



県立十日町病院便り

2018.8.1

県立十日町病院広報誌



病院の理念「命の尊厳・信頼と安心の病院」を目指して

- ・患者さんを中心とする医療の展開と、安全管理に努めます
- ・高度医療の充実と、救命救急医療の機能強化に努めます
- ・地域の中核的な病院として、他の医療施設との連携に努めます
- ・優しさと思いやりのある接遇と、医療技術の研鑽に努めます
- ・安らぎと潤いのある、快適な療養環境の提供に努めます
- ・改善に積極的に取り組み、経営の健全化に努めます

食中毒 (food poisoning) に注意！

6～8月は細菌が原因となる食中毒が多く発生します。

食中毒を防ぐには原因となる細菌を「つけない」「増やさない」「殺す」の三原則を守ることが大切です。

「つけない」

手洗いはしっかりと
食器は清潔に



「増やさない」

食品は冷蔵庫に



「殺す」

しっかり加熱



原因となる細菌のうち、代表的なものを紹介します。

・腸管出血性大腸菌 (O157 や O111 など)

牛や豚などの家畜の腸の中にいます。腹痛や水様の下痢、出血性の下痢を引き起こします。肉を生で食べたり、加熱不十分な肉を食べたりすることによって食中毒を発症します。乳幼児や高齢者などは重症化し、死に至る場合もあります。

・カンピロバクター

牛や豚、鶏、猫や犬などの腸の中にいます。肉を生で食べたり、加熱不十分で食べたりすることによって、食中毒を発症します。吐き気や腹痛、水のような下痢が主な症状で、初期症状では、発熱や頭痛、筋肉痛、倦怠感などがみられます。

・サルモネラ属菌

牛や豚、鶏、猫や犬などの腸の中にいる細菌です。牛・豚・鶏などの食肉、卵などが主な原因食品となるほか、ペットやネズミなどによって、食べ物に菌が付着する場合があります。激しい胃腸炎、吐き気、おう吐、腹痛、下痢などの症状が現れます。

・セレウス菌

河川や土の中など自然界に広く分布している細菌です。土がつきやすい穀類や豆類、香辛料などが主な感染源となり、チャーハンやスパゲティ、スープなどが原因食品となります。熱に強く、加熱による殺菌が難しいのが特徴です。ただし、少量では発症しないため、菌を増やさないことが予防のポイントです。

・ブドウ球菌

自然界に広く分布し、人の皮膚やのにもいます。調理する人の手や指に傷があったり、傷口が化膿したりしている場合は、食品を汚染する確率が高くなります。菌が増殖し、毒素がつくられると食中毒を引き起こします。ブドウ球菌は、酸性やアルカリ性の環境でも増殖し、つくられた毒素は熱にも乾燥にも強いという性質があります。汚染された食物を食べると、3時間前後で急激におう吐や吐き気、下痢などが起こります。

・ウエルシュ菌

人や動物の腸管や土壌などに広く生息する細菌です。酸素のないところで増殖し、芽胞を作るのが特徴です。下痢と腹痛が主な症状として現れます。カレー、煮魚、麺のつけ汁、野菜煮付けなどの煮込み料理が原因食品となることが多く、対策としては、加熱調理した食品の冷却は速やかに行い、室温で長時間放置しないことです。また、食品を再加熱する場合は、十分に加熱して、早めに食べることがポイントです。

政府広報オンラインより転載 <https://www.gov-online.go.jp/index.html>

(by T.S)



四季の彩 (夏)

熱中症 (heat illness) にも注意！



熱中症とは？

熱中症とは「暑熱環境における身体適応の障害によって起こる状態の総称」です。ヒトは恒温動物で、その深部体温は 37℃前後に厳密に維持されています。屋内外を問わず暑熱環境下に長時間おかれると、最終的に体温の上昇を制御できなくなり臓器障害が生じます。暑熱による諸症状を呈するもののうち、他の原因疾患を除外したものを熱中症と診断します。

好発時期は？

熱中症は高温や多湿が原因となりますが、好発季節は、梅雨明け後の 7 月～8 月と言われます。国立衛生研究所によると、25℃あたりから患者が発生して段階的に増え、31℃を超えると急増すると報告されています。

治療は？

熱に弱い臓器は、脳、肝臓、腎臓、凝固系ですが、死因となるのは循環不全、後遺症として残るのは中枢神経障害です。熱中症はまず疑うことが重要で、暑熱環境下（あるいは居たあと）の体調不良はすべて熱中症の可能性があります。図に示すのが、症状に応じた治療法です。参考にしてみてください。

	症状	重症度	治療	臨床症状からの分類
I 度 (応急処置と見守り)	めまい、立ちくらみ、生あくび、大量の発汗、筋肉痛、筋肉の硬直(こむら返り)、意識障害を認めない (JCS=0)		通常は現場で対応可能 →冷所での安静、体表冷却、経口的に水分と Na の補給	熱失神 熱けいれん
II 度 (医療機関へ)	頭痛、嘔吐、倦怠感、虚脱感、集中力や判断力の低下 (JCS ≤1)		医療機関での診察が必要 →体温管理、安静、十分な水分と Na の補給 (経口摂取が困難なときには点滴にて)	熱疲労
III 度 (入院加療)	下記の 3 つのうちいずれかを含む (C) 中枢神経症状 (意識障害 JCS ≥2、小脳症状、痙攣発作) (H/K) 肝・腎機能障害 (入院経過観察、入院加療が必要な程度の肝または腎障害) (D) 血液凝固異常 (急性期 DIC 診断基準にて DIC と診断) →III 度の中でも重症型		入院加療 (場合により集中治療) が必要 →体温管理 (体表冷却に加え、体内冷却、血管内冷却などを追加) 呼吸、循環管理、DIC 治療	熱射病

「熱中症診療ガイドライン 2015 日本救急医学会」 より



十分気をつけてお過ごしください！

(by Y.K)



地域連携室からのお知らせ

十日町病院では、医療ソーシャルワーカー（MSW）と退院調整看護師入院早期から退院後の生活を見据え、患者様・ご家族の不安やご希望を共に考え、退院に向けての支援をさせていただきます。

***病気になる…入院すると… このような不安はありませんか？**

- ・退院後の生活に不安がある
- ・他の病院への転院について
- ・施設入所について
- ・介護保険の利用について
- ・障害者手帳や公費医療制度について知りたい
- ・医療費の支払いについて不安や不明なこと

入院中に足腰の筋力が低下し、今の状態で退院になったらどうしたらいいのか…

医療処置（点滴、酸素、人工肛門等）をしままで退院になるけど大丈夫かな…

一人暮らし（子供さんは遠方）だが今までのように生活できるか…

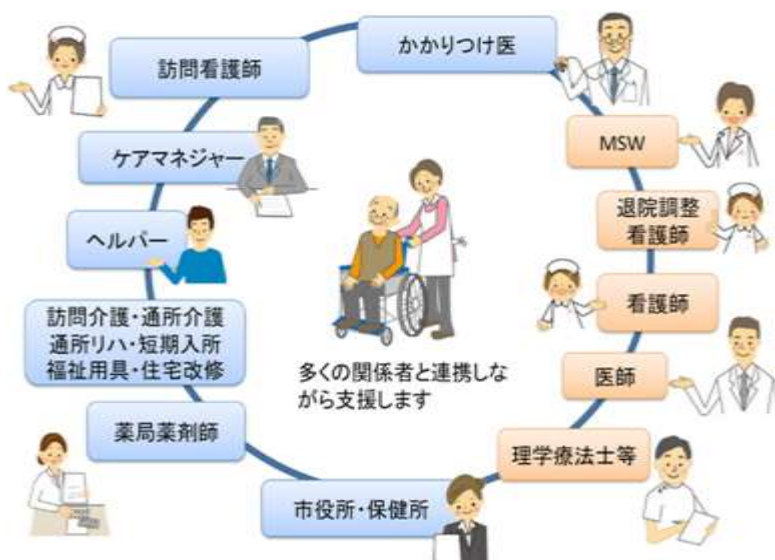
介護が必要になりそう、初めてでどうしたらよいか…



地域連携担当者（MSWと退院調整看護師）が、院内外のスタッフと連携をとり、退院に向けてのお手伝いをさせていただきます。

お手伝いの内容

- ・地域の担当者と連絡を取り合い、退院後のサービスなどの調整を図ります。
- ・必要に応じて、地域の担当者の方から病院に来ていただき、退院に向けた話し合いをします。
- ・介護保険や障害福祉サービスの制度についてその他医療や福祉制度についてご案内します。
- ・他病院や施設への退院についての相談や調整を行います。



外来・病棟看護師に
お声かけください



お問い合わせ・ご相談は 十日町病院
 「地域連携室」 富澤里子
 外来棟1階（外来正面玄関 右）
 ☎025-757-5566（病院代表）



受付時間
通常 8 : 30 ~ 11:00

診療科一覽表

平成30年8月1日現在

受付終了時間が異なる診療科は、
整形外科・外科 8 : 30 ~ 10:00
小児科 8 : 30 ~ 10:30



科別	担当別	月	火	水	木	金
内科	新患	堀 好寿	齋藤 悠	角道 祐一	田中 友美	兼藤 努 大学医師(小泉) (隔週)
	A 06	丸山 弦	丸山 弦	堀 好寿	堀 好寿	循環器内科 松尾 祐治
	A 07	松尾祐治	田中 友美	(第1・3) 田中 友美 (第2・4) 臨時医師 (大淵)	齋藤 悠	齋藤 悠
	A 08	兼藤 努	腎臓内科	吉嶺文俊	消化器内科	内分泌(第1・3) 心血管外科 (第2・4)
	腹・頸部超音波 A05	(エコー) 廣田 菜穂子	角道 祐一	(エコー) 兼藤 努	(エコー) 技 師	(エコー) 角道 祐一
	その他			巡回診療 吉嶺文俊/田中友美	呼吸器内科 大学医師(隔週) (高田/長谷川) 【神経内科外来】	臨時医師(清野) 【眼科外来】
	内視鏡	午前 大学医師 午後 廣田菜穂子/兼藤 努			大学医師 兼藤 努/齋藤 悠	廣田 菜穂子 大学医師
外科	新患 A01	福成博幸	福成博幸	林 哲二	渡邊明美	林 哲二
	再診 A02				福成博幸	
整形外科	1診 B13	村岡 治	大学医師(谷藤) (第2火曜休診)	秦 命賢	大学医師	第3 大学医師(溝内) 第4 臨時医師(中國) (不定期)
	2診 B12	井瀨慎弥	井瀨慎弥	村岡 治	村岡 治	井瀨慎弥
	3診 B11	秦 命賢				秦 命賢
産婦人科	婦人科 C24	小菅直人	小菅直人	小菅直人	小菅直人	小菅直人
	産科 C22			大学医師	魚沼基幹病院医師	
小児科	D38	金山哲也	幾瀬 樹	(第1・3・5) 金山哲也 (第2・4) 幾瀬 樹	魚沼基幹病院医師	金山哲也
脳外科	B15	河野充夫	河野充夫		河野充夫	大学医師
泌尿器科	D33	大学医師		大学医師		大学医師
耳鼻咽喉科	D31	魚沼基幹病院医師	大学医師	魚沼基幹病院医師	臨時医師(浅野)	大学医師
神経内科	B16		大学医師	臨時医師(山崎)		大学医師
歯科口腔外科		中村貴文	中村貴文	中村貴文	中村貴文	中村貴文
		岡本祐一	岡本祐一	岡本祐一	岡本祐一	岡本祐一
麻酔科【病棟】		肥田誠治	肥田誠治	肥田誠治	肥田誠治	肥田誠治

【 受付時間 】 午前8時30分～午前11時
 歯科口腔外科(予約制) 午前8時30分～午前12時/午後1時30分～午後4時
 原則紹介状をお持ちの方

【 特殊外来 】
 小児科 小児慢性疾患(毎日) 午後2時30分
 乳児健診(毎週木曜日) 午後2時30分
 1ヶ月健診(毎週火曜日) 午後1時30分
 予防注射 午後2時30分
 内科 ペースメーカー外来(第1金曜日) 午後1時
 産科 助産外来(毎週木/第1・3金曜日) 午後1時～4時
 1ヶ月健診(毎週火曜日) 午後2時
 フォローアップ外来(毎週水曜日) 午後1時～3時
 母乳相談室(要相談)
 パパママ教室(第2・4金曜日) 午後1時30分～4時
 眼科 予約制(毎週金曜日) 午後2時～3時

お問い合わせ先	新潟県立十日町病院 広報委員会 〒948-0065 十日町市高田町3丁目南32-9 TEL : 025-757-5566 FAX : 025-752-3955	編集 後記	暑い日が続いております。皆様健康に気を付けて お過ごし下さい。皆様からの声で読みやすい紙面づくり をめざしてまいりますので、ご意見・ご感想を、気軽に お寄せください。 広報委員会
---------	--	----------	--

