

# 並木健康くらぶ通信

並木病院 看護部教育委員会 平成29年7月 第6号



## 佐藤光春先生に聞きました

佐藤光春医師 1989年 防衛医大卒  
医学博士(防衛医大)  
気管支鏡指導医・専門医、身体障害者福祉法指定医師  
埼玉県緩和ケア研修会受講



みなさまこんにちは。私は内科医ですが、病院内の感染対策に関する仕事も担っておりますので感染に関するお話しをしてみたいと思います。

感染は細菌やウイルスなどの微生物(病原体)と感染する道筋(感染経路)、そして感染する人の抵抗力(免疫力)の3つの要因で成立します。感染しないためには病原体がないのが一番ですが、それは現実的には不可能ですのでできる限り病原体を減らすことが重要です。病院には免疫力が低下した方が多いことから、土や水に微生物やカビが生息

している生花の持ち込みを禁止したり、冬季にはマスクの装着により病原体の持ち込みを防止するお願いをしています。また病原体が人の体に入らないよう感染経路を断つには手洗いが極めて重要です。多くの人に触るもの、例えばショッピングセンターのカートや電車の吊革、手摺りなどに触れたあとは必ず手洗いをしっかり行うことが大切です。アルコール手指消毒薬は当院にも各所に設置しており、時折デパートなどの入口に設置されているのを目にします。この消毒薬は根元まで完全に押しきり噴霧し、手指全体を15秒以上十分に濡らした状態にした上で乾燥させることにより消毒効果が発揮されます。ちょこっと濡らすだけでは効果はありません。また石鹸での手洗いは30秒以上かけて洗うことが必要です。最後に、抵抗力を落とさないためには、ストレスを溜めず、適度な運動と十分な睡眠、そして栄養管理が大切です。これからの季節、病原体にとってはうれしい気候であり、一方、人にとっては夏バテや暴飲暴食で疲れやすく抵抗力が低下しやすい季節となります。手洗い、手指消毒をしっかりと行い、感染症で苦しむことのない生き生きとした毎日を過ごせるよう注意していきましょう。



職員が折った折り鶴で製作しました。

## おかげさまで並木病院は10周年を迎えました。

平成19年5月に113床でスタートし、現在180床となりました。「安心で心休まる、安全で質の高い患者さま本位の医療を提供する」を理念として一步一步、歩んで参りました。これからもどうぞよろしく願います。

### 「スマイルカフェ」

5月22日、院長、看護部長、師長から職員にケーキやコーヒー、お菓子が振舞われました。院長曰く、嬉しそうにケーキを食べている顔を見ると自分も嬉しくなるそうです。ごちそう様でした。その笑顔を今度は患者さんや家族にわけてあげられそうですね。



## アロマセラピー講習会のお知らせ (予約制になります)

日時:7月22日(土) 10:00~12:00 講師:西井貴誠医師  
テーマ:植物の形と人体発生学~解剖学的に精油を使い分ける~  
実習:アロマプレーを作ります(参加費500円)



編集後記 創立10周年の感謝状が4名の職員に送られました。施設課岡田さん・事務当直田中さん A3門さん・B2山田さん、仕事ぶりに感謝しています。身近な人に感謝の言葉をかけるのは、ちょっと恥ずかしくて言いにくいものです。そんな時はミニ感謝状を書いてみるのもいいですね。

教育委員:高野委員長、大山副委員長、今井、高橋(由)、根岸、渡部、橋本、佐藤、白砂