

『ひまわり』 撮影者 検査室 倉田 幸則

## 熱中症について

熱中症は例年多くの患者様が日本全国で発症されています。特に7月～9月にかけてのこれからの時期に多く、症状としては、めまいや失神、筋肉痛、手足のしびれなどから始まります。次に頭痛や吐き気、全身の倦怠感といった症状がでます。さらに重症になると歩けなくなったり、呼びかけに対する反応がおかしい、全身けいれんを起こすなどの症状がでます。重症になれば命に関わる病気もあります。そうならないためにもあらかじめ適切な予防を行うことが大切です。



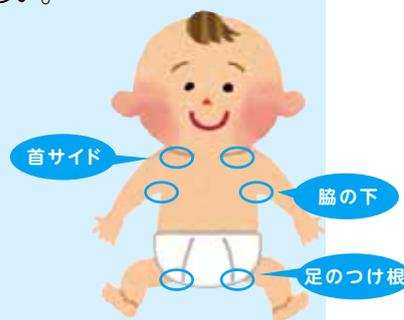
総合診療科  
平井 傑 医師

### 予防法

- ◆出来るだけ薄着をして、吸湿性や通気性の良い衣類を着用する。
- ◆直射日光下では帽子を被る。
- ◆気温が35℃以上の場合は、特別な場合をのぞいて運動を禁止する。
- ◆体幹温度を下げる方法として、直接日に当たらない、風通しを良くする、ぬるま湯や水のシャワーを浴びる。
- ◆屋外においては霧吹きや噴水の近くなどを利用することで、発汗させずに体幹温度を下げるのが効果的である。
- ◆冷たいものを摂取することで、体内からも冷やす。

### 対処法

- ◆OS-1などの経口補水液またはスポーツドリンクなどを飲ませる。  
特に乳幼児には注意が必要で、経口補水液の投与が望ましい。
- ◆霧吹きで全身に水を浴びせて、気化熱によって冷やす。  
霧吹きがないときは、口に水を含んで吹きかけても良い。  
そのときの水は冷たくなくて良い。
- ◆冷たい缶ジュースや氷枕などを腋の下、股や首などの動脈が集中する部分にあてて冷やす。
- ◆涼しい場所で休ませる。木陰やクーラーの効いたところで衣服を緩めるのが良い。近くにそのような場所がないときは、うちわなどで急速に身体を冷やす。



現場で確認すべきことは、意識がしっかりしているかどうかです。

少しでも意識がおかしい場合には、すぐに救急車を呼んでください。

また応急処置にもかかわらず悪化が見られる場合にも救急車を呼んでください。

ホームページアドレス <http://kenritsushima.jadecom.or.jp/>

志摩病院は日本医療機能評価機構認定病院です。



## 肺炎球菌ワクチンの話 〈住民学習会 6月18日開催〉

講師 総合診療科 和田 昭仁 医師

近年、肺炎は日本人全年齢人口の死亡原因の第3位を占め、特に高齢者においては主たる死亡原因となっている。肺炎は様々な原因によって引き起こされるが、なかでも肺炎球菌によるものは全肺炎の1/4-1/3を占めると考えられている。肺炎球菌は菌体の外側に莢膜きょうまくと呼ばれる多糖体を持っており、白血球が菌体を食べる働きに抵抗する重要な因子となっている。また、莢膜きょうまくには様々な型があるため、肺炎球菌感染後に免疫を獲得することは期待できない。肺炎球菌による感染症の防止目的で、莢膜由来の多糖を利用したワクチン



が複数開発されている。日本では、小児および成人に対して13価のコンジュゲートワクチン（PCV13）が、成人に対しては23価のポリサッカライドワクチン（PPV23）が承認されている。近年まで、PPV23の肺炎防止に対する効果は限定的であると考えられていたが、紀南病院の丸山先生の研究により、PPV23には高齢者の肺炎防止効果があることが示された（表）。コンジュゲートワクチンが定期接種化されたことにより、現在、ワクチンに含まれる血清型の肺炎球菌による小児の侵襲性感染（血液や髄液から肺炎球菌が検出されるような感染）罹患率は減少している。また、コンジュゲートワクチン接種により、小児の上咽頭に常在する肺炎球菌が減少することが知られており、これによる2次的効果として、小児から成人への感染が減少することが期待されている。高齢者、基礎疾患を持った方、集団生活を送っている方が、適切な時期にインフルエンザワクチンとPPV23も

しくはPCV13を接種することにより、肺炎が減少することが期待されている。PPV23とPCV13に関する様々な情報提供が今後も必要である。

肺炎球菌ワクチンによる肺炎防止効果  
(1000人・年あたり罹患率)

	ワクチン接種群(n=502)	ワクチン非接種群(n=504)	減少率(%)(95%信頼区間)	P値
すべての肺炎	55	91	44.8 (22.4-60.8)	0.0006
肺炎球菌性肺炎	12	32	63.8 (32.1-80.7)	0.0015

肺炎球菌ワクチンによる、肺炎を原因とする死亡に対する減少効果

	ワクチン接種群(n=502)	ワクチン非接種群(n=504)	P値
すべての肺炎による死亡	13/63 (20.6%)	26/104 (25.0%)	0.5181
肺炎球菌性肺炎による死亡	0/14 (0%)	13/37 (35.1%)	0.0105

Maruyama et al. BMJ 2010 340:C1004

# 志摩病院での長期実習を通じて

三重大学医学部6年生  
日比 亨

初めまして、三重大学医学部6年生の日比 亨と申します。今回「長期遠隔地域医療実習」という三重大学のカリキュラムの中で、4月～7月の間、志摩病院で実習させて頂いています。

4月・5月は内科、6月前半は小児科でお世話になりました。内科では、幅広い分野から患者さんの病気について考え、救急外来から入院、退院までの一連を指導医の先生方と経験し、患者さん本人やご家族さんにとって何が最良かを考えることができました。小児科では、お子さんでよくある病気や特有の病気を、問診から診察を考え経験できました。6月後半は、院内の地域連携センターや前島診療所、志摩市健康センター、伊勢保健所などで、病診連携や行政と医療の関わりを学びました。志摩における医療状況を見渡すことができ、医療を考えるには多様な視点が必要だと感じました。7月からは外科でお世話になっています。医学知識や外科手技といったことの習得もさることながら、症例を通して地域の医療ニーズを少しでも感じ取れればと考えています。



住民学習会にて



外科手術の現場にて



企画者の高村先生を交えて

残り半月の実習期間ですが、最後まで宜しくお願い致します。

## スポーツ大会『バレーの部』で優勝!!



6月7日(土)津市安濃中央総合公園内体育館において『県立病院等職員スポーツ大会』が開催されました。競技種目はソフトボールとバレーボールの2種でしたが、あいにく雨天のためバレーボールのみの試合となりました。仕事を終えてからの練習はあまり出来ませんでした。チームワークと志摩病院魂で優勝!それも昨年に引き続き2連覇する事が出来ました。出場選手はもちろん、陰で支えた応援団の活躍のおかげで優勝できたと思います。3連覇に向けて、これからもチームで頑張っていきます。



出場選手はもちろん、陰で支えた応援団の活躍のおかげで優勝できたと思います。3連覇に向けて、これからもチームで頑張っていきます。

## 看護師就職説明会のお知らせ

日時：平成26年8月2日(土) 10:00～13:00

場所：ホテル 志摩スペイン村

内容 ・志摩病院概要と看護部概要 ・卒後教育について  
・働くナースマン ・認定看護師について  
・先輩看護師と語ろう ・奨学金制度・福利厚生について など

※希望の方には、病院見学も行います

※施設見学及び、説明会は上記以外も随時行っております。  
気軽にお問い合わせください。

WELCOME

連絡先  
三重県立志摩病院  
看護部 北山  
☎0599-43-0501



## 編集後記

間もなく、梅雨明け宣言。今年はどんな夏になるのでしょうか？  
年を重ねても『夏』と聞くと、気持ちはウキウキしますが、体は……。  
絶滅危惧種に指定されないうちに、ウナギを食べて猛暑を乗り切りたいものです。



ペンネーム しまっしー

# ● 外来担当医表

(平成26年7月1日現在)

科名		月	火	水	木	金
内科		片山(内科・予約)	伊藤(内科・初診)	黒川(内科・初診)	野村(内科・初診)	森川(内科・初診)
		山下(内科・初診)	山下(内科・初診)	山下(内科・初診)	山田(第1・3週)(内科・初診)	鈴木(孝)/岡(内科・初診)
	循環器科	山田(内科・初診)	村田(内科・初診)	担当医(内科・予約)	担当医(第2・4週)(内科・初診)	村田(内科・初診)
緩和ケア内科	///	担当医 (循環器科・予約)	///	山下 (内科・予約)	担当医 (循環器科・予約)	///
大腸センター	///	吉村 (大腸センター・午後・予約)	///	担当医 (内科・予約)	山際 (緩和ケア内科)	///
神経内科	///	///	///	真鈴川(第3週) (10:00~16:00・予約)	///	///
外科		勝峰	根本	根本	勝峰	新貝
脳神経外科		///	亀井(第1・5週) 10:00~	///	宮(第2週) 9:30~ 清水(第4週)	///
小児科	午前	松林 (急性疾患外来)	松林 (急性疾患外来)	松林 (急性疾患外来)	松林 (急性疾患外来)	交替 (急性疾患外来)
	午後	松林 (育児支援相談・慢性 疾患外来の一部・予約)	松林 (慢性疾患外来・予約)	松林 (予防接種・予約)	松林 (慢性疾患外来・予約)	松林 (乳児健診・予防接種・予約)
		松林(急性疾患外来の一部 ※場合により応需しております。電話にてお問い合わせください。)(金曜のみ月1回休診・不定期)				
産婦人科		担当医(午後)	担当医(午前)	///	///	///
整形外科	初診/予約外 診察時間	萩 伊勢総合病院医師 9:00~12:00	里中 伊勢総合病院医師 9:00~	吉田 伊勢総合病院医師 9:15~	手術日	田島 9:00~
	初診	高北	///	竹原(予約)		///
	再診	田島(予約)	高北(リウマチ外来・予約)	///		高北(予約)
泌尿器科		塚本	塚本	三木	塚本	塚本
眼科 火曜日のみ受付 8:00~11:00まで		前田	前田 (初診のみ)	前田	前田	前田
こころの 外来	午前	初診	///	山村(予約)	病棟 診察日	///
		再診	松山	岡田・大山		松山・大山・山村
	午後	初診	松山(予約)	岡田・大山 (予約)		松山・大山・山村 (予約)
	再診	///	///	山村	///	
皮膚科 受付 11:00まで		近藤	///	///	近藤	///
東洋医学・皮膚科		///	古橋	古橋	///	古橋
月曜日・水曜日は14:30からも診療をおこなっております。(受付時間14:00~15:00)						
耳鼻咽喉科		千代延	///	///	///	///

\*受付時間は8:00~11:30となります。

※眼科の火曜日は8:00~11:00までとなります。  
※皮膚科は8:00~11:00までとなります。

\*小児科の7月の金曜日午前診療は、第1・第3は三重大学医師、第2・第4は松林医師の診察となります。8月の金曜日午前診療は、第2・第4は三重大学医師、第1・第3・第5は松林医師の診察となります。松林医師の診療日は、診療のみとなります。(乳児健診は午後からとなります。)

三重大学医師の診療日は診療と乳児健診となります。

\*外科外来では、乳腺外来と甲状腺外来を併設しています。(月曜日~金曜日)

※内科・循環器科・緩和ケア内科・大腸センター・神経内科は紹介制となります。  
\*(///印は、休診日) 土・日・祝日は休診日です。

\*予約の診察につきましては、各科外来にお問合せください。

\*前回受診後3ヶ月を経過すると初診扱いとなる場合があります。

\*医師の都合により休診又は、変更となる場合がありますので各科にお尋ねください。

## 糖尿病教室のお知らせ

日時 7月22日(火) 13:30~14:30

場所 県立志摩病院 2階 講堂 (売店横)

内容 「食べて健康!! バランス食~あなたの食事はよい食事?~」

講師 管理栄養士

8月はお休みさせていただきます。

当日、どなたでも無料でご参加いただけます。  
希望者の方は、血糖測定を行います。

お問い合わせ先

県立志摩病院 栄養室 0599-43-0501



## 住民学習会のお知らせ

当院では、地域貢献の一環として住民のみなさまを対象とした学習会を開催します。

どなたでもご参加いただけますので、興味のある方、ご都合のつく方はぜひお越しください。(事前の申し込みは必要ありません。)

日時 7月30日(水) 13:30~14:30

場所 県立志摩病院 2階 講堂

内容 「頭痛への知識を持とう」

講師 総合診療科 平井 傑 医師

お問い合わせ先

県立志摩病院 地域連携センター 0599-43-0501

