



院 是

すべては患者さんのために

小春日和

南東北春日リハビリテーション病院
介護老人保健施設 南東北春日リハビリテーション・ケアセンター

こはるびより

発行
2013年12月

第109号

家庭の医学

感染性胃腸炎

感染性胃腸炎は主にウイルスなどが原因となって発症する胃腸炎です。

冬場に流行し、症状は下痢や嘔吐、腹痛や発熱です。

原因となるウイルス

ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルスなどです。ロタウイルスやアデノウイルスによる胃腸炎は乳幼児に多くみられます。

潜伏期間と症状

潜伏期間は1〜2日。
症状：下痢・嘔吐・嘔気・腹痛・発熱（37℃台が多い）
ノロウイルスの場合通常1〜2日で症状はおさまりますが、免疫力の低下した高齢者では症状が長引く場合があります。

ロタウイルスの場合5〜6日続くことがあり、便が白くなる場合があります。

原因と感染経路（ノロウイルスの場合）

- ① カキなどの二枚貝を不十分な加熱で食べることに由来する感染。
- ② ウイルスに感染した人が用便後の手洗いが不十分なまま料理をし、その料理を食べることで感染。
- ③ ウイルスに感染した人の嘔吐物の処理が不十分で、ウイルスが乾燥して舞い上がり直接人の口から取り込まれ感染。

治療

感染性胃腸炎には特別な治療法はありません。症状を軽減するための処置（対症療法）が行われます。乳幼児や高齢

◆家庭での消毒薬の作り方◆

（ノロウイルスによる嘔吐物で汚染された場所を消毒する場合）

- 500 mlの水にハイター 10 ml
- * 10 mlはペットボトルのキャップ2杯分です。
- * 金属は腐食するため、10分程経過したら水拭きをして下さい。
- * 手洗いには使用しません。皮膚が荒れてしまいます。



者では下痢や嘔吐により脱水症状をおこすことがあります。早めに医療機関を受診しましょう。また、安易に下痢止めを服用すると病気の回復を遅らせることがありますので、使用しないようにしましょう。

予防（ノロウイルスの場合）

- ① カキなどの二枚貝の生食を控え、加熱する時は中心部まで火を通しましょう。（ノロウイルスは85℃1分間の加熱で死滅します）
- ② 感染した人の嘔吐物や便からの感染を防ぐために、便や吐物を処理する時にはマスクや使い捨て手袋を使用しましょう。吐物等を処理する際、拭き取った布や使用した手袋を捨てる場合にはビニール袋に入れしっかりと口をしぼりましょう。（ウイルスが広がるのを防ぎます）

吐物により汚染された場所は次亜塩素酸ナトリウム（ハイターなど）で消毒しましょう。処理後はしっかりと手洗いをしましょう。

- ③ 手洗いをまめに行いましょう。外から帰ったあと、用便後、料理をする前、食事前には手洗いをしましょう。
- ④ 吐物の処理をした雑巾や、着用した衣類は、水洗いではウイルスは死滅しません。そのため廃棄、または熱湯消毒を行いましょう。

今月の目次

- ① ページ 家庭の医学
- ② ページ イベントニュース
- ③ ページ 通所リハ／リハビリコーナー
- ④ ページ 今月の川柳・外来診察担当医

EVENT

イベントニュース

第三保育園児看護師体験

平成25年10月23日須賀川第三保育園児による看護師体験が行なわれました。

ナース服とナースキャップを着用し、聴診器をつけた小さな看護師さん達は、嬉しそうに患者さん、利用者さんの元へ！カルテには「体の調子はどうですか？」「お熱はありませんか？」「胸の音を聞かせて下さい」の項目があり、緊張した面持ちで患者さん方とお話していました。患者さん、利用者さんは「元気だよ」「今日の調子はいいよ」「胸



の音、聞こえる？」と笑顔で答えておられました。

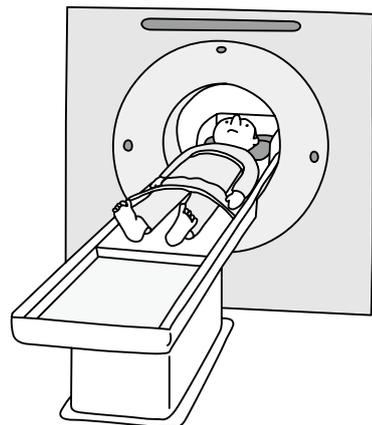
普段はあまりお話をしない利用者さんも、子供達を前にすると笑顔でお話をしていました。体験後には園児から歌のプレゼントがあり、手拍子をしながら聞いていました。元気いっぱいの子さな看護師さんとの関わりで、とても元気をもらったようでした。また機会があれば参加したいとの声も聞かれました。

最新型CT(コンピュータ断層撮影)稼働！ 肉臓脂肪面積測定受付中！

当院では、高速3D診断・低被ばく検査が可能な最新型全身用コンピュータ断層撮影装置(CT)を導入しました。

CTとはどんな機械？

コンピュータ断層撮影の略で、身体の断層を撮影し内部の構造を知ること、血液や尿検査では分からない血栓(脳梗塞などの原因)や主要の有無などが分かります。



内臓脂肪面積計測の 検査受付中！

内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)は、脳卒中や心筋梗塞などの動脈硬化性疾患のリスクが高まる最も恐ろしい病気です。内臓脂肪は見た目では分かりにくく、同じウエスト長でありながら、内臓脂肪の面積が何倍も違った…なんてこともあり、ウエスト長からだけでは、その量を正確に推定することは極めて難しいことがわかります。正確に把握し、内臓脂肪の燃焼に努めましょう！
単体、または健診や人間ドッグのオプション検査として：検査料2,625円
この機会に計測してみませんか？

通所リハビリテーション

言語聴覚訓練のご紹介

通所リハビリテーションでは言語聴覚士（ST）による、言語聴覚訓練を行っております。

☆当通所で対象となる主な障害☆

ことばの障害

・失語症

食べる障害

・摂食、嚥下障害など

声や発音の障害

・音声障害
・構音（発音）障害など



☆言語聴覚訓練とは

言語聴覚障害者の方を対象に言語機能の回復、維持をはかりコミュニケーション能力や生活の質を高めるための訓練を行うものです。

例えば・・・

- 失語症の方で言いたい言葉がスムーズに出ない、誤った物の名前が出てしまう方には、物の名前を正しく表現する練習、また文字を書く際、文字が思い出しにくい方には文字を書く練習などを行います。
- 構音障害（口や舌が動きにくい）の方には、口や舌などの運動、はっきりと話す練習などを行います。

その方の症状に合わせた訓練や自主訓練の指導などを行っていきます。

※お問い合わせ、ご相談等随時承ります。

南東北春日通所リハビリテーション
電話 0248-63-7291

リハビリコーナー

ドケルバン病とは？

【仕組み】

手の甲には、手指や手首を伸ばすのに使用する筋肉があります。

その中でも、手首の最も親指側には親指を動かす筋肉があり、その筋肉の腱が通る道（伸筋腱鞘第1区画）が、あります。

- ①短母指伸筋：親指を伸ばす
- ②長母指外転筋：親指を真横に広げる
- ③伸筋腱鞘第1区画：2つの筋肉の腱が通る



【原因】

親指を伸ばしたり、真横へ広げたりする動作や、握り動作を繰り返すことで筋肉の腱と腱鞘が炎症を起こし、手首や親指の腫れや痛みが生じる病気です。

よって、この病気は家事や長時間のパソコン操作や楽器演奏・スポーツなど特定の職業や、手の使い方との関係が非常に大きいです。

【症状】

親指を握り込みながら、手首を小指側にぐっと傾けたときに痛みが強くなった場合はこの病気が疑われます。（フィンケルシュタインテスト）



【治療法】

- ①保存療法：鎮痛剤の内服
や湿布や塗薬などで安静を保ちます。痛みが強い場合は腱鞘内に注射をする事もあります。
- ②手術療法：症状が改善しない場合は、腱鞘を切開し圧を取り除く手術法もあります。

【予防法】

特定の動作により誘発されやすい病気なので、手の使い方のクセを見直しましょう！

- ・パソコンや携帯電話を親指に必要以上に力を入れて打つ
- ・親指側の手首を曲げて、フライパンなどを持つ
- ・杖を握りこむようにして持ち、使用する

川柳募集

ただいま当院では、川柳を募集しています。テーマは自由です。たくさんのご応募をお待ちしております!!

●応募資格：...どなたでも応募できます。

●応募方法：スタッフに直接作品をお渡しいただくか、郵便やFAXでもかまいません。

作品と一緒に名前(名前の掲載を希望しない場合はペンネームも)、ご住所、電話番号のご記入もお願い致します。おひとり何作品でも応募できます。

今月の川柳

他を許す 言葉一個で 仲直り

西名公吉

天気良し 体調良い日 幸せです

夢見や咲子

にぎやかな 余韻残して 子ら帰る

斎藤富美枝

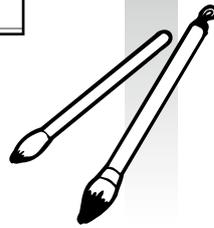
プレゼント 買うまでに子らよく育ち

半世紀 連れ添う妻よ 幸せか

和田道の住人

やさしさに 心配りで 恩返し

佐藤照雄



○郵便の場合

〒962-0817 福島県須賀川市南上町123-1
南東北春日リハビリテーション病院
広報委員 「川柳募集係」あて

○FAXの場合 FAX.0248-63-7265

※応募していただいた作品は返却しておりませんが、返却を希望する場合はお申し出ください。
※応募の際に提供された個人情報は、本人の承諾なく第三者に提供されることはありません。

■ 外来診察担当医表 (予定) 眼科の診療日は毎週月曜日です。(祝日除く)

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科 消化器科/循環器科/呼吸器科	午前8:30~12:30	大越 透	大越 透	大越 透	大越 透	佐藤 哲夫	大越 透
	午後1:30~ 4:30	大越 透	大越 透	大越 透	樋口 健弥	大越 透	
脳神経外科	午前8:30~12:30	後藤 恒夫		後藤 恒夫		後藤 恒夫	
	午後2:00~ 4:30						小鹿山 博之
形成外科・皮膚科	午後1:30~ 4:00			北原 正樹			
リハビリテーション科 (理学療法 作業療法 言語聴覚療法)	午前8:30~12:30	後藤 恒夫		後藤 恒夫		後藤 恒夫	
眼科	午後1:30~ 4:00	小林 奈美江					

健診

- 一般健診 ●人間ドック ●胃がん検診 ●内視鏡検査
- 協会けんぽ健診(旧政府管掌)〈生活習慣病・予防健診〉

禁煙治療を
行っています



皮膚科の診療を
行っています



■発行/医療法人社団 三成会

南東北春日リハビリテーション病院
TEL.0248-63-7299

介護老人保健施設 南東北春日リハビリテーション・ケアセンター
TEL.0248-63-7279

南東北春日居宅介護支援事業所
TEL.0248-63-7297

南東北春日訪問看護ステーション
TEL.0248-63-7278

通所介護事業所 南東北春日リハティ石川
TEL.0247-56-3711

所在地：福島県須賀川市南上町123-1

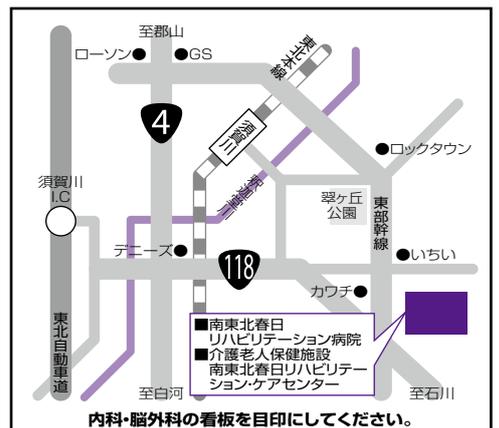
<http://www.kasuga-rehabili.com>

■印刷/石井電算印刷株式会社

南東北 春日

検索 CLICK

個人情報保護法施行により、紙面に掲載されている写真は、本人の承諾を得て掲載しております。



内科・脳外科の看板を目印にしてください。



「小春日和」は、環境に配慮した
資材と工場で製造されています。



ミックス
紙
FSC® FSC® C010137

「小春日和」は、責任ある森林管理により
生まれたFSC®認証紙を使用しています。



「小春日和」は、環境にやさしい
ベジタブルインキを使用しています。