

西山堂慶和病院

2023年8月4日（金）発行



はじめまして！
循環器内科の
わだまよと申します



Q. 思い出の味はなんですか？

母の作るスペアリブが大好きで、誕生日には必ず作ってくれました。1人暮らしになってからは、母の手料理を食べる機会も減り、料理を毎日作ることの大変さやありがたみを感じています。

Q. 大切なものはなんですか？

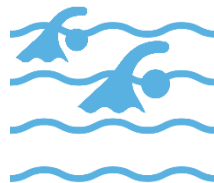
研修医時代に苦楽を共にした友人からの手紙とお守りです。私のことを気にかけてくれる最高の親友に出会えてよかったです。

Q. お気に入りの時短メシについて教えてください。

味噌とチーズを入れて食べる「蒙古タンメン中本辛旨飯」です。マイルドな辛さに食欲をそそられます。



4年ぶりに
せせらぎ会が
行われました



「せせらぎ会」は、昭和63年6月に設立された貞心会グループの糖友会であり、その名称は、西山堂病院のある「常陸太田」＝「水がきれい」であるとの思いから名付けられたものです。

年に3~4回の頻度で行われる日帰り旅行や料理教室などを通して、糖尿病の患者様同士が病気や治療に関する悩みごとを共有する場となっています。

新型コロナウイルス感染症の流行のため、平成31年から実に4年ぶりの開催となった今回は、糖尿病や脳卒中にまつわる講話に耳を傾けたり、リハビリスタッフの動きに合わせ、参加者全員で体操をしたり、めんたいパークで工場見学をするなど、密度の濃い一日となりました。



西山堂病院

新型コロナウイルス感染症の5類感染症移行後の対応について

新型コロナウイルス感染症の位置づけは、これまで、「新型インフルエンザ等感染症（いわゆる2類相当）」としていましたが、令和5年5月8日から「5類感染症」になりました。

変更ポイント

- ・政府として一律に日常における基本的感染対策を求めることはありません。
- ・感染症法に基づく、新型コロナ陽性者及び濃厚接触者の外出自粛は求められなくなります。
- ・限られた医療機関でのみ受診可能でしたが、幅広い医療機関において受診可能になります。
- ・医療費等について、健康保険が適用され1割から3割は自己負担いただくことが基本となりますが、一定期間は公費支援を継続します。

新型インフルエンザ等感染症(2類相当)と5類感染症の主な違い

	新型インフルエンザ等感染症	5類感染症
発生動向	<ul style="list-style-type: none"> ・法律に基づく届出等から、患者数や死亡者数の総数を毎日把握・公表 ・医療提供の状況は自治体報告で把握 	<ul style="list-style-type: none"> ・定点医療機関からの報告に基づき、毎週月曜日から日曜日までの患者数を公表 ・様々な手法を組み合わせた重層的なサーベイランス（抗体保有率調査、下水サーベイランス研究等）
医療体制	<ul style="list-style-type: none"> ・入院措置等、行政の強い関与 ・限られた医療機関による特別な対応 	<ul style="list-style-type: none"> ・幅広い医療機関による自律的な通常の対応 ・新たな医療機関に参画を促す
患者対応	<ul style="list-style-type: none"> ・法律に基づく行政による患者の入院措置・勧告や外出自粛（自宅待機）要請 ・入院・外来医療費の自己負担分を公費支援 	<ul style="list-style-type: none"> ・政府として一律に外出自粛要請はせず ・医療費の1割～3割を自己負担 入院医療費や治療薬の費用を期限を区切り軽減
感染対策	<ul style="list-style-type: none"> ・法律に基づき行政が様々な要請・関与をしていく仕組み ・基本的対処方針や業種別ガイドラインによる感染対策 	<ul style="list-style-type: none"> ・国民の皆様の主体的な選択を尊重し、個人や事業者の判断に委ねる ・基本的対処方針等は廃止。行政は個人や事業者の判断に資する情報提供を実施
ワクチン	<ul style="list-style-type: none"> ・予防接種法に基づき、特例臨時接種として自己負担なく接種 	<ul style="list-style-type: none"> ・令和5年度においても、引き続き、自己負担なく接種 ○高齢者など重症化リスクが高い方等：年2回（5月～、9月～） ○5歳以上のすべての方：年1回（9月～）

基本的感染対策の考え方について

- ・基本的感染対策について、政府として一律に対応を求めることはありません。
- ・感染対策の実施については個人・事業者の判断が基本となります。
- ・基本的感染対策の実施に当たっては、感染対策上の必要性に加え、経済的・社会的合理性や、持続可能性の観点も考慮して、感染対策に取り組んでください。

<考慮に当たっての観点>

- ・ウイルスの感染経路等を踏まえた期待される対策(※)の有効性
- ※飛沫感染対策か、エアロゾル感染対策か、接触感染対策かなど
- ・実施の手間・コスト等を踏まえた費用対効果
- ・人付き合い・コミュニケーションとの兼ね合い
- ・他の感染対策との重複・代替可能性など

<マスク着用が効果的な場面>

高齢者等重症化リスクの高い者への感染を防ぐため、マスク着用が効果的な下記の場面ではマスクの着用を推奨しています。

- ・受診時や医療機関・高齢者施設などを訪問する時
 - ・通勤ラッシュ時など混雑した電車・バスに乗車する時
- ※事業者の判断でマスク着用を求められる場合があります。

介護老人保健施設 はすみ敬愛

〔新茶を楽しむ会〕～看護課

新茶の季節という事で レクリエーションの一つとして利用者様に「あんこだま」を作って召しあがっていただきました。管理栄養士も参加し 利用者の皆様が作りやすいようにゆっくりと実施しました。出来上がったあんこだま は、とてもやさしい味で スッキリとした古内茶との相性がとても良かったです。



お茶は「古内茶」で城里町で作られているお茶です。「奥久慈茶・猿島茶」と並ぶ茨城三大銘茶に数えられています。すっきりとした味わいです。

〔手作りおやつ〕～栄養課



あじさいゼリー

クリームソーダゼリー

生クリームを飾っています

ジメジメとした梅雨になり 清涼感のあるおやつを提供していこうと お楽しみ会では、「あじさいゼリー」「クリームソーダゼリー」を手作りいたしました。「あじさいゼリー」の白い部分は杏仁プリンです。「クリームソーダゼリー」はメロンシロップとアップルジュースを合わせてゼリーをつくりその上に生クリームを飾りました。

～パッチワークキルト完成！～通所リハビリ

令和3年5月から利用者様が4人で始めたキルト。少しずつ縫っていき紡ぎ合わせ、今年の6月に完成しました。かわいらしい素敵な作品です。横178センチ 縦118センチの大きさです。



ひたちの中央クリニック

感染症トピックス

～ 麻しん(はしか)の免疫は付いていますか ～

今年4月、「インド」に渡航した茨城県内居住者が「麻しん(はしか)」陽性と確定され、その後、5月に東京都内で2人の感染が確認されましたが、2人に面識は無く、共通することとしては、**4月に感染した茨城県内の感染者と同じ新幹線の同じ車両に乗車**していたことから、東京都はこのことが原因で2人が感染したと見ており、その後も国内で数名の発生が確認されています。麻しんは、空気・飛沫・接触など様々な感染経路を持つため、感染が拡大しやすい感染症で、国内発症数は少数ですが、厚生労働省がWHO(世界保健機関)の麻しん報告件数(2022年10月から2023年3月)を公表しており、**一番多く発生しているのが今回渡航先の「インド」**で、半年で68,400件発生しており、世界では流行している感染症の一つとされています。



麻しんの潜伏期間は約10～12日間(長くて3週間程度)で、その後に発熱が2～4日間ほど続き、倦怠感・喉痛・鼻水・咳など、風邪に似た症状が現れ、一旦落ち着いた後、再び高熱と全身に発疹が広がり、3～4日程度で症状は改善して行きます。**治療には抗ウイルス薬は存在しないため、その症状に合った薬物療法、熱などによる脱水対策の点滴治療などの対処療法が主となります。**



麻しんは**感染力が非常に強く、特に空気感染は手洗いやマスク等では予防が困難**で、免疫が無い人が感染者と同じ狭い空間にいた場合は、ほぼ感染すると思って下さい。予防はワクチン接種で免疫を付けること以外に有効な手段が無く、逆に、**免疫が有れば感染するリスクは低下します**。統計では、ワクチンの**2回接種により97%～99%以上の免疫が付く**とされており、一度免疫が付くと長期で持続する(一生とも言われています。)とされており、ワクチン接種は、年代によって異なりますので、以下を参照下さい。また、母子手帳を確認する事もお勧めします。

INFORMATION

【年代別ワクチン接種回数目安】

- ① 昭和47年9月30日以前生まれ …… **接種していない可能性が高い年代**です。
→ 感染によって免疫を持っている人以外は**2回のワクチン接種をお勧め**します。
- ② 昭和47年10月1日～平成2年4月1日生まれ …… **定期接種が1回**の年代です。
→ これまでに合計**2回の接種を受けていなければ、追加接種をお勧め**します。
- ③ 平成2年4月2日～平成12年4月1日生まれ …… 接種率が低い年代で、**2回目の接種特例措置に相当する年代**です。
→ 1回の接種しか受けていなければ、追加接種をお勧めします。
- ④ 平成12年4月2日以降生まれ …… **定期接種が原則2回**の年代です。
→ 2回の接種を受けていなければ接種をお勧めします。



免疫の有るか無いかは抗体検査で判りますので、一度、機会があれば行って見ては如何でしょうか。当院でも行っております(予約なし)ので、ご希望される方は、お近くのスタッフに声を掛けて下さい。

クリニックからのお願い

～ 引き続き感染対策にご協力下さい ～

5月8日に、新型コロナウイルスの分類が「2類相当」から「5類」に引き下げられました。分類は変わりましたがウイルスが変わったわけではありませんので、院内での感染拡大防止の観点から、引き続き現在の感染対策を継続させて頂いております。

- ご来院されるすべての方(患者様、付添者様)への、**マスク着用協力**のお願い
 - ご来院されるすべての方(患者様、付添者様)への、**体温測定・手指消毒**の実施
 - 風邪症状の方も含めた感染症を疑う患者様への、**お車や特設施設での動線を分けての待機・診察**
- 当院をご利用されている患者様に、安全かつ安心して診察が受けられる様に努めてまいりますので、引き続きのご理解とご協力をお願い致します。

