

ゆりの花たより

2022
vol.59

守谷市制施行20周年を迎えて	2	PCR検査の予約方法がWEBに変更になりました!	3
一次脳卒中センターについて	2	成人インフルエンザワクチン	
この冬の新型コロナ感染症対策について	3	WEB予約システムの導入について	3
マイナンバーカード等を利用した		第31回 栄養管理室のフレッシュコラム	4
「オンライン資格確認システム」の運用を開始	3	第45回 リハビリ元気通信	4





守谷市制施行20周年を迎えて

名誉院長 城賀本 満登

守谷に市制が施行されて20周年を迎えました。当院は開院して32年になりますが、市制施行前後で、当院との関連が深い出来事を書いてみます。

まずは、おめでたい話として赤ちゃんについて。当院は住宅都市整備公団が誘致する形で1990年4月に開院しました。開院するにあたって当時の守谷町には急速な人口流入に備えて、いわゆる急性期医療に加え小児医療・周産期医療をやってほしいという強い意向がありましたが、特に産婦人科の誘致は最後まで難航し、開院直前になってやっと開設にこぎつけました。その後、2年半で当院出生新生児が400名、11年後の2001年には5000名を超えるまでになり、この翌年2002年2月2日に守谷で市制が施行されました。

一方、当初2000年には開通すると言われていた常磐新線建設の動きがやっと目に見える形で動き出したのは、市制施行の少し前くらいでしたが、その後建設は急ピッチですすみ、市制施行から3年半後の2005年8月24日に開業しました。そして2011年3月11日、東日本大震災を迎えることとなります。当院の役割としては、まず入院機能を失った被災地の病院からの入院患者さんの受け入れでした。震災2-3日後、夜間に北茨城市の病院から搬送されてきた患者さんを救急外来で受け入れたことなどが思い出されます。当時、最大の懸念は福島原発事故の状況でした。国からの意向を受けて筑波大学附属病院長から当院にも、原発事故が収束せず百万人単位の避難者が発生したときの医療体制の確保について調査が来ておりました。不幸中の幸いにもそこまでの事態にはいたりませんでした。最後は、3年ほど前に発生したコロナウイルス感染症に対する対応です。

守谷市は市制施行20周年を迎えました。今後も悲喜織り交ぜた出来事が生じてくると思いますが、当院は守谷市とともにこれからも協力し合いながら歩んで参りたいと存じます。

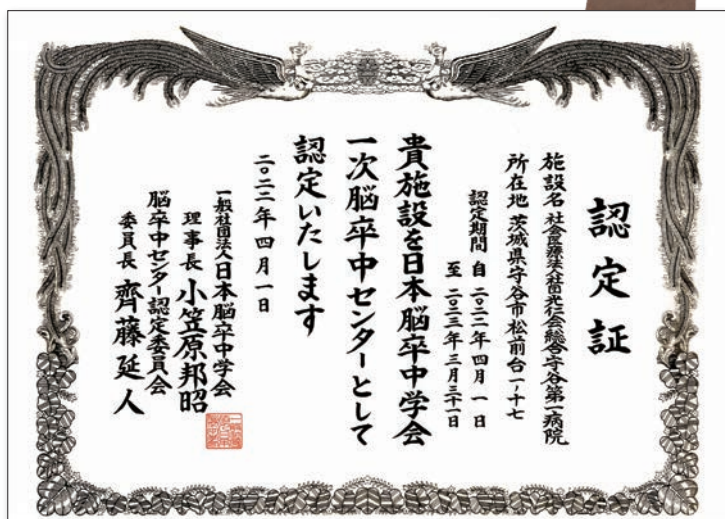
一次脳卒中センターについて

当院は、一般社団法人日本脳卒中学会が認定する「一次脳卒中センター」です。本制度が開始した2019年9月に初回認定を受けてから毎年実績を重ねて今年度も更新認定を受けました。(2022年4月1日から2023年3月31日まで)

一次脳卒中センター(PSC)とは「地域からの要請に対して、24時間365日脳卒中患者を受け入れ、急性期脳卒中診療担当医師が、患者搬入後可及的速やかに診療(rt-PA静注療法を含む)を開始できる施設」のことです。

急性期脳梗塞の治療は血管内再開通療法に常時対応できる病院へ速やかに搬送することが非常に重要です。

当院は脳卒中専門医をはじめとして、急性期脳卒中診療担当医師を常時配置しており24時間365日、速やかに急性期脳卒中に対応できる体制をとっています。その他コメディカルスタッフも常時配置しておりますので緊急でrt-PA静注療法や血栓回収療法、脳神経外科手術を行うことができます。周辺地域で発生した急性期脳卒中を受け入れ、血管内再開通療法を含む適切な治療を行うことでこれからも地域の脳卒中診療に貢献して参ります。



この冬の

新型コロナウイルス感染症対策について

感染対策委員会委員長 齊藤 巧

2020年以降、私たちの生活は、新型コロナウイルス感染症に翻弄され続けてきました。ようやく第7波が終焉したかと思えば、患者数はまた増加に転じて第8波が始まり、さらにこの冬は、過去2年間は激減していたインフルエンザの同時流行も危惧されています。

新型コロナとインフルエンザは、発熱やのどの痛み、倦怠感などの症状は共通するものがあり、臨床症状だけでは確実な診断はできません。しかしそれぞれ治療薬が異なりますので、検査による適正な診断が重要になります。発熱などの症状で来院された方は、まず新型コロナ、次いで必要に応じてインフルエンザの検査を受けていただくことになります。

デルタ株からオミクロン株にウイルスが変異したことにより、新型コロナそのものによる重症肺炎は減少していますが、基礎疾患のある方は感染をきっかけに持病が悪化し、生命に危険が及ぶことになります。

重症化の回避のためには、ワクチンにより免疫力を維持することが重要です。10月からオミクロン株対応のワクチンの接種が開始されましたので、前回接種から3か月以上経過した時点での追加接種が推奨されます。一度罹患された方でも、時間の経過とともに抗体価は減少しますので、適切な時期のワクチン接種は必要です。

ワクチン接種に際し懸念される副反応ですが、発熱や接種部位の疼痛などの主な副反応については、鎮痛解熱薬を準備し早めに使用することである程度緩和できます。

十分な栄養と睡眠など規則正しい生活を維持することも併せ、この冬を乗り切っていただきたいと思います。



マイナンバーカード等を利用した
「オンライン資格
確認システム」の
運用を開始

当院では令和4年11月1日よりマイナンバーカード等を利用した「オンライン資格確認システム」の運用を開始致しました。

マイナンバーカードをお持ちの方は、窓口で保険証をご提示いただくなくても、窓口設置のカードリーダーを利用することで、保険の資格確認が行えるようになります。(事前にマイナンバーカード保険証利用登録が必要です。)

健康保険証でも、これまでどおり受診が可能です。

成人インフルエンザワクチン WEB予約システムの 導入について

当院では2021年10月より小児予防接種WEB予約システムを導入しました。

本年度は、成人インフルエンザワクチンのWEB予約システムも利用開始し、24時間ご自宅より予約可能となりました。電話の待ち時間にかかる煩わしさを解消し、予約日程の空き状況も確認できます。

過去2年インフルエンザの流行がなく、日本全体のインフルエンザに対する免疫力は下がっています。特にお子様からインフルエンザが流行すると急速に拡がるのが懸念されます。本年度はワクチンにも余裕があるため、この機会にワクチン接種をお勧めいたします。

成人インフルエンザワクチン
WEB予約システム登録QRコード



PCR検査の予約方法が WEBに変更になりました!

新型コロナウイルス感染症を疑うような**かぜ症状**がある
(発熱、咳、のどの痛み、頭痛…など)

濃厚接触者に該当しており、熱や呼吸器症状が出現した

総合守谷第一病院のホームページにある**予約専用URL**からアクセスして下さい。

※濃厚接触者に該当している方とそうでない方でURLが違うのでご注意ください。

質問項目を順番に入力してください。

※項目がやや多いですが、検査で陽性になったときに必要な情報となります。ご了承ください。

予約が完了したら、

登録されたメールアドレスに予約内容が返信されます。

2022年7月より、産褥食を提供している患者様を対象に夜食の提供を始めました。

内容は、温かい飲みもの（粉末、個包装）と軽食（パン）です。

病室にありますが電気ケトルでお湯を沸かしていただいて、患者様の好きな時間にお召し上がりいただけます。

出産後、赤ちゃんとの生活が始まり、ゆっくり休める時間は少ないかも知れませんが、授乳の合間のちょっとした休息になれば幸いです。

産褥食の献立内容
につきましても
検討しております。

皆様に喜んで
いただけるような
食事の提供に
努めてまいります。



注）妊娠糖尿病や妊娠高血圧症候群等の疾患のある方は、医師の指示により、提供されない場合があります。

リハビリ
元気通信

第45回

糖尿病の運動療法

今よりも毎日10分多く身体を動かすだけで、健康になれる！

理学療法士 茨城県糖尿病療養指導士 阿部 友紀

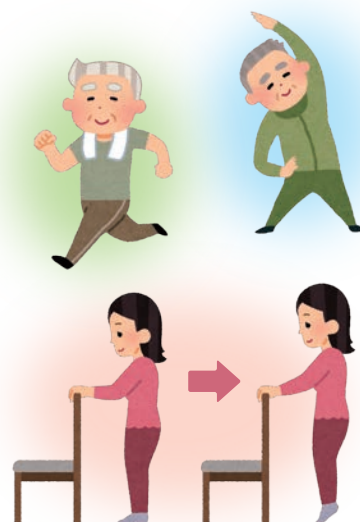
「運動は糖尿病治療にとって良いこと！健康に良い！」ということは誰しもが分かっているはずですが、世界的にみても身体を動かさない人が多いということが健康課題となっています。身体不活動による経済損失は全世界で5兆6000億円、1位.米国(5兆6000億円)2位.日本(4300億円)3位.中国(3200億円)そして、世界損失のうちの約70%に及ぶ4兆円が糖尿病関連です。日本でも3人に1人は身体不活動で、日常生活において座位の時間が長いほど死亡率と心血管疾患が増加、生命予後を悪化させ、経済損失も招くことになります。そこで、厚生労働省は**毎日プラス10分(歩数だと約1000歩)身体活動量を増やすこと**を促しています。

今よりも毎日10分多く身体を動かすことで糖尿病予防・血糖値低下・生活習慣病・がん・認知症のリスクを減らすことができます。時間を探してあなたも+10(プラス・テン)から始めてみましょう。

今より10分多く
身体を動かす！

探してみよう健康チャンス！

自宅で	・早起きは三文以上の得、10分早起きで体操時間 ・お風呂上りにストレッチ ・歯磨き時間もかかと上げ、テレビをみながら太もも上げ下げ
散歩・移動時間で	・まずは10分(約1000歩)散歩から始めよう ・NOエレベーター、Yes階段！ ・電車、バスで座らず立てばエクササイズ ・たまには少し離れた違うお店でお買い物 ・信号待ちでもかかと上げ



第46回もお楽しみに！