



循環器系疾患専門施設

CARDIOVASCULAR MEDICINE
KUSATSU HEART CENTER
草津ハートセンター

ハート新聞

第15号 2016年2月発行

企画・編集 草津ハートセンター外来看護部

[草津ハートセンターの理念] 最新の医療技術で確かな医療を提供します

草津ハートセンターは、おかげさまで10周年を迎えます！



草津ハートセンターは、おかげさまで今年の3月9日で10周年を迎えます。無事に10周年を迎えられるのも、ひとえに地域の皆様や患者様と、そのご家族の温かいご支援の賜物と思っております。心より御礼申し上げます。さて、草津ハートセンターは平成18年3月9日、循環器科の専門医療機関として開設いたしました。当院は、「最新の医療技術で、確かな医療を提供します。」を理念としております。患者様には最先端の医療機器で、最先端の治療を、スピーディーに提供できる施設でありたいという精神を基に、症状があったその日のうちに受診ができ、検査も受けられるといった非予約制での診療をさせていただいております。皆様には、この

当院の理念に対し、一定のご理解とご賛同をいただき、外来来院数は年々増加の一途をたどっております。しかしその反面、予約制ではないということで、時には長時間の待ち時間が発生し、皆様には大変ご迷惑をおかけしております。できるだけ待ち時間を減らし、そして何より安心して診察を受けて頂けるよう、院長をはじめ、スタッフ一同、日々協力し合い、改善に努めていきたいと考えております。また、10年前の開院時から通院して下さる患者様が今でも多数おられます。私たちの顔を見つけ、気軽に声をかけてくださると嬉しくなり、大いに励みとなっております。患者様には、これからも合併症の発症や重症化することなく、いつまでもいきいきとした生活を送って頂きたいとの思いで、生活習慣に関するパンフレットなどの情報提供や、ハート新聞の発行、糖尿病教室の開催などを企画しております。私たち看護師は、患者様にとって理解者であり、味方である、そんな存在を目指し、患者様とのふれ合いを大切に、真心こめた応対を心がけてまいります。これからも、草津ハートセンターをよろしく願いいたします。



外来看護師一同

はじめまして、新任医師のご紹介。

本年1月より、循環器医の西尾壮示医師が着任いたしました。診察日は以下のとおりです。今後とも宜しくお願いいたします。



<診察日>

木・金曜日の午前

水曜日の午後

先生から一言

患者さんの立場に立った医療を行いたいと思います。頑張りますので、よろしくお願いいたします。

担当医表は以下のようになります。

		月	火	水	木	金	土
午前	診察室 1	許	許	許	許	許	休診
	診察室 2			稲津	西尾	西尾	
	診察室 3	辻	辻	辻	辻	辻	
午後	診察室 3	辻	許	西尾	休診	渡邊	休診
	診察室 2			山本 ※			

※2月より下肢静脈瘤外来は、第2・4水曜日（月2回）に変更となります。ご迷惑をおかけしますが、宜しくお願いいたします。

ノロウイルスにご注意！強力になった新型ノロウイルスが確認！！

冬から春にかけて流行する感染性胃腸炎はウイルスや細菌などに感染し起こりますが、そのほとんどがロタウイルス、ノロウイルスです。この冬は2014年に発見された新型のノロウイルスが流行する兆しです。

症状：吐き気・嘔吐、下痢、腹痛、37～38度の発熱

感染経路：発症者の嘔吐物や便に触れることや、くしゃみや咳で噴出されたウイルスを吸い込むことによる飛沫感染があります。また、牡蠣などの二枚貝から感染することもあります。

潜伏期間：24時間から48時間で発症し、感染力が非常に強く、微量のウイルスでも感染します。

予防：手洗い・うがいの基本です。しかしノロウイルスは石鹼やアルコール消毒にも強く、塩素系漂白剤などの次亜塩素酸でないで死滅しません。発症者の便や嘔吐物には、大量のウイルスが含まれるため処理の際は使い捨て手袋、マスクが必要です。

※**新型ノロウイルスは多くの人が免疫を持っておらず感染しやすいとされており、また高齢者や子供は重症化しやすく、嘔吐・下痢による脱水症状に注意が必要です。**

処理方法

- ①便や嘔吐物はペーパーなどで取り除き、ビニール袋で密封する。
- ②残った便や嘔吐物の上にペーパーをかぶせ、その上から100倍に薄めた塩素系漂白剤を十分浸るように注ぎ、その後よく拭き取る。
- ③ウイルスは乾燥すると空気中に漂い、これが口に入って感染しないように便や嘔吐物はなるべく早く処理をする。

◎**消毒液の作り方**◎ペットボトル500mlの水に市販の塩素系漂白剤をキャップ2杯(10cc)入れたものが100倍に薄めた次亜塩素酸水の消毒液になります。



糖尿病教室メモ ～歯周病ケア～

平成28年1月15日開催

第14回糖尿病教室 ～糖尿病と歯周病～

糖尿病と歯周病との密接な関連性が、最近、様々な研究で明らかになっています。歯周病は、糖尿病と同じく初期には気付かない事も多く、知らないうちに進行していきます。しかし、毎日の生活習慣を見直し、適切なケアを行うことで予防する事が可能な病気です。今回の教室では、歯科衛生士さんに来て頂き、糖尿病患者さんに起こりやすいお口のトラブルに対する予防方法をお聞きし、参加者の皆さんにもブラッシング指導をもとに、実際にブラッシング方法を学んでいただきました。ここでは、歯ブラシ選びのポイント、交換時期などをご紹介します。

歯周病チェック (1つでも当てはまれば歯周病の恐れあり)

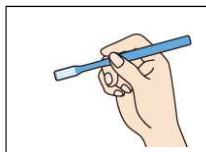
歯がムズムズする	体調不良時に歯肉より出血
歯ぐきから出血	歯並びが悪くなった
歯ぐきから膿がでる	固い物がかみにくい
歯ぐきの腫れ	歯間に食べ物が挟まる
歯がグラグラする	口臭がある
歯みがきで出血する	起床時に口内が粘つく

☆歯ブラシの交換時期☆

毛先が広がる1ヶ月くらいを目安に使用しましょう。

※1ヶ月よりも早く広がる：力の入れすぎに注意が必要です。

2ヶ月以上歯ブラシがもつ：適度な力が加わっていない可能性があります。



歯ブラシは、鉛筆を持つように握ると適度な力が入り、磨きやすくなります。

☆歯ブラシ選びのポイント☆

①歯ブラシのヘッド(植毛部)が小さいもの

②毛の固さは「ふつう」のもの

※歯肉から出血して痛い場合は「やわらかめ」を。痛みがなくなれば「ふつう」へ戻す。

③毛先が細先になっているもの

歯科医で、定期的な歯のチェックをしましょう！



