

中空知唯一の
感染症指定医療機関

市立病院の対策は

岡市立病院 TEL 54・2131

新型コロナウイルス感染症患者は中空知地域においても確認されています。中空知唯一の第2種感染症指定医療機関である市立病院の新型コロナウイルス感染症の対策がどのようになっていくのか田口院長に聞きました。(4月27日時点の内容です。)

新型コロナウイルス感染症患者の対応病床はどのくらいあるのでしょうか。

市立病院の全病床数498床のうち、感染症に対応する病床は11床となります。(感染病床4床、結核病床5床、HCU2床)

感染症病床はどのような部屋で、行動は制限されるのでしょうか。

感染症病床はいずれも個室となっており、病室内は自由に動き回れますが、病室から出ることはできません。また、病室は陰圧となっており、部屋の空気を外に漏れ出さない仕組みとなっています。HCUは患者が重症化している場合に使用します。

新型コロナウイルス感染症はどのような症状になりますか。また、発症した場合はどのような治療を受けることになるのでしょうか。

軽症の場合には発熱、せき、筋肉痛、味覚・嗅覚障害などがあります。8割以上の患者はふつうの風邪と同じように解熱剤などの投与で自然に治ります。重症になると呼吸困難や強いけん怠感がでてきて、酸素投与が必要になります。それでも改善しない場合には人工呼吸器が必要になる場合もあります。新型コロナウイルス感染症に対する特效薬はまだない(インフルエンザの薬やエイズの薬などが使われていますが、いずれも必ず効くわけではない)ので、呼吸機能を補助しながら、自然に回復するのを待つこととなります。

市立病院における、医師や看護師を含めた医療従事者への院内感染対策はどのようにしているのでしょうか。

医療従事者はもちろんのこと、事務職員も含めて、市立病院の職員全員がマスクの着用、手洗いなどを徹底しております。新型コロナウイルス感染症の患者への対応をしなければならぬ場合には、マスクや手袋に加えて、フェイスシールドやガウンなどを着用して対応に当たります。

新型コロナウイルス感染症に対応する資材は足りているのでしょうか。

現在のところは、マスクや手袋などの資材はありますが、新型コロナウイルス感染症の患者が増えていくことがあれば、今後不足することも予想されます。

医師や看護師など新型コロナウイルス感染症に対応する医療従事者は足りているのでしょうか。

現在のところは、なんとかやりくりをして、医療従事者は足りていますが、こちらも新型コロナウイルス感染症の患者が増えていくことがあれば不足していくことが考えられます。

新型コロナウイルス感染症ではないかと思ったときには、PCR検査は受けたいときに受けられるのでしょうか。

一般の方は、37.5度以上の発熱が4日以上続いている方、強いだるさや息苦しさを感じる方が対象です。高齢者や糖尿病などの基礎疾患がある方、妊婦の方は2日程度の発熱やせき、息苦しさがある場合には滝川保健所に相談するようお願いします。特に高齢者や基礎疾患をお持ちの方で、「息苦しさがある」場合には注意が必要になってきますので、その場合は早めに相談してください。市立病院は第2種感染症指定医療機関



◆砂川市立病院 田口院長

ではありますが、現在はPCR検査(※)を当院で直接受けることはできません。滝川保健所(帰国者・接触者相談センター)に必ず電話をしてから、どの医療機関へ行くのかということの指示を仰いでください。

医療従事者への新型コロナウイルス感染症の差別はありませんか。

顕著にあるわけではありませんが、市内でも看護師であるということや医療従事者ということだけで、近寄らないようなこともあると聞いたことがあります。未知の感染症であるので、皆さん不安はあると思いますが、医療従事者は感染症対策を行っていますので、不安がらずに、落ち着いて対応していただければと思います。

最後に、市立病院へ来院する際に皆さんへお願いしたいことや、新型コロナウイルス感染症にならないためにお願しいたいことはありますか。

今、新型コロナウイルス感染症についてわかってきていることは、世界においても患者は発生しており、そのうち8割は軽症か無症状であるということです。その8割の方が自覚のないままに、不用意に外出をしてしまうことにより感染が拡大してしまふ恐れがあります。新型コロナウイルス感染症を拡大させないためには、まずは不要不急の外出を控えることが必要です。また、先ほどPCR検査の受診の際の症状をお伝えしましたが、万が一、新型コロナウイルス感染症が疑われるこ

とがあれば、医療機関を受診される前に、まずは滝川保健所まで相談をお願いします。市立病院でも、感染症の拡大防止のため、慢性疾患などで当院を定期的に受診されており、継続的な処方が必要な患者さんに対して電話診療による処方箋の発行ができるようになりました。手洗いやマスクを着用するなど、身近なところから「人にうつさない」「自分自身を守る」という細かい積み重ねが必要です。皆さん一人ひとりの行動が新型コロナウイルス感染症を食い止める手段となります。ぜひ皆さんにもご協力をお願いします。

※ポリメラーゼ連鎖反応法と呼ばれ、DNAの特定の配列部分を大量に増やし、試料中に特定のDNA配列が存在するかどうかを調べたりするために利用。(広辞苑より)

新型コロナウイルス感染拡大防止のためすべての面会を禁止しています

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、ワクチンが現時点では存在しないことや高齢者を含めて持病がある方は重症化しやすいことなどから、患者の安全を第一に考え、すべての面会を禁止しています。病室以外での面会も禁止していますので、ラウンジや外来ホールなどでの面会はやめてください。

電話診療による処方箋発行を行います

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、慢性疾患などで市立病院を定期的に受診されており、継続的な処方が必要な患者に対して電話診療による処方箋の発行ができるようになりました。

▶対象

慢性疾患などにより当院で定期的に処方を受けている方(予約で受診されている方)

▶処方できる薬

これまで定期的に処方されていた慢性疾患などに対する薬

※医師の判断で必要な薬が追加される場合があります。

▶申込方法

予約当日に電話にて申し込みください。なお、複数科の予約があるときは必ずお知らせください。

電話診療の申し込みの際には受診科をお伝えください。

岡市立病院Tel 54-2131

※今回の取り扱い(電話診療による処方箋発行)は、新型コロナウイルス感染症患者の発生状況を踏まえた臨時的な取り扱いです。

筋トレをして

運動不足を解消しませんか？

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、外出を控えている方も多いと思いますが、健康維持・介護予防のためにはできる限り体を動かすことが大切です。筋肉が衰えると、転倒・骨折、認知症のリスクを高めます。体を動かすことは、ウイルスに対する免疫力を高めることにもつながりますので、自宅でできる運動で筋力を保ち、介護予防に取り組みましょう。



おすすめ筋トレメニュー

- ゆっくり8秒声を出してカウントしましょう
- 10回で1セット、週に3回以上が目標

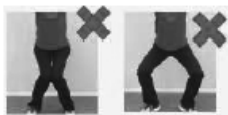


◆スクワット 下半身の筋肉をバランスよく鍛える

<足腰が弱い方はイスを使いましょう>



4秒間かけて股関節に意識をかけて腰を落とし、4秒間かけて元に戻す（最大90度までを目指す）。



※内股、ガニ股に注意



※ひざはつま先より先に出さない

◆ひざ伸ばし 衰えやすい「大腿四頭筋」を鍛える



左右それぞれ
10回ずつ
繰り返す

背筋を伸ばし、イスに浅く座る。
両手でイスの座面前側を軽く押さえる。
両足は肩幅くらいに開く。

足が床と平行になるように力を入れて
4秒間で上げ、4秒間かけて元に戻す。

●注意 痛みがある場合は医師に相談しましょう。体調が悪い場合は、無理せずしっかり休養を取りましょう。

久野 譜也「60歳からの筋活」三笠書房より引用

[監修] 久野 譜也 筑波大学教授 医学博士、塚尾 晶子 つくばウエルネスリサーチ 保健師 博士(スポーツウエルネス学)

☆記載のメニューの他にも、自宅でできる運動メニューがありますので、お気軽に下記までご連絡ください。

☎高齢者支援係Tel 54-2121