



病院だより

南砺市民病院
〒932-0211 富山県南砺市井波938番地
TEL 0763-82-1475
FAX 0763-82-1853
<http://shiminhp.city.nanto.toyama.jp/>



年頭のご挨拶

平成28年元旦
院長 清水 幸裕



皆さん、明けましておめでとうございます。今年も南砺市民病院に
 担当していただき、ご協力をお願いいたします。平成28年元旦、院長 清水 幸裕
 南砺市民病院は、数年前より富山大学総合診療科と連携し、総合診療科を育成して
 います。高齢の方や、患者さん、医療者、市民、地域、企業、学校、福祉施設など、多岐にわたる
 診療領域をカバーし、地域の医療ニーズに迅速に対応できるように努めています。また、終末
 医療の充実を図るとともに、在宅医療の推進や、地域連携の強化に取り組んでいます。今年も
 南砺市民病院の発展と、地域の医療の向上に貢献できるよう努めます。

南砺市民病院理念

医療・保健・福祉活動を通じて市民の健康で豊かな生活に貢献します。
【基本方針】

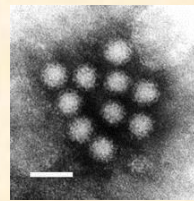
1. 市民の視点に立ち、市民とともに歩む病院にします。
2. 質の高い安全な医療を公平に提供します。
3. 市民が、その人らしい幸せな生涯を過ごせるよう支援します。



これからの時期、要注意！ノロウィルスの脅威！

★ノロウイルスとは

ノロウイルスによる食中毒は、牡蠣(カキ)やアサリ、シジミなどの二枚貝によるものが最も多いと言われています。牡蠣は冬場に食する機会が多いことから発症が多くなると考えられています。



★症状

症状の始まりは突発的に起こることが多く、夜に床につくと突然腹の底からこみ上げてくるような感觸と吐き気をもよおします。それも一度で終わらず何度も激しい吐き気が起こり、無理に横になろうとしても気持ち悪くて横になれず、吐き気が治まった後は急激且つ激しい悪寒が続き、さらに発熱を伴うこともあります。

これらの症状は通常、1～2日で治まり、後遺症が残ることもありません。



★予防法として

なにより調理者が十分に手洗いすること、そして調理器具を衛生的に保つことが重要です。また、ノロウイルスは60℃で30分の加熱では感染性は失われず、85℃以上1分間以上の加熱によって感染性を失うため、特にカキなどの食品は中心部まで充分加熱することが食中毒予防に重要です。生のカキを扱った包丁やまな板、食器などを、そのまま生野菜など生食するものに用いないよう、調理器具をよく洗浄・塩素系漂白剤による消毒をすることも大事です。

★もし感染してしまったら

まずはかかりつけの医療機関で受診しましょう。

家庭においては、脱水症を起こしたり、体力を消耗したりしないように、水分と栄養の補充を充分に行いましょう。スポーツドリンクを電子レンジなどで人肌に温めてから飲むことが推奨されています。電解質を含まない湯冷まし、お茶などは水分の吸収が遅いのでおすすめできません。また、止しゃ薬(下痢止め薬)は、いつまでもお腹の中にウィルスが滞在させ病気の回復を遅らせるので、使用しないことが望ましいでしょう。

“気になる” 専門外来のご案内

南砺市民病院では、専門医による外来を開設しました。
普段から気になるけれど、なかなか良くならない症状をご相談ください。
完全予約制の専門外来です。指定曜日の午後2時からご利用いただけます。

第1
金曜日

『頑固な咳外来』

担当 品川

のどがはしかい。寝ると咳が出て寝た気がしない、ヒューヒュー息切れする。



第2
水曜日

『減量外来』

担当 手丸

いろいろ試してみたけれど、なかなか減量できない方。



第3
金曜日

『睡眠時無呼吸外来』

担当 栗山

夜中に突然いびきも呼吸も止まっているようだ。寝ても疲れが取れない。



第4
水曜日

『お腹に優しい外来』

担当 清水

飲み過ぎのため肝臓が心配だ。便通が良くない。お腹がいつもごろごろなる。いつも胸やけがする。最近お腹の調子が悪く体重が減ってきた。



予約・問い合わせ: 地域医療連携科82-0515まで