



神鋼記念病院 Medical News 2020

9

新型コロナウイルス 感染症への対応 ついでにインフルエンザも…

感染管理認定看護師
谷口 とおる



2020年、世界中で新型コロナウイルス感染症が蔓延することを誰が予想したでしょう。幾多の研究機関や専門家、エコノミストも占い師も、この感染症の蔓延を予想し、多くの人々へ警鐘を鳴らすことはできませんでした。しかし、国内発生から半年以上経過し、世界中の知見を積み上げてきたことは確かであり、それらに基づいた適切な対応も確立されつつあります。一人一人が、正しい知識を持ち、それら適切な対応を実践していくことが、できる限りこの感染症を抑制することにつながります。

毎日のテレビや書籍、インターネットニュースなどで、すでに何十回も何百回も目や耳にしてきたかとは思いますが、新型コロナウイルス感染症を簡単に説明しておきます。

新型コロナウイルスとは、一般的な風邪の原因となるコロナウイルスの仲間ですが、これまで世界で確認されたことがない種類のコロナウイルスで、2020年1月に中国が新種のコロナウイルスによる感染症が流行していることを報告しました。

では次に新型コロナウイルス感染症はどのような病気なのでしょうか。これも現在までにわかっていることや、また当院で診断された方の状況を振り返ってみます。この感染症は、新型コロナウイルスが鼻や口の粘膜から取り込まれて感染が成立します。感染が成立し発症すると、典型的な病型がなく、様々な症状を呈することがわかっています。発熱は多くの感染者にみられますが、その他にも強い倦怠感、咳や息苦しさや鼻汁などの呼吸器症状、下痢などの消化器症状、嗅覚や味覚の障害、関節痛や筋肉痛などなど。これらの症状が複合的に有る場合やまったく無い場合など、発症者によって違いがみられます。

また、例年冬になるとインフルエンザの流行が大きな話題となります。今年の冬は例年のインフルエンザの予防に加えて、新型コロナウイルス感染症の予防を行う必要があります。

新型コロナウイルス感染症でも、インフルエンザでも、普通の風邪でも、それらの原因となる病原体を体内に侵入させないことができれば、病気を発症することはありません。または侵入する病原体の数をできる限り減らすことができれば、ヒトが持つ免疫力を持って病気を発症しないことも可能です。感染症対策において、最も簡単なことはそれら病原体が侵入する経路を遮断させることになります。

では、これらの病気をどのように予防すべきか考えてみましょう。新型コロナウイルス感染症も、インフルエンザも、普通の風邪も、主に感染したヒトの唾液や鼻汁等の呼吸器分泌物が、直接的に感染していないヒトの鼻や口の粘膜に付着するか、それらが付着した環境表面に触れた手で、目や鼻や口に触れることで感染することがわかっています。まずは病気を拡げるかもしれない唾液や鼻汁等を飛び散らすことを抑えるため、マスクを着用することはとても有効です。直接的に唾液や鼻汁等を防ぐためにもマスクは有効です。もちろん、マスクを正しく装着していないと、その効果も少なくなりますので、マスクは正しく装着しましょう。

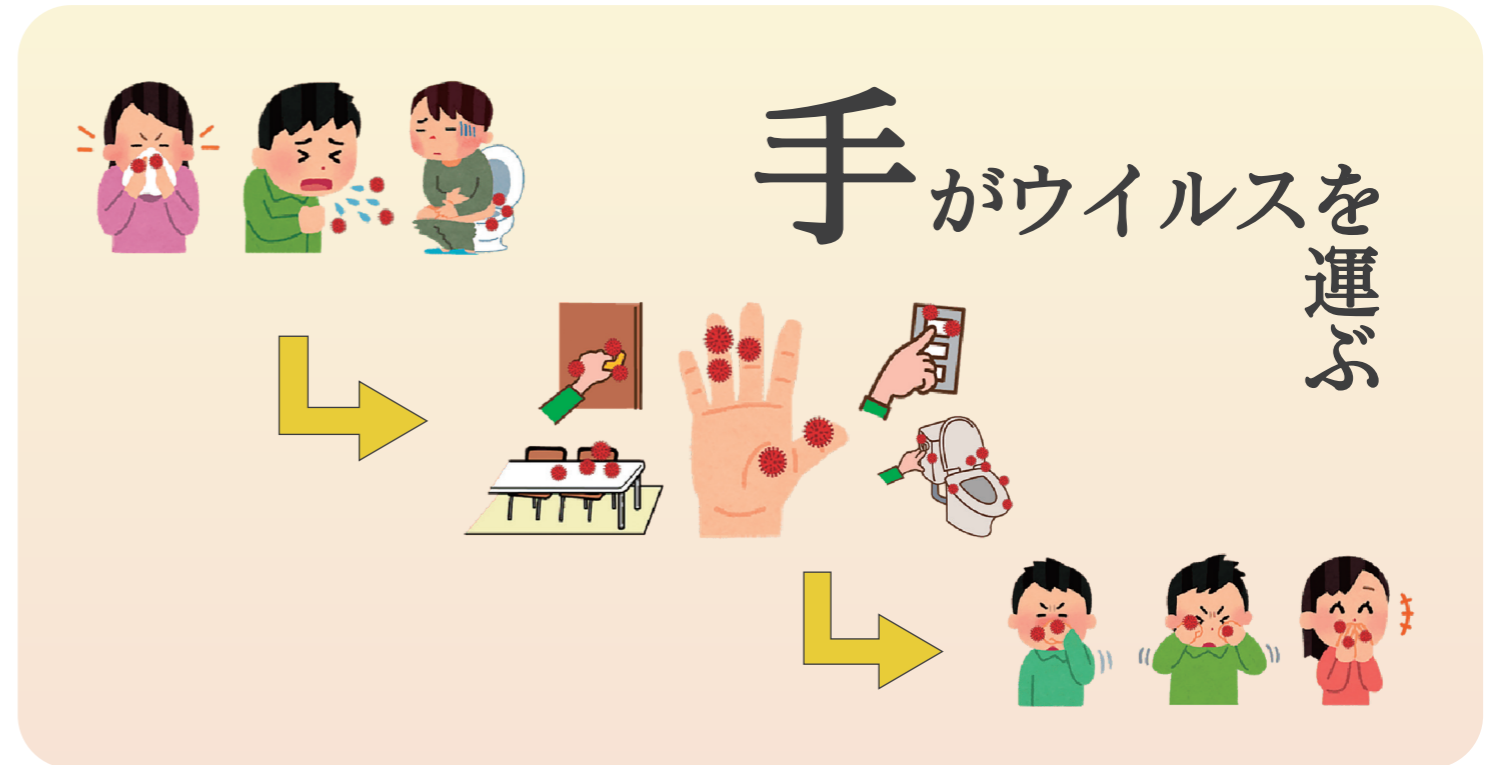
正しいマスクの装着



間違ったマスクの装着



次に、汚染した環境表面からの病原体の侵入を防ぐには、手をどれだけ清潔に保てるか。または汚染した（または汚染しているかもしれない）手で目や鼻や口に触れないことがとても大切になります。近所のスーパーマーケットに買い物へ出かけた際を思い出してみましょう。スーパーの入り口に置かれた手指消毒剤で手の隅々まで消毒した瞬間は、その手はきれいな状態です。そこから買い物を行う上で、買い物カゴを手にし、様々な商品を手にし、お金を払い、お釣りをもらった後の手はどうでしょうか？その手はきれいですか？日々の生活の中で、いちいち手がきれいかどうか考えながら生活することは現実的ではありません。しかし、多くのヒトが触れる物や場所に触れた場合には、少くくはこの話を思い出し、手を消毒するか、石鹸と流水で手を洗うことで感染を防ぐことができるかと思えます。



手の消毒や、石鹸と流水で手を洗うことで感染予防になります

新型コロナウイルス感染症が明日や明後日、この地球上から消えることは期待できません。しかし、地道な感染対策である手をきれいに保つことやマスクを着用することは、この病気以外のインフルエンザ等の感染拡大防止にもつながる行動となります。一人一人ができることを行い、徐々にでも様々な感染症が世の中から減ることを願います。

神鋼記念病院では、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、流行早期より様々な対策を行ってきました。当院をご利用いただく、患者さんやご家族の皆様にはご不便なこともあるとは思いますが、しかし、感染拡大防止へのご理解とご協力をいただくことで、患者さんもお家族も医療者もこの感染症から身を守れることと思えます。引き続きご理解とご協力をお願いいたします。

神鋼記念病院における新型コロナウイルス感染拡大防止の取り組みについて

- ・院内へ入られる全ての方へのマスク着用
- ・病院各所の手指消毒剤設置
- ・病院の出入り口の制限
- ・病院の入り口での検温と問診
- ・受付などの窓口をアクリル板やビニールによる遮蔽
- ・待合室での距離を保つための取り組み
- ・入院予定患者さんへの入院までの健康観察実施と外出自粛要請
- ・多くのヒトが触れる場所において定期的な消毒の実施
- ・入院患者さんへの面会制限

栄養室 田中 利幸

秋鮭と舞茸の バター蒸し焼き



生活習慣病の予防に
おすすめです

鮭には動脈硬化の予防効果が期待できるDHAとEPAが含まれており、骨粗鬆症の予防に役立つビタミンDも豊富です。さらに、鮭と舞茸には疲労回復を助けるビタミンB1が、免疫力を高めるビタミンAは鮭とピーマンに含まれています。季節の魚と野菜を食べて生活習慣病を予防しましょう。

【材料】1人前

秋鮭 1切れ(約80g) 小麦粉 小さじ1
舞茸 30g 醤油 小さじ1
ピーマン 1個(約35g) みりん 小さじ1
酒 小さじ2 バター 小さじ1
塩胡椒 少々

【栄養量】

エネルギー：171kcal
たんぱく質：16.5g
脂質：6.0g
炭水化物：9g
塩分：1.3g

【作り方】

- ① 鮭を1口大の大きさに切り、酒を軽く振って塩胡椒をする。
- ② ①に小麦粉をまぶして軽く混ぜる。
- ③ フライパンを熱してうすく油をひき、皮目を下に鮭を焼く。焼き目がついたら裏返す。
- ④ ③のフライパンにピーマンを入れて炒める。
- ⑤ バター、醤油、みりんの順に入れ、舞茸を入れる。
- ⑥ ピーマンを取り出し、蓋をして約1分間蒸し焼きにする。
- ⑦ 再びピーマンをフライパンに入れて軽く和えたら盛りつける。

Information

来院される皆様へ

新型コロナウイルス感染症拡大による院内感染防止のため、当院に来院される場合は、必ずマスクを着用いただきますようお願いいたします。



2020年9月

Vol.159

Shinko Hospital

Contents

- 特集 新型コロナウイルス感染症への対応 ついでにインフルエンザも・・・
- ヘルシーレシピ
- インフォメーション

■神鋼記念病院理念

公益性を重んじ、質の高い医療を通して皆様に愛される病院を目指します。

■基本方針

1. 快適な医療環境と医療設備を整え、安全で質の高い医療を提供します。
2. 患者さんの人格や価値観を尊重し、プライバシーを守ることを約束します。
3. 断らない救急医療を目指し、地域社会の信頼と期待に応えます。
4. 地域の医療機関や行政との連携を密にし、切れ目のない医療サービスの提供に努めます。
5. 高い医療技術を持った人間性豊かなスタッフを育成します。

社会医療法人神鋼記念会
神鋼記念病院

〒651-0072 神戸市中央区脇浜町1-4-47

TEL:078-261-6711 (代表)

FAX:078-261-6726

URL:<https://shinkohp.jp>

発行責任者：理事長 山本 正之

編集責任者：神鋼記念病院広報委員長

松本 元

講演会などの
詳しい情報はこちらから!!

神鋼記念病院

検索

<https://shinkohp.jp>