



# インフルエンザ予防を！

事務部 医事課

インフルエンザが流行る季節になってきました。インフルエンザはとてもつらい症状が続いたり、学校や仕事を休まなければならなくなったりと、できればかかりたくない病気ですね。

## 普通の風邪とインフルエンザはどう違う？

普通の風邪は、鼻やのどの急性炎症の総称です。1年を通して発症し、経過がゆるやかで、発熱も軽度であり、咳やのどの痛み、くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどの症状が主に見られます。風邪を起こすウイルスは、その数200種類以上とされています。

一方、インフルエンザはインフルエンザウイルスを原因とする感染症で、1～3月の冬季にピークを迎える流行性を持っています。約1～3日の潜伏期間を経て、38℃以上の高熱を伴って急激に発症し、全身倦怠感、食欲不振などの全身症状が強く現れます。その後、やや遅れて咳やのどの痛み、鼻水、吐き気、腹痛などの症状が現れることもあります。お子様ではまれに急性脳症を、ご高齢の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴う等、重症になることがあります。

症状が出ている期間は1～3日程度といわれておりますが、体力や体調などによって延びることもあります。潜伏期間から症状消失まで全体で10日程度を要する病気です。

## なぜ冬に流行するの？

冬はインフルエンザウイルスが生存しやすい環境です。インフルエンザウイルスは気温20℃以下、湿度20%程度を好みます。逆に気温30℃、湿度50%を超えるような高温多湿な環境下では、ほとんど活動できないといわれています。さらに冬場の、室内の窓を閉め切りがちな生活が、インフルエンザの蔓延を助長しているとも考えられます。

## インフルエンザの予防法

残念ながら、インフルエンザウイルスの感染を完全に防ぐことはできません。しかし、現在最も有効なインフルエンザに対する予防法は「毎年のワクチン接種」と言われています。ワクチンを接種することでかかりにくくしたり、重症化や合併症を防いだりすることも可能です。

日本では、例年12～4月頃に流行し、1月末～3月上旬に流行のピークを迎えますので、12月中旬までにワクチン接種を終えることが望ましいと考えられています。※厚生労働省：インフルエンザQ&Aより

**予防接種は予約制となっております。**

☎ 042-663-0527

(受付時間 平日8:30～17:00)

【成人・小児】水曜日/木曜日/金曜日

※水曜日に関しては対象基準有(要問合せ)

接種料金表		金額(税込)
八王子・日野・稲城 ・町田・多摩市民	65歳以上	2,500円
	65歳未満(1回目)	4,320円
	65歳未満(2回目)	2,900円
八王子・日野・稲城・町田・多摩市民以外		5,400円

**マメに 正しい手の洗い方**

手洗いの前に  
・爪は短く切っておきましょう  
・時計や指輪は外しておきましょう

- 流水でよく手をゆらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのぼすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

**マメに手洗い、マメにマスクでインフルエンザ予防！**

厚生労働省 ●さらに詳しい情報は…インフル 厚生省

医療法人社団 永生会



南多摩病院広報誌

平成30年 11月 第20号

みなみ じゅう せい  
**南 十 字 星**

発行・編集 / 南多摩病院 広報誌作成委員会 042-663-0111 (代表)

〒193-0832 東京都八王子市散田町3-10-1



多くの方に質の高い治療をするために

# 骨折・手外科センター設立

いすみやま こう  
整形外科 泉山 公



副院長・整形外科部長  
泉山 公 医師

南多摩病院は「地域の住民の方々に良質かつ安全な医療の提供」を通して地域社会に貢献することを社会的使命と考えています。本格化する少子高齢化社会、人々の健康に対する価値観やニーズが多様化する時代を迎え、一人ひとりの患者さまの権利を尊重しつつ、より安全で信頼していただける医療を目指しております。

## 整形外科で多い疾患は？

当院、整形外科受診者の最も多い疾患は、骨粗鬆症(こつそしょうしょう)および脆弱性(ぜいじゃくせい)骨折の患者です。立った状態から転倒して生じてしまう骨折を脆弱性骨折と言います。脆弱性骨折を起こす方の基礎疾患の多くは骨粗鬆症です。

太ももの骨の付け根が折れてしまう大腿骨頸部(だいたいこつけいぶ)骨折や、背骨がつぶれて背中が丸くなってしまふ椎体(ついたい)骨折、転倒した際に手をついて手首の骨が折れてしまふ橈骨遠位端(とうこつえんいたん)骨折、肩を強く打った場合に起きる上腕骨近位部(じょうわんこつきんいぶ)骨折などが代表例です。

だいたいこつけいぶ  
大腿骨頸部骨折



とうこつえんいたん  
橈骨遠位端骨折



ついたい  
椎体骨折

じょうわんこつきんいぶ  
上腕骨近位部骨折

上記のような症例を、南多摩病院の整形外科では、近医のみならず遠方からも多くのご紹介を頂いているため、医師の増員(現在、常勤医3名、非常勤医8名)やリハビリスタッフの充実をはかり、対応させて頂いております。また、入院時から他科が介入し術前評価を行い、治療成績を良好にすることで入院期間を短縮してきました。

このように、入院期間を短縮する事でより多くの救急患者の入院受け入れを行ってきましたが、現状では手術件数が多く、手術が必要でご紹介される方の受け入れも迅速に出来なくなってきています。このような問題を解決する取り組みとして、後方連携病院と協力し、また、新たにサテライトクリニックを設置し、センター化を行い対応する事に致しました。手術待機時間が長くなる場合は、連携している病院で手術を行ったり、連携先の医師が当院で手術を行っております。逆に当院医師も連携病院に赴き手術を行い、手術待機患者の減少に努めています。



### 手の外科とは？

一般整形外科のほかに「手の外科」を中心に診療を行っており、4名の手外科専門医が所属する八王子市内唯一の手外科認定基幹研修施設であります。手の外科とは、肘関節から指先までの部位に起こる病気に対して診療します。上肢の痛み、しびれ、運動障害でお困りの方は、ご相談ください。

**絞扼性神経障害**  
末梢神経が手足にいたるある部位で絞扼(圧迫)されることによって生じる神経障害の総称。



**炎症性疾患**  
繰り返す全身性の炎症を来し、多くは発熱がみられる疾患。

**変性疾患**  
細胞や組織などが徐々に変質し、ついには死滅・脱落して機能を失う疾患の総称。

絞扼性(こうやくせい)神経障害、炎症性疾患、変性疾患に対して基本的に薬物療法や注射などの保存療法を行います。難治性のものや筋肉のやせたもの、腫瘍などの物理的な要因によるものなどは手術が必要となります。肩関節も含めた上肢関節鏡を中心とした低侵襲手術、肋軟骨移植による関節再建手術も行っております。手は繊細で複雑な機能を持っているため、高度な知識と技術が必要されます。

### 他の医療機関との連携

手外科の専門性の高い技術を有した手術経験豊富な開業医に対し、自身の施設で手術が必要になった方に対し、当院の手術室を提供し手術して頂き、また、入院が必要な場合には入院ベッドも提供することで、技術の高い医師で運営されるオープンホスピタルの手外科センターを運営しております。この様な医師には当院の手術も手伝って頂いております。



連携施設の永生病院、みなみ野病院ではカルテ情報の共有化、川野病院(立川市)、たいら手の外科クリニック(日野市)、蓮村整形外科・内科(昭島市)、田中整形外科(国立市)では医師の相互提携を行っています。今後も他の病院やクリニックとも連携を深め、医師の移動を流動的にすることで受療権の損失を減少させようと考えております。常勤医と非常勤医師を合わせて11人体制で対応しております。

地域要望に応えられるように努力し、社会貢献ができればと考えております。



## MRIの素朴な疑問

医療技術部 放射線科



MRI検査の際、ありとあらゆる装着物を外さなくては行けなくてわずらわしいと感じたことはありませんか？  
検査前の着替えて、必ず外すよう指示されるヘアピンや腕時計、眼鏡、カラーコンタクト、マスク、湿布、金具のついた衣類など、...  
どうして、MRI検査室に入室する前に身につけているものを外さないといけないのでしょうか？



### 危険な装着物

MRI検査室では、検査中だけでなく常に強力な磁場が発生しており、金属をMRI検査室内に持ち込むと装置に引き寄せられ大変危険です。また、発熱によるやけどの可能性もございます。

金具のついた衣類や下着、貴金属の発熱により、肌をやけどをする可能性があります。



カイロの鉄粉やヘアピンが装置の隙間に入り込むと、MRI装置の故障の原因になる場合があります。



磁気カード、クレジットカードなどはカード内の情報が消失する場合があります。

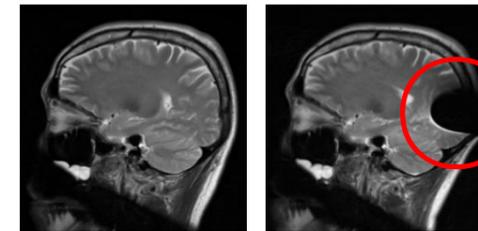


また、金属が検査の妨げになる場合もありますので、衣類や下着、装飾品などはずして検査着への着替えをお願いする場合がございます。



### ●●● 金属をつけてMRI検査すると...? ●●●

ノイズや虚像とも言い換えられる「アーチファクト」が発生し、異常所見ではない部位でも異常のように見えてしまうことがあります。特に金属を含む複合品のスキャン時に発生しやすく、測定の障害となります。



ヘアピンを付けたまま撮影したことによる頭のアーチファクト。後頭部の画像が欠損してしまいます。

MRI検査では検査着をご用意しておりますので、着替えやすい服装で来ていただければと思います。もちろん鍵付きロッカーもございます。検査内容・検査部位によってはお着替えが異なりますので、身支度等はスタッフのご案内いたします。

