- ✓ こまめな水分補給(脱水注意!)
- ✓ 暑い時は薄着、寒いときは温かく
- ✓ 熱が高い時は、首の周り、脇の下、足の付け根を冷やす



#### 熱性けいれん

急に高い熱が出たときに白目をむく、口から泡を吹きよだれが垂れる、口元がひくつく、腕や足がリズムカルに動くなどの症状が見られます。通常10分以内におさまります。

- ✓ 衣類の首回りを緩め、平らで広い安全なところに寝かせる
- ✓ けいれんが10分以上続く場合は救急車
- ✓ けいれんが止まっても意識がはっきりしない、視線が合わないなど様子がおかしい場合はすぐに受診

#### 咳

鼻から吸い込んだホコリやダニ、煙、ウイルスなどから肺を守ろうとする体の反応です。咳で寝付きが悪い場合は、受診をおすすめします。

- ✓ 鼻水をかむ、吸い取る
- ✓ 保湿、加湿をして痰を出しやすくする



#### 嘔吐・下痢

原因は「おなかの風邪(急性胃腸炎)」が多いです。嘔吐、下痢はおなかに入った有害物を出す働きと考えるので、無理に止めるのはおすすめできません。

- ✓ 吐き気がある時は、上体をやや高くして寝かせ、顔を横向きにする
- ✓ 吐き始めの3~4時間は無理に飲ませたり、食べさせたりしない
- ✓ 水分を与える時は、こまめに少量ずつ(イオン飲料などがよい)

### 感染ルートを知ろう！

【**飛沫感染**】感染者の咳やくしゃみの“しぶき(飛沫)”を吸い込むことで感染  
〔インフルエンザウイルス、溶連菌、アデノウイルスなど〕

【**接触感染**】感染や病原体がくっついたものに触れることで感染  
〔大腸菌、インフルエンザウイルス、RSウイルス、水痘ウイルス、アデノウイルスなど〕

【**空気感染**】病原体が空気の流れによって漂いながら広がることで感染  
〔水痘ウイルス、麻疹ウイルスなど〕

【**経口感染**】病原体が食べ物に付着し、それを摂取することで感染  
〔大腸菌、ノロウイルス、ロタウイルスなど〕



手洗い、うがい、マスク着用などの予防をしっかりと、調子の悪いときは無理をさせず、ゆっくり休ませましょう！

