

新型コロナを防ぐ手洗いについて

国立病院機構帯広病院感染対策室
＜感染管理認定看護師 内山 大介＞

新型コロナウイルス感染症拡大を防止するために、咳エチケットと手洗い、そして3つの密（密閉・密集・密接）を防止することが大変重要です。病院の感染対策でもっとも重要であると言われている手洗いについてご説明します。下の図の手順を正しく理解して、皆様の日常生活の中で実践していただけたらと思います。この手順を30秒以上かけて行うことと最後にしっかり乾燥させることが大事です。

●手洗いの正しい手順（サラヤホームページより引用）

SARAYA

- 1 まず手指を流水でぬらす
- 2 泡せっけん液を適量手の平に取り出す
- 3 手の平と手の平を擦り合わせよく泡立てる
- 4 手の甲をもう片方の手の平でもみ洗う（両手）
- 5 指を組んで両手の指の間をもみ洗う
- 6 親指をもう片方の手で包みもみ洗う（両手）
- 7 指先をもう片方の手の平でもみ洗う（両手）
- 8 両手首までていねいにもみ洗う
- 9 流水でよくすすぐ
- 10 ペーパータオルでよく水気を拭き取る

病院長退任のご挨拶



名誉院長 菊池 洋一

本年3月31日付けで、病院長を退任いたしました。本来であれば以前よりもゆとりとした時間が流れるはずでしたが、このわずか数ヶ月の間に世界は新型コロナウイルスの爆発的な感染という未曾有の被害に見舞われ、第二次世界大戦以来の悲劇が世界を覆い尽くしました。地球全体がグローバル化し情報もウイルスもあっという間に世界を駆け回る時代になりました。その影響は、この地域でも遅かれ早かれ降りかかってくる。定年を迎え側面からではありますが、この地域を守るために皆様と手を取り合って頑張っていこうと思います。

エッセイ Me!!

研究検査科 澤田亜也可

やわらかな春の日差しが心地よい季節となり、私が帯広に来て1年がたちました。初めて社会に出て働き一人暮らしを始め、慣れないことばかりであったという間でした。この1年を振り返ると、目の前のことをこなすことに一杯で余裕がなかったので、今年は美味しいものを食べたり、温泉に行くなどして帯広をもっと満喫したいです！おすすめのスポットや名物があれば、ぜひ紹介してください。今、世界中で新型コロナウイルスが流行していますが、少しでも早い収束を願うばかりです…。

次回 中材・手術室の雪田華也さんです！



こころみ

心診 Examine the Heart, Mind, Core

独立行政法人国立病院機構
帯広病院 広報誌



2020

春

Vol. 13

こころみ

2020

Vol.13

令和2年5月25日発行

独立行政法人国立病院機構帯広病院

広報誌

編集・発行

広報委員会

発行責任者

朝井 裕



Title/「桜舞う小径」 Place/帯広市 Photo/織田 浩明

ご紹介 新任医師

4月1日より
着任致しました。

新任の医師をどうぞ
宜しくお願ひ致します。



心臓血管外科医師
沼口 亮介先生



呼吸器外科医師
岡崎 智先生



精神科医師
古高 陽一先生



精神科医師
松山 大輝先生

病院長就任のごあいさつ



院長 本間 裕士

皆様こんにちは。令和2年4月より院長職を拝命いたしました本間裕士です。当院は、平成16年に国立療養所帯広病院と国立十勝療養所が統合してできたベット数353床の病院です。国立療養所帯広病院の始まりは昭和17年に竣工された北海道庁立結核療養所で、一方、国立十勝療養所の始まりは昭和18年に創設された高射砲連隊帯広陸軍病院ですので、約80年の歴史があります。これまで、循環器疾患、呼吸器疾患、精神疾患、重症心身障害に関し、最先端で質の高い医療をここ帯広の地で提供できることをめざし、職員一同励んで参りました。これからも、他の医療機関との連携を密にし、末永く地域の皆様の健康のためにお役に立てるよう、全職員が力を合わせて頑張って参りますので、引き続き皆様の暖かいご理解とご支援を心よりお願い申し上げます。

新型コロナウイルス感染症について < 麻酔科部長 朝井裕一 >

昨年末に中国の武漢市から新型コロナウイルスが発生し、この文章を書いている4月22日現在、日本でも東京や大阪、札幌などを中心に新型コロナウイルスの発生が相次ぎ全国に感染症緊急事態宣言が出され、不要不急の外出及び「**三つの密**」(①**密閉空間**(換気の悪い密閉空間である)、②**密集場所**(多くの人が密集している)、③**密接場面**(互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や発声が行われる))が重なる状況を避けるようお願いされています。これらの情報に関しては各種メディアやニュースで常時取り上げられており、しっかりとした証拠があることや噂程度でしかないことなど、いろいろ報道されていると思います。個人的に一番参考になっているのは「山中伸弥による新型コロナウイルス情報発信」というホームページで、きちんとした根拠のあるものや最新の論文発表などが記載されており、ぜひ一度そちらをご参考してください。

在の状況について僕なりの考えを書かせていただきます。十勝地方では2月末に十勝総合振興局管内で最初の患者が確認され、一時他管内からの患者を受け入れていたものの、その後は北海道がんセンターで十勝在住の方の感染が確認されています。全く油断はできませんが、今のところは東京や札幌に比べれば比較的落ち着いているのではないかと考えています。確かに検査数なども少ないかもしれませんがそれは検査が必要と思われる人が比較的少ないからだと思います。ただ、札幌や東京をはじめとする人の往来や感染していても症状が軽かったり無症状の方もおられるようですので今後も厳重な注意が必要です。

最後に今後必要になるかもしれませんので、もしも自宅に感染が疑われる方がいる時の対処法を東京にいる同期から頂きましたので添付しておきます。これからも皆さんの周りで新型コロナウイルスが蔓延しないよう大変な時期が続くとは思われますが、お互いに協力し合ひましょう。

4/23 更新版
赤字=更新部分

自宅に新型コロナウイルス感染が疑われる方がいるときの対処法

厚生労働省「家庭内での注意」について
～8つのポイント～
のイラスト+αです

過ごす部屋を分けよう!!

極力、1つの部屋から出ないように!
症状ある人

看病する人も決めよう!
* 看病のある方
免疫力が低下している方、高齢者はお控えください

看病する人

看病後は手洗いうがい
アルコール消毒も!
(お風呂)

定期的な換気も!

症状ある人の部屋だけでなく、共用部や他の部屋も!!

手で触れるところをこまめに消毒!!

ドアの取っ手、ベッドの柵、トイレ、洗面所

薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭く!
家庭用洗剤で掃除、家庭用の消毒剤でこまめに消毒も!!

洗い物は一袋でもOK!!

ただし! 気になるものは分けよう!
症状がある人の汗がついた衣服は分け洗濯し、完全に乾かそう!

二軒先にもいるかも??

こまめに消毒しよう!

エレベーターボタン、電気のスイッチ、共有のテレビなど! 手もこまめに洗おう!

NEJM 2020; 382:1564-1567

こころみ Q&A

ここでは、当院への疑問質問をこころみQ&Aとしてお答えしたいと思います。

みなさまからの質問をお待ちしております!

ご質問がある場合はホームページのお問い合わせページへお気軽にどうぞ!

新型コロナ感染が疑われる時の外来受診の仕方について

Q1. 熱があるとき直接病院へ来てもよいですか?

A1. 37.5℃以上の熱が4日以上、または、強いだるさや息苦しさが2日間以上続いているときには直接来院せずに、事前に外来へお電話でご相談してください。

Q2. 感染症が心配で外来受診をしたくないのだけれどオンライン診療はしていないの?

A2. 当院では現在オンライン診療はしていません。体調が変わりない時には、お薬の処方箋のみを取りに来ていただくことが可能な場合もあります。その場合にはいつもの検査や診察にかかる待ち時間が短くなります。受診時に受付へ相談していただくか事前にお電話でご相談ください。