

# 広報ちゅうざん

12月号

2006.12.1 発行

ちゅうざん病院

〒904-2151

沖縄市松本6丁目2番地1号

電話 982-1346 FAX 982-1347



## 12月号 目次

巻頭の挨拶(2頁)

介護保険サービスについて(3頁)

風邪のセルフケア(4頁)

/ロウウィルスについて(5~6頁)

平成18年10月の入退院状況(6頁)

## 歴史と日常性

ちゅうざん病院 理事長／院長 今村 義典

今年も師走となり、一年を振り返ると、四月に病院が北谷町から沖縄市に移転したことは 4 半世紀（25 年目）の大きな節目として病院の歴史に刻まれることであります。

節目節目を大切に、進歩を重ねていくことが、良い歴史を作っていくことかと思えます。歴史認識を持って生活することは、将来に向けて人生を大切に生きることです。高坂正顕さんは歴史について「歴史の世界は永遠の過去に没し去って行く世界である。それは自由にならない出来事である。しかしその必然の過去から新しい生命、自由なる行為が生まれてくる」と述べています。

受験勉強優先による歴史教育の必修逃れという高校教育の歪みが問題化されています。歴史教育ばかりでないと考えられる節も沢山あります。

今年も多くの問題がありました。無抵抗な子供や老人にたいする無情な殺人、いじめによる生徒や教師の自殺の増加などは、戦後 60 年の教育の歪みが現れてきているように感じられてなりません。教育基本法の見直しでは、わが国の教育の歴史を踏まえて人を育てることの本質を見直してもらいたいものです。

歴史教育の中でも特に世界史は、グローバル化の進む時代にこそ教養・常識として必修の基礎知識であると思えます。

かつて大学に勤務している時期、日中友好協会の二人の若い中国人医師の研修を一年間引き受けたことがあります。古代から近代までわが国と中国との歴史的交流には好ましい関係がたくさんありましたので、親しみをこめて話題にしました際、中国の歴史を殆ど知らないのには唖然とし、現代中国の歴史教育の歪みを感じたものです。外国語は優秀でも常識の中身の薄いエリートもどきが国際的に通用するのか心配になります。

北朝鮮の拉致問題に関連する出来事として、韓国ドラマ「宮廷女官チャングムの誓」の中で、王直属の内侍府の役人が人を密かに処分するのに袋を被せて拉致する方法が演じられ、帰国者の曾我ひとみさんの証言と実によく似ていて、朝鮮の伝統的拉致の方法かとさらに興味をそそられました。歴史は、現在のその国や出来事を理解するのに大変参考になります。

橋本五郎氏は「歴史から何を学ぶべきか。それは今に生きる私たち自身の問題なのです。」と歴史の中の日常性を述べています。

年の瀬を迎え、新しい年に向け、良い歴史の 1 ページをめくりたいものです。



## 介護保険サービスについて



医療相談室

退院へ向け準備をする際、『介護保険』という言葉を目にしたことはありませんか？常時の介護までは必要ないが、日常生活に支援が必要な状態になったときや常に介護が必要になったときに介護保険は申請、利用が出来ます。サービスを上手に利用して快適な在宅生活を送っていくために、今回は介護保険のサービスについて紹介していきたいと思います。

### ☆在宅サービス☆

通所	通所介護(デイサービス)	食事・入浴などの日常生活上の支援や生活行為の向上のための支援を日帰りで行ないます
	通所リハビリテーション(デイケア)	食事、入浴などの日常生活上の支援や生活行為の向上のためのリハビリテーションを日帰りで行ないます
訪問	訪問介護(ホームヘルプ)	ホームヘルパーが自宅を訪問し、入浴・排泄・食事などの身体介護や調理・洗濯などの生活援助を行います
	訪問入浴介護	浴槽を積んだ入浴車などで自宅を訪問して入浴の介助をします
	訪問リハビリテーション	自宅での生活行為を向上させるために、理学療法士や作業療法、言語聴覚士が訪問によるリハビリテーションを行ないます
	訪問看護	看護師や保健士が訪問して、療養上の世話や診療の補助を行います
	居宅療養管理指導	医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などが訪問し、療養上の管理や指導を行います

### ☆自宅での生活を支えるその他のサービス☆

福祉用具貸与	日常生活の自立を助けるための福祉用具の貸与をします
福祉用具販売	入浴や排泄などに使用する福祉用具を購入した場合に費用を支給します
住宅改修費の支給	手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をした際、20 万円を上限に費用を支給します
短期入所生活介護 / 療養介護(ショートステイ)	福祉施設や医療施設に短期入所して、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます
特定施設入所者生活介護(有料老人ホーム、ケアハウス)	有料老人ホームなどで、食事、入浴などの介護や機能訓練などを受けます

### ☆施設サービス

介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)	常時介護が必要で自宅での生活が困難な方が入所して、日常生活上の支援や介護を受けられます
介護老人保健施設(老人保健施設)	状態が安定している人が在宅復帰できるよう、リハビリテーションを中心としたケアを行ないます
介護療養型医療施設	長期の療養を必要としている方のための医療施設です

\* 介護利用には申請手続きが必要です。詳しくは医療相談室か病棟スタッフまでお尋ね下さい。

# 風邪のセルフケア

3B 病棟看護師 安慶田 充

## 風邪ってどんな病気？

寒さが増して、空気も乾燥し、今年も風邪の季節がやってきました。身近なこの病気を私たちは『風邪』と言いますが、実は風邪というのは病名ではありません。正式には『風邪症候群』といい、呼吸器系の急性炎症の総称です。風邪の原因の約 8～9 割はウイルス感染によるものです。いわゆる風邪の症状は、呼吸するとき鼻から入った空気中のウイルスが鼻や喉の粘膜で炎症を起こすことであらわれます。人によって症状が異なるのはウイルスの違いや感染した場所によって症状が異なるからです。炎症が鼻の粘膜で起きると鼻水や鼻づまりになり、炎症が喉から気管支で起きると喉の痛みや咳などの症状が出ます。

## 風邪とインフルエンザの違いは？

風邪の主なものは普通感冒とインフルエンザ(流行性感冒)です。普通感冒が、私達が風邪と呼んでいるものです。鼻水・咳・喉の痛みなどの症状があり、発熱しても 37 度台。一般に症状は軽く、1 週間ほどでよくなります。インフルエンザは、感染力の強いインフルエンザウイルスという特定のウイルスが原因で起こるもので、寒気やだるさ・頭痛や筋肉痛など全身の痛みで始まります。風邪に比べ急に 38 度以上の高熱が出ます。1 月から 3 月に流行する事が多く、感染力が強いために、吐き気や下痢などの重い症状が出ることもあります。

## 風邪をひく人とひかない人

風邪やインフルエンザのウイルスは接触感染や飛沫感染・空気感染をしますが、同じ場所にいるでも風邪をひく人とひかない人がいます。また、風邪をひいてもすぐに治る人と、症状が重くなる人がいます。これは免疫力の差です。免疫力が高ければ、ウイルスが体内に入っても少しくらいでは風邪にはなりませんし、ひいたとしてもすぐに症状をおさえられます。しかし、免疫力が低下していると、ウイルスに感染しやすくなります。病院で出される薬や市販の風邪薬は、風邪の諸症状をやわらげる対症療法としての薬です。鼻水がひどければ鼻水を止める薬、咳がひどければ咳止め、高熱なら解熱剤というように症状に合わせたものになっています。今のところ、風邪やインフルエンザのウイルスに直接働きかける薬や治療法はありません。風邪は自分の免疫力でしか治せないのです。普段から免疫力のつく規則正しい生活をする事が重要です。

## 風邪は万病のもと！

風邪をきっかけに慢性病が悪化する場合も。糖尿病・心臓病・慢性の呼吸器疾患などのある人は風邪の予防を心がけてください。とくにお年寄りや、寒くなると気管支炎や肺炎にかかる人が増えます。老人は少し食欲が落ちたというだけで、肺炎にかかっていることもあります。風邪を軽く考えず、小さな症状も見過ごさないようにすることが大切です。



# 「ノロウイルスについて」

栄養部 又吉 由乃

ノロウイルス (Norovirus) とは、非細菌性急性胃腸炎を引き起こすウイルスの一種です。流行は 11 月～1、2 月がピークで、酸・アルコール・熱・低温・塩素・乾燥にも強いのが特徴です。

## 《症状》

腹痛・下痢、嘔気・嘔吐などがあり、特に嘔吐が突然、強烈に起きるのが特徴です。ウイルスに感染し発症する率は 70～40%で、不顕性感染(感染して下痢症状等はなくウイルスを排出している場合)が 30%ほどあると言われています。冬期に、家族や職場の同僚が下痢症状を起こしているときは、自身も感染している可能性があることを意識しましょう。



## 《感染源》

一番多いのがカキやその他の二枚貝(シジミ、アサリ、ハマグリ等)です。カキは加熱を十分行い(85℃1分以上)、加熱用のカキは生で食べないようにしましょう。また調理人より食品や飲料水が汚染された場合や井戸水が原因となることもあります。感染が疑われる場合は素手で調理を行わないようにし、なるべく調理を避けるようにしましょう。

## 《予防対策》

- ・ 施設を出入りする際や、排便後、食前に徹底した手洗いを行いましょう。手洗い後は手ぬぐいを用いず、ペーパータオルを使用しましょう。
- ・ トイレ、トイレの蓋、ドアノブ、手すり、娛樂室内などの多くの人が触れるものは毎日消毒を行いましょう。
- ・ 下痢便、吐物の処理時には必ずマスク、手袋など保護具を着用しましょう。
- ・ 汚物処理室、洗濯室等の汚染物が存在するところには専任の人のみ入室し、他の人は入らないようにしましょう。また室から出るときは手洗い、手指の消毒を行いましょう。
- ・ 室内の消毒は 70%エタノールで浸すように 3 回拭くとよいでしょう。

# 「ノロウイルスについて」・・続き

## 《発生時の有症者の対応》

- ・ 個室に移し、マスク・手袋は患者ごとに交換し、手洗い、手指の消毒を行いましょ。
- ・ 使用するトイレは固定し、未発症者が使用しないようにします。
- ・ トイレ使用後は便座、ドアノブ等の手が触れる場所を次亜塩素酸ナトリウム（ハイター）で消毒します。
- ・ 娯楽室の使用、部屋間の交流を禁止し、面会も制限するか場所を限定します。
- ・ 糞便、吐物の取り扱いに注意し、必ず消毒を行いましょ。

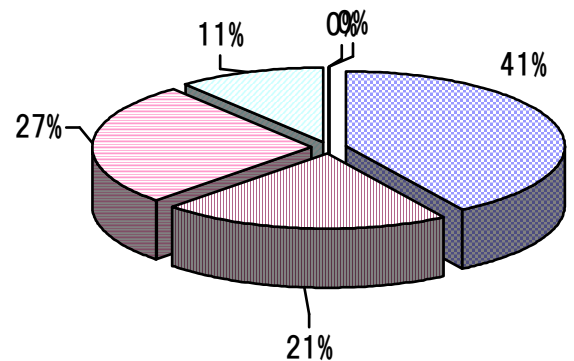
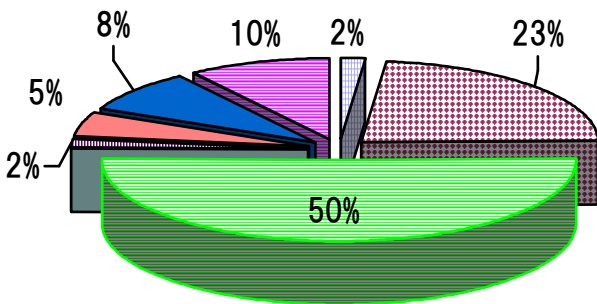
# 手洗いは最重要の予防対策です！



## 【平成18年11月 入退院状況】

【入院患者数:61名】

【退院者数:56名】



- |             |             |
|-------------|-------------|
| ■ 公立病院等(北部) | ■ 公立病院等(中部) |
| ■ 民間病院      | □ 大学病院      |
| ■ 施設        | ■ クリニック・医院  |
| ■ 自宅        | ■ ショートステイ   |

- |        |           |
|--------|-----------|
| ■ 自宅   | ■ 転院      |
| ■ 施設入所 | □ ショートステイ |
| ■ 死亡   | ■ その他     |

**皆様へご協力のお知らせ**  
 年末年始など、外出や外泊の予定のある方は、配食の調整を行いますので病棟職員までご連絡下さい。

広報ちゅうざん  
 (2006年第12号)  
 発行:ちゅうざん病院  
 広報委員 編集:安里 優子