



目次

- ◆マイコプラズマ肺炎……………1
- ◆あなたの体はあなたの食べ物でできています……………2
- ◆病院移転オープン予定!……………3
- ◆外来担当医表, 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>

マイコプラズマ肺炎

医師 尾下 豪人

【マイコプラズマ肺炎とは?】

マイコプラズマ肺炎は、マイコプラズマ (*Mycoplasma pneumoniae*) という細菌を原因とした呼吸器感染症です。一般的な肺炎とは異なる特徴を示すことから、非定型肺炎または異型肺炎とも呼ばれています。

一般的な肺炎と比べて、幼児期、学童期、青年期(5歳から35歳)の若い世代に多く見られます。

ちなみに、かつては4年に1度、夏期オリンピックの年に流行する傾向があるとして「オリンピック熱」とも呼ばれていました。しかし1984年と1988年に大きな流行があった以降は、その傾向が崩れています。近年では2011年に流行が見られました。

【症状】

潜伏期(病原菌に感染してから発症までの期間)は1~4週間程度とされています。

風邪様の症状(発熱、疲労感、頭痛、のどの痛み、消化器症状、咳、発疹など)で発症します。

しつこく続く乾いた咳(痰が少ない咳)が典型的な症状ですが、後期には湿性の咳(痰が多い咳)となることもあります。

咳は時間の経過と共に強くなって解熱後も1ヶ月程度続くことがあります。

重症化すると呼吸困難を生じ、生命を脅かすこともあるため、早期の診断と治療が重要です。

【診断】

下記のような臨床所見があればマイコプラズマ肺炎を疑う必要があります。

- 一般的な肺炎と異なる特徴(しつこく続く乾いた咳、血液検査で炎症反応が比較的乏しい)がある場合。
- 一般的な抗菌薬で治癒しない場合。
- 若年者の場合。

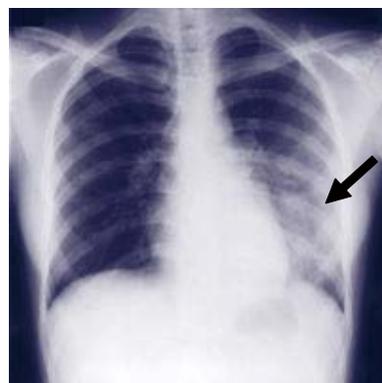
培養してマイコプラズマそのものを検出することは非常に困難で、比較的診断が難しい感染症でした。

最近では血液検査でマイコプラズマに対する抗体を検出できるようになり、診断の一助となっています。

治療が遅れると重症化することもあるため、上に挙げた臨床的な特徴からこの病気を疑い、可能性が

高ければ早期に検査・治療を行うことが重要です。

マイコプラズマ肺炎患者の胸部レントゲン写真。左下肺野の白い部分が肺炎。



【治療】

マイコプラズマに対して有効な抗菌薬を内服あるいは点滴して治療します。

一般的な気管支炎や肺炎に使用される抗菌薬ではマイコプラズマに効果が乏しい場合があります。

また最近では、これまでマイコプラズマに有効とされていた抗菌薬が効かなくなる現象(耐性化)が報告されており問題となっています。

【感染予防】

マイコプラズマ肺炎を起こしている患者さんの気道分泌液にはマイコプラズマが含まれており、飛沫感染(くしゃみや咳のしぶきを吸い込むことによる感染)や接触感染によって感染者が拡大します。

感染を拡大させないために、症状のある期間ではできるだけ通勤・通学を控え、自宅で安静にすることが大切です。また、マスクや手洗い、うがいなどの基本的な感染予防対策も欠かせません。

感染するとマイコプラズマに対して免疫を獲得しますが生涯続く免疫ではないため、時間が経てば再感染する可能性があります。

☆長崎病院の給食 【行事食などを取り入れて、食生活にメリハリをつけましょう!】

今年度は、当病院の給食をご紹介します。多くの方の病院給食のイメージは、味が薄い、冷たい、時間が早い等、あまり良くないではありませんか？

しかし、現在の病院給食はかなり工夫されています。

当院栄養管理室のモットーは「楽しく待ち遠しい食事にする」です。煮物のだしも鰹節と昆布を使い、手作りで準備しています。スーパーの惣菜売場が年々広くなり、食事に手をかけることが少なくなっているように思います。治療の一環として位置づけられている『病院給食』は、大量調理という制約の中で使える食材も限られます。管理栄養士が、患者様に喜んでいただけるように、知恵を絞って献立を立てています。病院給食のいろいろな工夫が、ご家庭の食事作りに、応用していただけたらと思います。

長崎病院では毎月1日には赤飯と茶碗蒸しのメニューです。これは赤飯に決めておくことで、病院の単調な生活の中でも、「さあ、月が変わりましたよ」と暦の変化に気づいていただくこと。また、赤い色には呪力があって、赤飯は魔よけの意味があり、悪いことを一掃したいという願いからです。

※ご家庭でもそれぞれに決め事をするので献立が立てやすく、家族の連帯感に繋がるかも知れません。

5月1日のメニューのご紹介 1人分のエネルギー量550kcal たんぱく質30g

赤飯・鱈の木の芽みそ焼き・菜の花のからし和え・茶碗蒸し・オレンジ



《炊き赤飯》(炊きやすい量にしています)

- うるち米・・・1合
- もち米・・・1合
- 小豆(生)・・・50g
- 黒ゴマ、塩・・・適宜

《作り方》

- ①米は洗って炊飯器に入れ、普通に水加減をし、100mlほど水を減らして、同じ量の小豆の煮汁を加えます。
- ②硬めに炊いた小豆を加えて、ひと混ぜして普通に炊きます。

《鱈の木の芽みそ焼き》(2人分)

- 鱈の切身・・・60g (2切れ)
- 木の芽味噌
 - 木の芽・・・10枚
 - ほうれん草・・・2枚
 - 白味噌・・・60g
 - 砂糖・・・大1
 - みりん・・・小1
 - 酒・・・小1

《作り方》

- ①Aの木の芽みそはほうれん草を茹でて、軟らかい葉先をすりつぶし、木の芽は2枚残して一緒にすり、うらごす。白味噌と砂糖、みりん、酒を火にかけて弱火で練り、うらごした木の芽と合わせる。
 - ②酒を振った鱈は魚焼きグリル又はオーブントースターに、くしゃくしゃしたアルミホイルを敷き、中火で5～6分焼き、木の芽みとを鱈の上面にぬり2～3分焼く。上に木の芽を飾る。
- ※木の芽味噌は、使用量の倍量です。残りはタケノコの木の芽和えなどにしてください。

《菜の花のからし和え》(2人分)

- 菜の花・・・100g
- みりん・・・小1/2
- 酒・・・小1/2
- しょうゆ・・・小1弱
- からし・・・適宜

《作り方》

- ①菜の花は根元に近い硬い所を切り落とし、硬めに茹でる。
- ②菜の花を3cm位の長さに切ってAで和える。

《茶碗蒸し》(2人分)

- 卵・・・大1個
- だし汁・・・160ml
- カニスティック・・・20g
- 鶏胸肉・・・20g
- 茹でぎんなん・・・4個
- 干し椎茸・・・小1枚
- ほうれん草・・・10g
- 塩・・・0.4g
- 薄口しょうゆ・・・2
- 酒・・・2

《作り方》

- ①冷ましただし汁にAを入れよく混ぜておく。
- ②ボウルに卵液を溶きほぐし、①を加えて泡立てないように混ぜ、こす。
- ③容器にカニスティック、鶏肉、ぎんなん、もどした干し椎茸、茹でたほうれん草を並べ、②の卵液を静かに注ぐ。
- ④浅鍋に③を並べ、容器の底2cm位まで水を注ぐ。
- ⑤鍋の蓋をして、中火で煮立てる。煮立ってコトコト音がしてきたら弱火で6～7分蒸す。竹串を刺して、澄んだ汁が出たら出来上がり。

部署紹介〔デイサービスセンター ほほえみがさき〕

デイサービスセンターは、要支援、要介護認定を受けられ在宅生活を送っておられる方の介護保険サービスの一つです。

サービス内容は、①送迎、②健康チェック(体温、血圧、脈拍測定)、③食事、④入浴、⑤排泄や着替え等の日常生活のお手伝い、⑥機能訓練(日常動作訓練)、⑦レクリエーション、⑧日常生活における相談及び援助となります。

レクリエーションとして、毎月計画している行事をはじめ、夏祭り、運動会、クリスマス会、忘年会などの季節による行事を用意しています。また、ご利用者様と作る毎日のおやつはとても好評です。屋



部署紹介〔グループホーム あいあいホームながさき〕

グループホーム(認知症対応型共同生活介護)とは、認知症を呈した方の入居施設で、家にいた頃と同様に暮らしていけるよう、様々なサポートを受けながら共同生活を営む場所です。

私たちのグループホームでは1ユニットに9名の方が暮らしています。2ユニットあるので、総勢18名の方と職員が生活を共にしています。

日々の業務の中で、入居者の方から「ありがとう」「気をつけて帰りなさいよ」など、いつも優しく声をかけて下さるのがとても嬉しく、この仕事につけて幸せに思っています。入居者の方にも幸せになってもらいたいと思い、日々仕事をしています。

以前、入居されていたAさん。外に出かける事が好きで、いつもおしゃれをして出かけていました。お年を召されてから車椅子生活になり、1人では出かけることが難しくなっていました。しかし、いつまでもおしゃれをして出かけて欲しいと私たちは思っていました。Aさんは、本当にお散歩が好きでしたが、いつでも行けるとは限りませんでした。体調が優れない時もありました。眠っている時間も多くなっていました。その為「散歩に行きたい。」

上には畑や花壇があり、季節の花や野菜を利用者の方と育てています。採れた野菜で作るおやつは格別です。

私たち職員は皆様方に日中を有意義に過ごして頂き、「今日も楽しかった。またここに来たい。」と思って頂けるよう日々プログラムを考案しています。

なお、当センターでは、サービス内容、雰囲気をご理解いただくため、体験利用も実施しております。ご利用、ご見学等お気軽にお問い合わせください。

相談員 武智 智恵



という突然の求めにもどのように応じられるかを話し合い、体制を整えました。

その甲斐もあって、Aさんの行きたい時にはいつでも散歩に行く事ができるようになりました。(たまには待たせて怒られる事もありましたが)

そして、人生最後の日も出掛ける事ができました。出かける時には帽子をかぶる事が習慣でした。その日によって帽子を選んでいらっしやっただので、最後の日もいくつかの帽子の中からご本人に選んでもらいました。ご高齢の為にしんどい時もあったと思いますが、そんな時でも散歩に出かけている時は、とても良い表情でいらっしやいました。

今まで出来ていた事、していた事がこれからも継続できるように。当たり前の日常が、当たり前に送れるように特別な工夫をする必要はありません。しかし、私たちは特別何かをしているというわけではありません。今までの生活が難しくなった方に対し、難しい所は一緒にさせて頂きながら、たとえ一緒であっても笑顔がこぼれるように、楽しく幸せに生活が出来たらいいと考えています。

松原 良恵

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	原(均) (内分泌)	住田	長崎	原(均) (内分泌)
	2診 内科	松本 原	木戸	向田	尾下	山田	住田 山田
	3診 皮膚科・熱傷	信藤	身原	身原	身原	身原	身原 森桶
午後	1診 内科	尾下	山田	木戸	向田	尾下	向田 木戸
	2診 内科	中森 (神経内科)			北村 (神経内科)	箱田 (リウマチ・痛風)	
	3診 皮膚科・熱傷	小畠	鍋島	大谷 (熱傷)	稲束	横林	長崎 小畠

※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)

～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。
- ◎月曜 午前2診: 第1 《松本》
第2,3,4,5 《原》
- ◎土曜 午前2診: 第1,3 《住田》
第2,4,5 《山田》
- ◎土曜 午後1診: 第1,4,5 《向田》
第2,3 《木戸》
- ◎土曜 午前3診: 第1,3,5 《身原》
第2,4 《森桶》
- ◎土曜 午後3診: 第1,3,5 《長崎》
第2,4 《小畠》
- ※土曜 午後2診: 第3のみです。

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。

毎週木曜日の午後に、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 Tel.082-237-3271(代)

糖尿病教室

当院では糖尿病教室を開催しております。今年度の予定は下記の通りです。

食事会に関しては、申込みが必要ですがその他は無料で、参加は自由です。

日時: 7月13日(土) 11:30～13:30

場所: 三篠公民館

内容: 食事会—食べてみようバランス食生活習慣病予防に配慮した食事をしながら、生活習慣病予防の話をします。

※三篠公民館では第4水曜日に14時から生活習慣病教室を開催しております。

お問合せ: 長崎病院栄養管理室 Tel.237-3271(代)

新人職員紹介

向田 賢市



4月から着任しました向田賢市と申します。思いやりの医療を心掛け、地域の皆様方の健康に役立てるよう、全力で頑張ります。

内科でしたら何でも診ますので、是非お気軽にご相談ください。

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・作業療法・言語療法)
☎082-237-3271(代)

*療養・在宅

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:佐古・中村・中本)
居宅介護支援センター
☎082-230-8181(担当:水川)
訪問看護ステーション ながさき
☎082-230-8183(担当:久保田)
グループホーム あいあいホームながさき
☎082-532-6636(担当:萩原)
デイサービスセンター ほほえみながさき
☎082-532-6630(担当:安永・武智)



周辺地図