

医療法人耳鼻咽喉科 麻生病院

4133

よいみみ

vol.01

発行日 2006(平成18)年 9月1日

発行
医療法人耳鼻咽喉科 麻生病院
患者サービス改善委員会

〒007-0840 札幌市東区北40条東1丁目
TEL.011(731)4133 FAX.011(731)4986
http://www.jibiazabu.or.jp/



麻生補聴器プラザエクセア

札幌店
札幌市東区北40条東1丁目1-31
TEL (011) 723-4133
FAX (011) 723-2363
年中無休/営業時間 9:00~18:30

北見店
北見市三輪54番地9-1
TEL (0157) 22-4133
FAX (0157) 23-7178
年中無休/営業時間 9:00~18:00

知って安心インフルエンザ

2006年はインフルエンザの猛襲年。北海道では春から初夏にかけて、再び流行するという異常事態を迎えました。通常12月から3月がインフルエンザの流行期間といわれますが、その特長を知り、予防することを心がけておきましょう。



今回の解説
麻生病院 副院長
石川 和郎



知っていますか？ インフルエンザと かぜの違い

インフルエンザもかぜの仲間ですが、ちとタチの悪いカゼです。症状は似ていますが程度はぐんと重くなります。

冬に流行する普通のかぜは主にライノウイルスが起きます。鼻の奥が乾燥した感じで発症し、微熱が出て最初の頃から多量の鼻水が出ます。その鼻水と鼻詰りが主な症状です。

インフルエンザはインフルエンザA型とB型のウイルスが起きます。1~3日の潜伏期の後、高熱、さむけと関節痛が突然はじまり、同時に若干遅れてノドの痛みや咳が出てきます。そして強い倦怠感が続き38~40度の発熱が4日

インフルエンザの症状チェック 初期症状の シグナルを 見逃さない！

インフルエンザを悪化させないためには、初期症状を見逃さないことが大切です。左記の「インフルエンザとカゼの違い」で症状をチェック

インフルエンザとカゼの 違い

症 状	インフルエンザ	カゼ
初期症状	発熱・さむけ・頭痛	鼻の奥の乾燥感
鼻水・鼻づまり	後半からひどい	最初からひどい
発熱	38~40度	微熱
悪寒(さむけ)	ひどい	すこし(無い)
倦怠感	ひどい	ほとんど無い
筋肉痛・関節痛	ひどい	ほとんど無い
眼(結膜)	充血する	無い
合併症	肺炎・気管支炎・脳症	ほとんど無い

クしてみました。
なお、以下の3つが全てあてはまるとインフルエンザの可能性大といえます。

- 地域内でのインフルエンザ流行
- 急激な発症
- 38度以上の発熱と悪寒

また、倦怠感・疲労感・関節痛・筋肉痛・頭痛・寝込むなどの症状があれば疑ってみましょう。

突然！と思ったら インフルエンザの 検査

インフルエンザが疑われたとき、学校への届け出などのため検査が必要となります。

検査は鼻水や痰を綿棒で取って調べます。15分間の反応で結果がわかります。ただし、インフルエンザウイルスがそこにいるかどうかを調べるので、症状が出始めて12時間から48時間頃にきちんとした結果が出ます。そのため、症状が出てすぐの場合にはインフルエンザと診断されないことがあります。この場合には翌日になれば確実に診断されます。

かかってしまったら！ インフルエンザの治療法 抗ウイルス薬による治療

基本は対症治療で、熱や痛みには鎮痛解熱剤を使用し、咳には咳止めを、鼻水や鼻づまりには抗ヒスタミン剤(抗アレルギー剤)を使用して安静を保つことです。また周囲の人に伝染しないように注意することも必要です。学校保健法では熱が下がってから2日経つまで出席停止期間と定めています。

現在はインフルエンザウイルスに対する抗生物質が開発された(3種類ある)ので、早期(48時間以内)に使用開始することが勧められています。

また、肺炎などの合併症の予防のために早期から一般の抗生物質を使う事もよくあります。

小児においてはライ(Reye)症候群との関連や脳炎・脳症での重症化に関係しているという報告があります。特に鎮痛解熱剤の使用には注意が必要です。アスピリン、ジクロフェナクナトリウム(ボルタレン)、メフェナム酸(ポンタール)

かかる前に！ インフルエンザの予防法 効果的なワクチン接種

インフルエンザ予防の基本は「ワクチン」です。インフルエンザウイルスは常に変異し、身体免疫機能が追いつかず、はしか(麻疹)と異なり何回でもかかってしまいます。毎年WHOが世界中からデータを集め、推奨株を決定し、日本では厚生労働省がそれを基に翌シーズンの流行株を予想して(A型2種類、B型1種類を含む)毎年新しくワクチンが製造されます。



インフルエンザワクチン接種 / 優待券
使用できません



当院、道内初の 総合版評価Ver5.0を認定

(財)日本医療機能評価機構病院機能評価【一般A200床未満】



医療法人耳鼻咽喉科麻生病院
理事長 大橋 正實

日本医療機能評価機構による病院機能評価は平成9年に始まりました。北海道でも平成7年に若手病院長の集まりである「木朝会」が中心となって「北海道病院機能評価研究会」を発足しました。研究会では参加した18病院から医療・看護・事務の3部門のサーベイヤーを選出し、お互いにサーベイを行う模擬審査を行いました。

現在、北海道では全病院の約18%が機構の認定を受けていますが、Ver5.0での認定は当病院が北海道では初めてだと思っています。今回は平成12年のVer3.0での認定の再認定でしたが、診療そのものの質の評価が抜けていることや、カルテ保管法の二形式の強制等の不備も多々あり、良い点も沢山ある一方で完全とはまだだいたい状況です。とはいっても、第3者評価の必要性は否定し難く、今年12月には麻生北見病院もVer5.0での再認定審査を受審します。

医療の質、安全、効率の向上に対する活動が、身についた自然のものとなるべく、この病院機能評価を上手に利用できれば最善と願っています。

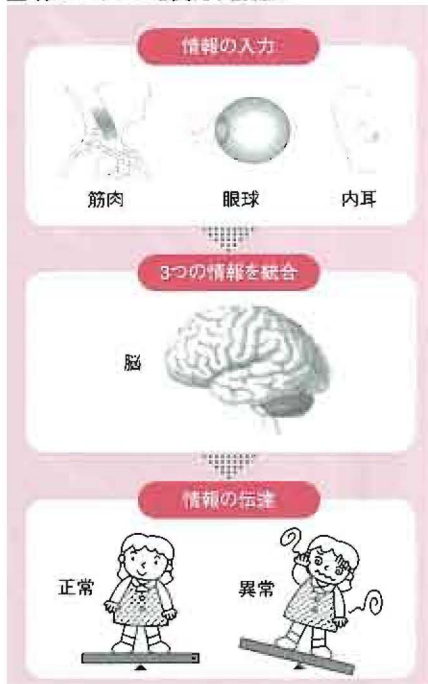
「めまい」の原因について

近年「めまい」を訴えられる方が増加しています。多忙な仕事や家庭の悩みなどによるストレスも原因の一つに数えられていますが、多くは耳（内耳）の病気にあります。現代病「めまい」の原因、めまいと耳の関係、めまい検査についてご紹介しましょう。



今回の解説
麻生病院 診療部長
平塚 仁志

■体のバランスを支える仕組み

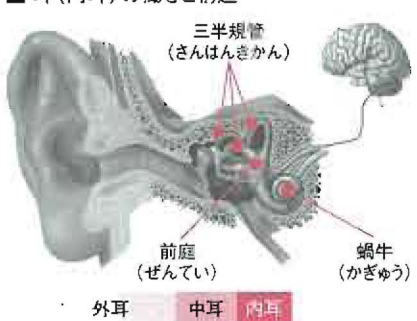


Q 「めまい」はなぜ起きるの？

A 体のバランスをとる仕組みに異常が生じたときに起こります。

人間は眼や耳、筋肉から送られる情報を脳が統合し処理をして、体のバランスを保っています。これらのシステムのどこかに異常やズレが生じるとめまいが起き、あたかも自分が動いているかのようを感じてしまいます。めまいが起こると、寝ていてもまわりがグルグル回ったり、歩けるけれどフラフラしたり、ちょっとした頭を動かすとき気分が悪くなるなど、病状によって症状はさまざまです。また原因もいろいろとあり、原因がわからなければ、いつそう不安が募り日常生活への影響も出てきます。

■耳（内耳）の働きと構造



Q 「めまい」と耳はどのような関係？

A 「めまい」の原因の多くが内耳の病気によるものです。

人間の耳には「音を聴く働き」と「体のバランスをとる働き」があります。内耳とは耳の一番奥にある器官のことをいいます。そこには音を聴く「蝸牛」とバランスをとる「三半規管」と「前庭」といわれる器官があり、そこからの情報を

はバランスをとる上では重要で、めまいに深く関係しています。また、脳では小脳や脳幹といったところがバランスを保つための情報を統合しています。

Q 「めまい」が起こったら？

A まずはあわてないで！

めまいが起こると、吐き気や動悸などの症状が強く、とても不安になります。でも、あわてないでください。めまいは耳（内耳）の障害で起こることが多く、楽な姿勢で数時間安静にしていれば、症状が軽減します。あわてて救急車を呼んで病院に着くまでの間に、激しく揺らされることで、症状が悪化してしまうことがあります。少し症状が軽くなつてから耳鼻科の専門医を受診してください。

ただ、「めまい」の中にも危険なものもあります。めまいと共に激しい頭痛や、手足のシビレ、脱力、しやべりづらさ等の症状があるときには脳の病気であることが考えられます。そのような時には、すぐに脳神経外科を受診してください。

Q めまい発作を防ぐためには？

A 日ごろから生活のリズムを整えましょう。

めまいを引き起こす要因としては、ストレスや精神的・肉体的な疲労、睡眠不足、不規則な生活パターンなどがあげられます。日頃から生活のリズムを整える工夫をして、めまいの発作が起こりにくい生活を心がけることが大切です。

次回は「めまいの病状と検査・治療」についてお伝えします。



今回の解説
麻生北見病院 診療部長
鈴木 豊典

「歯が抜けた時の対処方法」



事故などで歯が抜けたら？

抜けた歯や欠けた歯を見つけ、汚れていれば牛乳で洗いその後、乾燥を防ぐためそのまま牛乳につけ、一刻も早くその歯を持って、歯科医院へ受診して下さい（受傷後30分以内が望ましい）。元に戻らない可能性があります。なぜ牛乳につけるの？

牛乳の浸透圧が組織液と近く、組織が破壊されにくく、滅菌されているため清潔だからです。

歴史散歩エッセイ あの日あの時

次世代に伝える想い 丘珠獅子舞

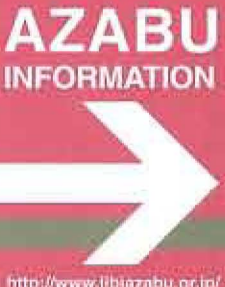
作家エッセイスト 森 久美子



7年前から週に一度、食や農業をテーマにしたラジオの対談番組をやっている。取材でゲストのお話を伺うと、テーマとはまた別の熱い想いに触れることがある。やわらかくておいしいタマネギとして有名な「札幌黄」の取材で、丘珠の農家を訪れた。居間に、獅子舞の大きな写真が飾られていた。関わりをたずねると、顔を輝かせて、頭を舞うことを「振る」といい、それを担当しているとおっしゃった。

子どもが見たら泣き出しそうな恐い形相の「睨み獅子」。富山から入植した方たちによって伝承された丘珠獅子舞は、110年以上の歴史を持ち、札幌

PROFILE 森久美子
1995年「うしろく文学賞」受賞。以来、新聞・雑誌にエッセイなどを連載。FMアップル「北の食物研究所」パーソナリティの他、食と農業・育児に関する講演もこなす。著書「わがままな母親」「母のゆいごん」



→ 医療法人耳鼻咽喉科 麻生病院

札幌市東区北40条東1丁目1-7
TEL.011(731)4133 FAX.011(731)4986

受付時間	月～金曜日	土・日・祝日
午前	9:00～12:00	9:00～12:00
午後	13:30～16:30	13:30～16:30
夜間	18:00～20:00	休 診

→ 医療法人耳鼻咽喉科 麻生北見病院

北見市三輪54-8
TEL.0157(23)4133 FAX.0157(23)2138

受付時間	月～金曜日	土・日・祝日
午前	9:00～12:00	9:00～12:00
午後	13:30～16:30	13:30～16:30
夜間	18:00～19:00	休 診

→ 医療法人耳鼻咽喉科 麻生28

札幌市中央区北5条西27丁目2-3メディック28ビル4階
TEL.011(641)4133 FAX.011(641)4155

受付時間	月～土曜日	日・祝日
午前	9:00～12:30	休 診
午後	14:30～18:00	休 診

編集後記

当院ではこれまで院内情報誌「耳より・口こみ情報」を通して来院いただいた患者さんに情報を発信してきました。この度、より多くの方々に当院をよく知っていただくと同時に、日常よくみられる耳鼻咽喉科の病気をわかりやすく解説し、いざという時に少しでも役立てていただこうと「4133」を発行いたしました。これからも末永くみなさまに愛読される情報誌を目指してまいります。

(患者サービス改善委員会 委員長・金子秀紀)