



目次

- ◆インフルエンザについて……………1
- ◆インフルエンザの検査について……………2
- ◆褥瘡(床ずれ)予防のポジショニングとは……………3
- ◆看護部紹介 I……………3
- ◆外来担当医表……………4
- ◆お知らせ……………4

編集・発行

医療法人 厚生堂 長崎病院
広島市西区三篠町1丁目11番12号
TEL (082)237-3271(代)
FAX (082)239-1657
URL <http://www.nagasaki-hp.jp>

インフルエンザについて

医師 杉原 正晃

概念

インフルエンザはインフルエンザウイルスによる感染症で、鼻咽頭、のど、気管支などを侵します。急に発症し、38 以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などに加え、咽頭痛、鼻汁、咳などの症状も見られます。しかしながら、乳幼児、高齢者、基礎疾患（肺気腫等の呼吸器疾患、慢性心不全、糖尿病、腎不全、免疫不全症（免疫抑制剤による免疫低下も含む）など）を持つ人では、気管支炎、肺炎などを併発したり、基礎疾患の悪化を招いたりするなどして、最悪の場合死に至ることもあります。

普通のかぜとインフルエンザは、症状に多少の類似性があるものの疾病としては全く違うものです。普通のかぜは、ライノウイルスやコロナウイルス等の感染によって起こり、咽頭痛、鼻汁、咳などの症状が中心で、全身症状はあまり見られません。発熱もインフルエンザほど高くなく、重症化することはあまりありません。インフルエンザは、基本的に流行性疾患であり、一旦流行が始まると、短期間に乳幼児から高齢者まで膨大な人を巻き込むという点でも普通のかぜとは異なります。

インフルエンザウイルス

インフルエンザウイルスは、ウイルス粒子内の核蛋白複合体の抗原性の違いから、A・B・Cの3型に分けられ、このうち流行的な広がりを見せるのはA型とB型です。A型ウイルスはヒト以外にも豚や鳥などに広く感染しています。そして最近では、渡り鳥がインフルエンザウイルスの運び屋として注目を浴びています。基本的には鳥・馬インフルエンザがヒトへ感染することはありませんが、大量のウイルスに暴露されている環境下で、ヒトへの感染が成立することがあります（新型インフルエンザ）。

症状・診断

インフルエンザの症状として、突然の38～39を超える発熱と頭痛、関節痛、筋肉痛などに加え、鼻汁、咽頭痛、咳などの上気道炎症状がみられ、全身倦怠感等の全身症状が強いことが特徴です。流行期（我が国では例年11月～4月）にこれらの症状

が見られた場合は、インフルエンザの可能性が高いと考えられます。潜伏期は1日～5日間（平均3日間）とされています。通常症状は約1週間で軽快することがほとんどですが、肺炎などを合併する場合もあり注意が必要です。また、インフルエンザには、軽症例や非特異的な症状を呈する例も多く、臨床所見だけで他の疾患と鑑別することは困難です。

臨床現場での診断補助のためには、インフルエンザウイルス抗原を検出するための迅速診断キットがすでに普及しております。（インフルエンザの検査についてを参照）

治療

他の疾患にも共通して言えることですが、早めに治療し、身体を休めることは自分の身体を守るだけでなく、他の人にインフルエンザをうつさないという意味でも大変重要なことです。

一般的な注意点は、以下のようなことです。

かぜだと考えずに、早めに医療機関を受診して治療を受けましょう。

安静にして、休養をとりましょう。特に睡眠を十分にとることが大切です。

水分を十分に補給しましょう。お茶、ジュース、スープなど飲みたいもので結構です。

インフルエンザウイルスに対する特異的療法として、抗ウイルス剤による治療が挙げられます。抗ウイルス剤は、発症後48時間以内の内服により発熱期間を短縮できると言われています。抗A型インフルエンザ薬であるアマンタジン（シンメトレル®・アマゾン®など）、抗A・B型インフルエンザ薬であるザナミビル（リレンザ®）、オセルタミビル（タミフル®）が用いられます。タミフル®は異常行動との関連性が疑われており、10代の未成年者への投与は原則使用を差し控えることとなっています。

予防方法

インフルエンザに対して科学的な予防方法として世界的に認められてい



次のページへ

るものは、現行のインフルエンザHAワクチンです。特に65歳以上の高齢者や基礎疾患を有する方はインフルエンザが重症化しやすいので、ワクチン接種による予防が勧められます。そのような方の周辺にいる人や、インフルエンザによって具合が悪くなることを防ごうと思う人に対してもワクチンは勧められます。

インフルエンザワクチンには、発病をほぼ確実に阻止するほどの効果は期待できませんが、高熱などの症状を軽くし、合併症による入院や死亡を減らすことができます。インフルエンザに対するワクチンには、個人差はありますが、接種からその効果が現れるまで通常約2週間程度かかり、約5カ月間その効果が持続するとされています。

通常日本のインフルエンザの流行は、12月下旬から3月上旬が中心となりますので、12月上旬までに

は接種をすまされることをおすすめします。インフルエンザワクチンによる副反応は、現在広く用いられている他のワクチンに比べやや少ない程度で、特にインフルエンザワクチンの安全性が低いということはありません。

空気が乾燥すると、インフルエンザに罹患しやすくなります。乾燥により、咽頭粘膜のウイルス粒子に対する物理的な防御機能が低下します。外出時にはマスクを利用したり、室内では加湿器などを使ったりして適度な湿度(50~60%)を保ちましょう。常日ごろからバランスよく栄養をとることも大切です。外出時のマスクの利用や帰宅時のうがい、手洗いは、かぜの予防と併せておすすめします。また、インフルエンザが飛沫感染であることから、インフルエンザに罹患し、咳嗽などの症状のある方は特に、周囲への感染拡大を防止する意味から、マスクの着用が推奨されます。

インフルエンザの検査について

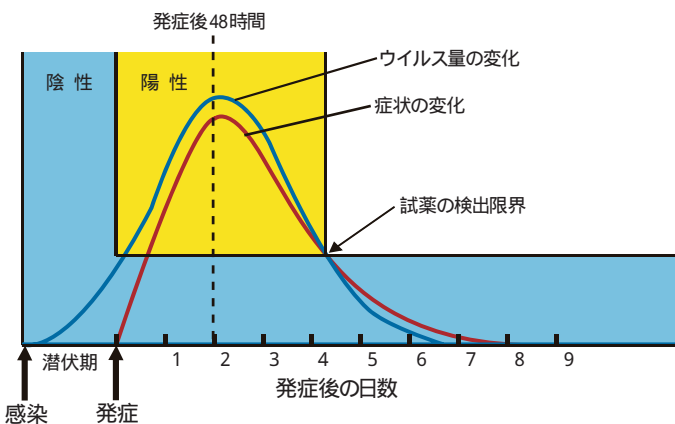
臨床検査技師 小田 純恵

当院では、インフルエンザ迅速検査キットを使用しています。この検査は患者様への負担もほとんど無く、15分程度で検査結果を出すことが出来ます。また、検出感度が良く確定診断に繋がる信頼性の高い検査です。

インフルエンザ発症後、どのくらいの期間内に検査をするのが適してるかご存知でしょうか？

一般的にインフルエンザウイルスは、感染後16時間で1万倍、24時間で100万倍に増殖し、48時間前後でウイルス量は最も高くなり、検出率も高くなります。

通常発熱は、感染から24時間程度であり、この時には既にウイルスが増殖した状態です。従って、発熱(発症後24時間)から48時間以内に検査を受けるのが望ましいといえます。しかし、発症早期は患者様によってウイルス量が少なく、検出限界以下となる可能性があり、結果が陰性となる場合があります。



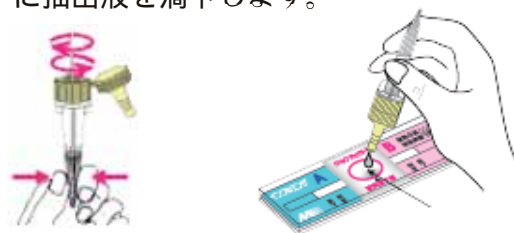
この検査により、インフルエンザウイルスの代表的な種類であるA型・B型のどちらに感染しているのかがわかります。これから寒くなるとインフルエンザが流行してきますので、疑わしい症状がある場合は、早めに受診しましょう。

検査手順

1. 鼻腔若しくは咽頭の粘膜を綿棒でぬぐい採ります。



2. その綿棒を抽出液に浸した後、検査キットに抽出液を滴下します。



3. 規定時間約15分待ち、結果を判定します。





褥瘡(床ずれ)予防のポジショニングとは

看護師長 上野 京子

褥瘡は、皮下脂肪組織が少なく生理的に骨が突出している仙骨部・大転子・足や足関節などに加わった圧力が、一定時間持続されると骨と皮膚表層の軟部組織の血流を低下あるいは停止させ、阻血性障害に陥る皮膚潰瘍のことをいいます。(右図参照)

褥瘡発生リスクの高い人は、健康な状態であれば行える正しい身体アライメント(体軸の並び)を調整する機能が失われる為に、バランス反応や滑らかで調和のとれた動作、正常な姿勢緊張が障害され異常動作となりやすい為、褥瘡予防には『動き』への介入が必要となります。その方法として有用とされるのがポジショニングです。

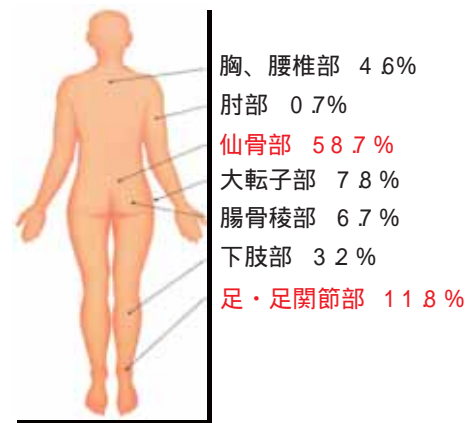
快適なポジショニングに必要なことは、「安全・安楽な姿勢」をベースに、体位変換できない場合や自力体位変換能力に制限のある場合は、以下の点に気をつけてポジショニングを行いましょう。

体圧分散寝具(マットレス)の選択

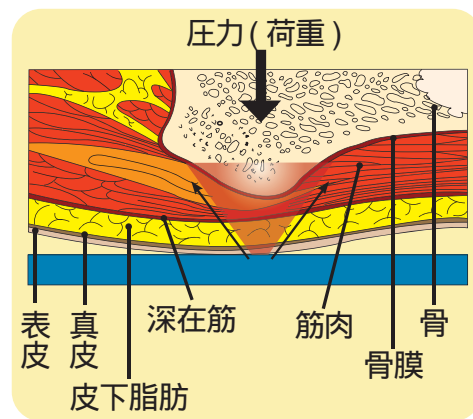
体位をどうするか(ズレや摩擦予防をしながら30°以下のベッドのギャッチアップ等)

使用するポジショニング枕の選択(素材・形状)

寝衣・寝具の再検討をする



参考：褥瘡の予防・治療ガイドライン
監修 / 厚生省老人保健福祉局老人保健課



当院で使用している体圧分散寝具マットレスの種類と特徴についての紹介

～汎用タイプ～	～高機能タイプ～
<p>厚型 静止型</p> <p>マキシフロート (パラマウントベッド) 厚さ：16cm</p> <p><特徴> 高反発ウレタンフォームの三層構造 下層：固い 中層：やや軟らかい 上層：軟らかい</p>	<p>厚型 圧切替型</p> <p>アドバン (モルデン) 厚さ：16cm</p> <p><特徴> 独立三層式ハンブ構造。コブ様セルから体表の接触負を平面から球面で受けることで、張力の低減が図られる。圧切替型と静止型の切替が可能で、使用上汎用性がある。</p>

看護部紹介

看護部長 奥田 綾子

長崎病院看護部は、病院の誓い『思いやりの医療』『来て良かった病院』を基に、看護部の理念『常に人々のところに迎えあえる看護』を掲げ、各病棟、職員個人の年間目標をたて、患者様に安全・安心・満足を提供できるよう努めています。

現在看護部では、本館および南館あわせて120名の職員(看護師・准看護師：69名、介護職員・看護学生：51名)が働いており、平成18年12月に職場アンケート調査を実施した結果を基に、諸事の改善につなげ、明るく楽しく働ける職場を目指しています。

社会状況や病気の変化、医療の進歩が著しい今日、看護の仕事は現在の社会において多様化し、専門的な知識、質の高さも当然求められるようになってきている為、日々の努力を惜しむことはできません。

日常の業務や研修に追われる毎日ではありますが、私たちは看護の原点、すなわちおもいやり・いたわりの気持ちを疎かにせず、長崎病院の看護師として誇りを持てるよう日々精進しております。



--- 外来担当医表 ---

()内は専門外来		月	火	水	木	金	土
午前	1 診 内科	住田	長崎	長崎	山根 (内分泌)	長崎	原(均) (内分泌)
	2 診 内科	松本	木戸	中尾	住田	安武	住田 杉原
	3 診 皮膚科・熱傷	信藤	身原	身原	安永	原(武)	信藤 身原
午後	1 診 内科	安武	安武	木戸	杉原	杉原	安武 木戸
	2 診 内科	大下 (神経内科)		宮地 (神経内科)		箱田 (免疫)	
	3 診 皮膚科・熱傷	大谷 (熱傷)	長崎 (熱傷)	大谷 (熱傷)	身原	身原	長崎 (熱傷)

~ 診療時間 ~
午前 8:30 ~ 12:00
午後 2:00 ~ 5:30

熱傷(やけど)は全日診療しています。
皮膚科は■で塗ってある日のみです。
金曜 午後2診: 第1,3のみです。
土曜 午前2診: 第1,3 《住田》
第2,4,5 《杉原》
土曜 午後1診: 第1,4,5 《安武》
第2,3 《木戸》
土曜 午前3診: 第1,3,5 《信藤》
第2,4 《身原》

都合により、急遽担当医を変更する場合がございますのでお問合せください。(082 237 3271代) 外来受付まで)

おしらせ

大腸ファイバー検査

便通が気になる方、健康診断で便潜血が陽性だった方など、是非ご相談ください。
毎週木曜日に消化器専門医が検査を行っています。

お問合せ: 長崎病院 外来 082 237 3271(代)

インフルエンザ予防接種について

下記のように、インフルエンザ予防接種を実施しております。また、お子様の予防接種は小児科の方でお願い致します。

詳しくは、外来受付までお問合せください。

日時: 10月15日(月) ~ 1月31日(木)
午前10時 ~ 午後4時の診察時間内

料金: 3,675円
1,000円(広島市 65歳以上)

お問合せ: 長崎病院 外来受付
082 237 3271(代)

ほほえみの郷屋上庭園



小さなさつま芋ができています。

おいしく、大きくなってくれることを心待ちにしています。

長崎病院のめざす「地域医療」(包括医療)

*健康増進

トータルヘルスセンター HOPE
(厚生労働省指定 運動療法施設)
082-238-1756

*予防医学

成人病予防センター 人間ドック・健診施設
(人間ドック・健診施設機能評価認定優良施設)
082-239-1600

*治療

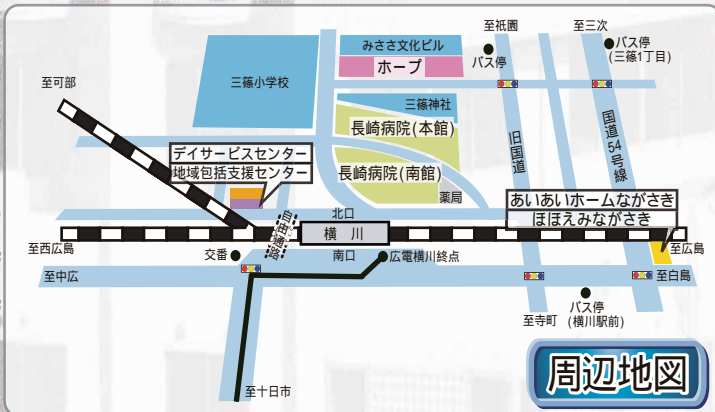
救急医療指定病院
内科(循環器・呼吸器・糖尿病など)
皮膚科・熱傷センター
082-237-3271(代)

*社会復帰

リハビリテーション(理学療法・言語療法)
082-237-3271(代)

*療養

介護療養型医療施設
広島市中広地域包括支援センター
082-509-0288(担当: 沖本・佐古・大塚)
居宅介護支援センター
082-230-8181(担当: 井手岡・水川・久保田・西岡)
訪問ヘルパーステーション
082-230-8181(担当: 原)
デイサービスセンター ながさき
082-230-8181(担当: 安永)
訪問看護ステーション ながさき
082-296-1361(担当: 久保田真理子)
グループホーム あいあいホームながさき
082-532-6636(担当: 荻原・才崎)
デイサービスセンター ほほえみがさき
082-532-6630(担当: 荻原・風呂山)



周辺地図