

患者様から「最も信頼され選ばれる病院」を目指します。

# 摩周の風

2010.11月号 Vol.33

弟子屈町泉2丁目3番1号  
TEL015-482-2241  
JA北海道厚生連  
摩周厚生病院

## ふれあいミニコンサート

東病棟看護助手 永谷 真紀

去る10月22日に、札幌交響楽団の演奏家4名（ヴァイオリン・ヴィオラ・チェロ）が、素敵な演奏を披露して下さいました。いつもの食堂がまるで素敵なレストランみたいで、とても安らぎ、和やかな時間を過ごすことが出来ました。時折涙ぐまれる患者様もいらっしゃり、短い時間でしたが身も心も癒される時間となりました。札幌交響楽団の皆様、関係者の皆様に深く感謝しております。ありがとうございました。



## 院長コラム～晴耕雨読～

名古屋で開催されていたCOP10（生物多様性条約第10回締約国会議）が10月29日に閉幕した。この会議は生物多様性の重要性を認識し、維持・保全することが人類にとり価値あるとして国際的に協力しようとするものである。近年の人間の様々な営みが原因となり、多くの動植物を絶滅の危機にさらし、また、外来種の繁殖は生態系の変化をもたらしている。これらは、生態学上だけでなく、社会的、経済的、文化的に人間の生活と密接に関連する。医薬の上でも、途上国から原料となる動植物を持ち出し、先進国が製品化し利益を上げた場合のその分配をめぐる会議では調整が難航した。熱帯雨林などの激減。アライグマやウチダザリガニなどの外来種増加。豚・鳥インフルエンザを持ち出すまでもなく課題は数多い。人間が自然界の頂点にあって動植物をコントロールしているのではなく、人間と動植物が地球という環境で上手にネットワークを作り共存することが重要であると認識してほしい。

## ノロウイルスによる食中毒を防ぎましょう！

臨床検査技術科 能祖 千恵

例年、冬季(11～3月)にはノロウイルスによる食中毒が多く発生しています。かつては、「SRSV(小型球形ウイルス)」と呼ばれていました。

ノロウイルスは食品の中では増えず、感染した人の腸内で増殖します。感染すると、下痢をしたり、吐いたりといった胃腸炎症状が現れます。

また、感染力が強いため、感染者の便や吐物による二次感染も報告されています。

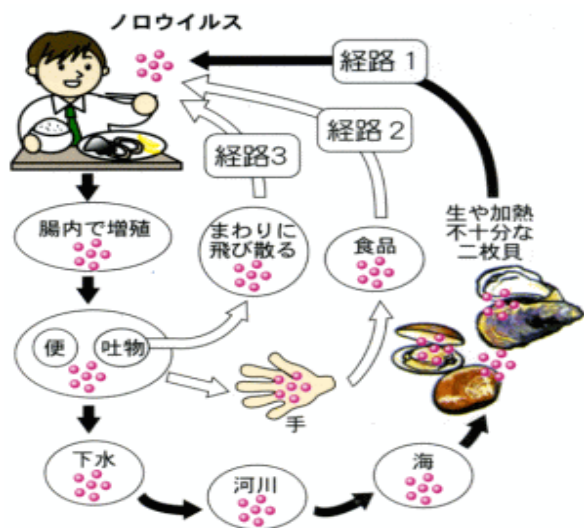
ノロウイルスに感染しないためにはどうすればいいかなど予防法についてご紹介します。

### 【感染するのはどんなとき？】

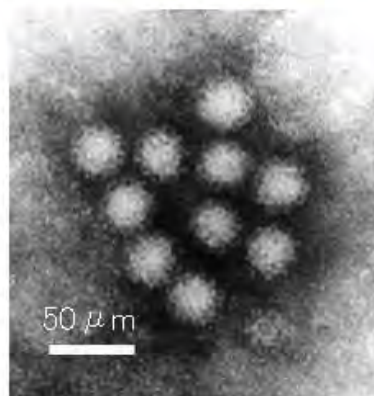
経路1 ノロウイルスに汚染された食品(生かきなどの二枚貝など)を食べたとき。

経路2 調理する人などの手を経て汚染された食品を食べたとき。

経路3 発症した人の下痢便や嘔吐物の処理をしたとき、処理が不十分だったとき。など。



ノロウイルスの電子顕微鏡写真 US,EPA提供



### 【どのような症状なの？】

ウイルスが体に入ってから24～48時間で発症します。主な症状は嘔吐、腹痛、下痢(水様性)、発熱などです。免疫は持続しないので何度でも感染します。

通常1～2日で回復しますが、幼児や高齢者では重症化することもあるので発症したら病院で診てもらいましょう。また、症状がなくなっても1週間程度ウイルスが便に排出されるといわれています。

## 【どのように予防するの？】

- ・ 手洗いで感染を予防しましょう

※ トイレの後、調理や食事の前、排泄物の処理の後など石鹼をよく泡立てて、流水で十分に洗い流します。



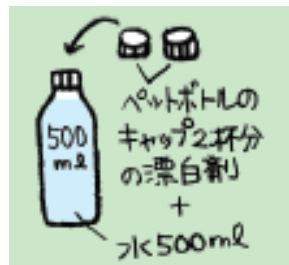
- ・ ノロウイルスの汚染が疑われる食品は85℃以上、1分以上の加熱をする。  
※ 湯通し程度の加熱ではウイルスは死にません。一度加熱した食品であっても、盛り付けるときなどに手や器具を介して汚染する場合があるので常に清潔にし、食品の扱いには最後まで注意しましょう。

- ・ 調理器具等（包丁、まな板、ふきん）は良く洗い、熱湯や消毒薬（次亜塩素ナトリウム）で十分に消毒する。

※ 逆性せっけん、消毒用アルコールはノロウイルスに対してあまり効果がありません。塩素系漂白剤を薄めて使用しましょう。

- ・ 下痢便・嘔吐物の処理をする際は直接手で触れないようにする。

※ 窓を開けるなど部屋の換気をよくして、使い捨て手袋、マスクを着用する。ペーパータオルなどで拭き取りビニール袋の口を閉じて処分する。薄めた塩素系漂白剤を浸み込ませたペーパータオルで拭く。手袋等を外して十分に手洗い、うがいをしてください。



☆☆☆☆ ノロウイルスの流行時期に協力していただきたいこと ☆☆☆☆☆

入院患者さんへの面会時は、食物からノロウイルス感染を起こす危険があるため飲食物の差し入れは、持ち込まないようお願いいたします。また、病室に入るときには、マスクを着用し、石鹼で手洗いを十分に行ってください。尚、下痢や嘔吐症状がある方の面会はお断りします。

外来受診患者さんで下痢・嘔吐症状があり受診する場合は、感染を拡大させないために速やかに受付へ申し出てください。場合によっては、別室でお待ちいただき、看護師の指示に従い専用トイレを使用していただきます。また、病院内で下痢・嘔吐した場合は、速やかに看護師までお知らせ下さい。

# 11月の診療カレンダー

日	曜	内科				外科		整形		皮膚科		内視鏡	備考
		1診		2診		午前	午後	午前	午後	午前	午後		
		午前	午後	午前	午後								
1	月	森		櫻林		村山		舩田					
2	火	森		井田	櫻林	村山		舩田				新田	
3	水												
4	木	森		井田		村山		舩田					
5	金	村上		井田		村山		舩田					
6	土												
7	日												
8	月	森		櫻林	櫻林	村山		舩田					
9	火	森		井田	櫻林	村山		舩田				新田	
10	水	森		井田	出張医	村山		舩田					
11	木	森		井田	出張医	村山		舩田					
12	金	村上		井田	出張医	村山		舩田					
13	土												
14	日												
15	月	森		櫻林	櫻林	村山		舩田					
16	火	森		井田	櫻林	村山		舩田				新田	
17	水	森		井田	出張医	村山		舩田	水元	水元			
18	木	森		井田	出張医	村山		舩田					
19	金	森		井田	出張医	村山		舩田					
20	土												
21	日												
22	月	森		櫻林	櫻林	村山		舩田					
23	火												
24	水	森		井田	出張医	村山		舩田					
25	木	森		井田	出張医	村山		舩田					
26	金	村上		井田	出張医	村山		舩田					
27	土												
28	日												
29	月	森		櫻林	櫻林	村山		舩田					
30	火	森		井田	櫻林	村山		舩田				新田	

**編集後記**

そろそろ冬の始まりですね。冬支度をしっかりして個人的にはウィンタースポーツを楽しみたいなあなんて思っています。思ってた終わりが例年のことなのですが…。

(編集委員長)

受付時間 内科 午前 8:15～11:30 午後1:15～3:45

外科 } 午前 8:15～11:30 —  
整形外科 }

皮膚科 午前 8:15～11:30 午後1:00～3:00

各科リハビリ 午前 8:15～11:30 午後1:15～3:45

ホームページ: <http://www.ja-hokkaidoukouseiren.or.jp/byouin/masyuu/index.html>

ブログ: <http://mashunokaze.blog45.fc2.com/>