

# 地域連携のお知らせ

## ボランティア演奏会

加藤流三絃道姫路藤秋会の皆さんにより  
ますふれあい演奏会を開催しました。

日時：平成22年7月15日(木)14時～15時  
場所：東館6館

- 《曲目》
- 津軽じょんがら節
  - 嘉瀬の奴踊り
  - 南部俵積唄
  - りんご節
  - 津軽あいや節
  - 花笠音頭
  - ソーラン節
  - 貝殻節
  - 津軽の響き

すてきな演奏♪  
ありがとう  
ございました♪♪



## 熱中症予防対策セミナーを 開催しました!!

日時：平成22年9月2日(木) 13時15分～50分

対象：65歳以上の患者さんとそのご家族

講師：脳神経外科 藤田稔清医師

栄養課 難波千晶管理栄養士

11名の参加があり、エアコン・サーキュレーターの使い方、水分の摂り方等のお話がありました。

6日、9日、13日、16日 計5回開催し、高齢の方の参考にして頂きました。



## ●地域健康教室●

第25回「誰でもできる心肺蘇生(BLS)」

7月10日(土)実施

第26回「生活習慣病予防の食生活」

9月11日(土)実施

ご参加ありがとうございました!

## 第27回 地域健康教室開催予定

日時 11月13日(土)14:00～

場所 石川病院東館6階

テーマ 「最近の医療情勢」

講師 石川 治 医師

多数のご参加をお待ちしております!

## 石川病院外来診察時間表

平成22年10月1日～

	内科		外科		整形		脳外		耳鼻咽喉		泌尿器	リハビリ科	ペインクリニック	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前			
受付	7～12	3～5時半	7～12	3～7	7～12	3～6	2～4	予約制			9～11:30	予約制	予約制	
診察	9～12		9～12	3～7	9～12	4～6		10～12	1～4	10～12時半	2～4	9:30～		
月	金岡	小山	内田 石川	今脇 中島	6時 山本 本館	山本 南館	安藤 平田 予約診 膝関節外来	藤田	初診 受付	11～ 12時			石川智	
火	小山	加古	中島 今脇	平田	照喜納 本館	安藤 予約診3～5時 学生診受付4～5時 診察5～6時		佐地	佐地			寺本 予約 10～12時		
水	金岡	加古	中島 平田	今脇 6時	戸田 本館			佐地				石川智		
木	高旗 9時半～12時半 予約制	高旗	岡大 平田	岡大 中島	6時 戸田 本館	戸田 本館 受付3時～5時半 診察3時～6時	藤田	初診 受付	11～ 12時			寺本 予約 15～17時		
金	小山 加古	金岡	石川	今脇 平田	6時 安藤予約診のみ			佐地	佐地				大城 予約14時～	
土	日下 (隔週)		岡大	岡大	平田 石川 隔週			第1・3 佐地	第1・3 佐地			担当医		

# せせらぎ通信

[第35号]

[2010年10月1日発行]

〒671-0221 姫路市別所町別所2丁目150  
Tel(079)252-5235 石川病院 広報委員会  
発行責任者 事務長 三枝孝弘

地域のために 思いやりと  
信頼性の高い 治療・看護を目指す

ご存知ですか?

## 70歳未満の高額療養費

「限度額適用認定証」の申請で入院の立替払いが不要に!!

医療保険(70歳未満)では1ヶ月の医療費負担が下記の自己負担限度額を超えると、超えた金額が、申請により払い戻されますが、事前に「限度額適用認定証」の発行を受けることにより、超えた金額は病医院の窓口で払わなくても良くなりました。

●所得によって自己負担限度額は3つに分類されます。

被保険者の所得区分	自己負担限度額(1ヶ月)	4回目以降
上位所得者	150,000円+(医療費-500,000円)×1%	83,400円
一般	80,100円+(医療費-267,000円)×1%	44,400円
低所得者	35,400円	24,600円

注1 上位所得者…社会保険の場合 月収53万円以上、国民健康保険の場合 年間所得600万円以上

注2 70歳以上の自己負担限度額は別に定められていますので、お問い合わせ下さい。

《申請》「限度額適用認定証」の発行は、下記窓口で申請します。

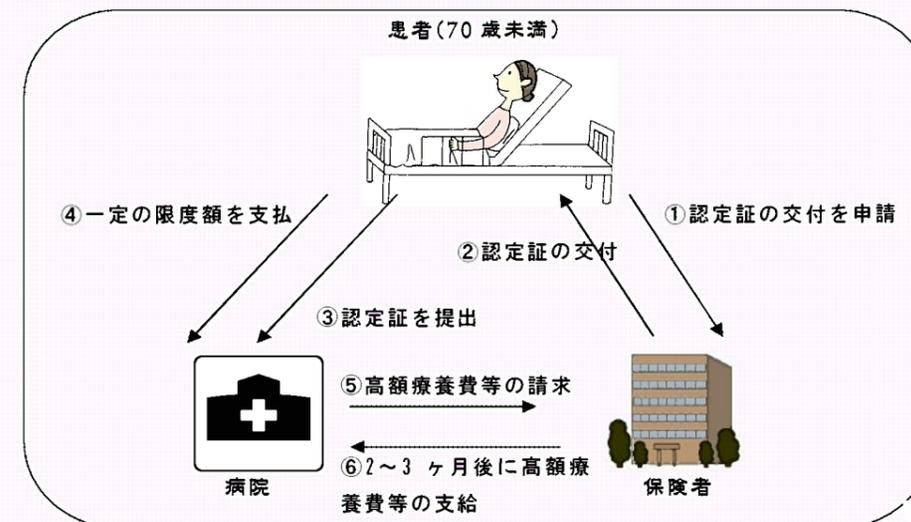
国民健康保険の方	市区町村役場
社会保険の方	各保険者



※必要書類…高額療養費申請書

医療機関の請求書または診療費概算書(高額療養費に該当していることを確認できるもの)

※国民健康保険の場合は上記と国民健康保険証、印鑑が必要です。



外来で高額となった場合、支払い後、申請すれば高額療養費制度を利用することができます。詳細は各健康保険窓口にお問合せ下さい。



# トピックス

## 子どもの風邪って??

母体免疫で守られてきた赤ちゃんが外界のウイルスや細菌に暴露され、早ければ生後4か月くらいから風邪をひき始めます。近年、働く女性が増え、低月齢から保育園へ託児することも増えてきています。「保育園に預けて仕事を始めたのに、子どもが風邪ばかりひいて・・・」という声は少なくありません。そんなお母さんの悩みを軽減するために、子どもの風邪（鼻水、しつこい咳、中耳炎）についてお話ししましょう。

風邪とは鼻やのどに急性の炎症が起こる病気の総称です。

ウイルスが原因であることが多く、風邪症状を起こすウイルスは多種多様です。

主な症状は、「くしゃみ、せき、鼻水、発熱」。ウイルスの種類によっては、嘔吐や下痢を認めることもあります。ウイルスは主に唾液とともに空中に飛び散り、人から人に感染します（飛沫感染）。潜伏期間は4日～1週間とされています。約2～3日はせき、鼻水、発熱、体のだるさなど、いわゆる初期症状がみられます。かぜの特効薬はありませんので、この時期には初期症状を緩和するいわゆる風邪薬（鼻水止め、咳止め、熱さまし）を使用し、安静を保ち免疫力を高めます。4日目ごろから症状がおさまり、1週間ぐらいで元気になるのが一般的ですが、ここで二次感染といって主に細菌による感染が生じると、気管支炎・肺炎・副鼻腔炎・中耳炎を合併することがあります。抗生物質が必要となるのはこの時点となります。

気管支炎や肺炎では咳がひどくなったり、高熱が続いたりします。たとえ熱がなくても呼吸が苦しそうなときは小児科や入院施設のある病院を受診しましょう。次に耳鼻咽喉科で主に扱う副鼻腔炎、中耳炎について説明します。

## 副鼻腔炎とは

副鼻腔は鼻腔と細い経路で通じている顔面骨の中にある空洞です。風邪、つまり急性鼻炎の状態になると、前述の「経路」の粘膜が腫れて副鼻腔の換気が悪くなり、膿性鼻汁が貯留します。これが副鼻腔炎です。咳や鼻汁、鼻閉、発熱などの呼吸器症状が10日以上続き、改善傾向がない場合には、急性副鼻腔炎の併発を疑い耳鼻咽喉科を受診しましょう（図1は「痰のからむ咳が長く続く」というお子さんの喉の所見です。鼻汁が前鼻孔から流出せずに喉に下りてしまう、「後鼻漏」が見られます。副鼻腔炎が疑われます）。単なる鼻風邪、鼻炎として見過ごされていることもあるからです。鼻処置やネブライザー治療を行い、抗生物質の内服をします。鼻の清潔を保持し、換気を良くしておくことが、副鼻腔炎の予防と治療には不可欠です。鼻をかめる小児では、鼻をすすらずにこまめに鼻をかむようにしましょう。鼻のかめない乳幼児は外来での鼻汁吸引に加え、家庭でも鼻汁吸引器などによる吸引をして鼻汁をためこまないようにしましょう。



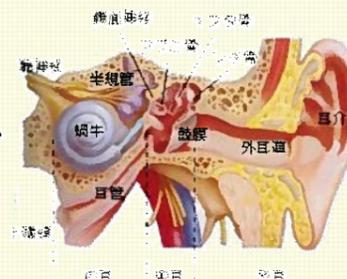
図1



## 中耳炎とは

中耳腔は耳管によって鼻咽腔と連絡しています。鼻咽腔で増殖した細菌などが耳管経由で鼓膜の奥の中耳という部分に侵入し、炎症を起こすのが中耳炎です。乳幼児では耳管が成人と比べて短く、太い上に水平に近いので中耳に細菌が侵入しやすいのです。風邪に引き続いて起こることが多いのはそのためです。症状は主に耳痛で、発熱をとともなうこともあります。乳幼児の場合、不機嫌、夜間の啼泣が耳痛のサインのことがあるので風邪が長引いているときは中耳炎の可能性も念頭におくべきでしょう。

乳幼児期の血清中の抗体価は、健常児でも年長児に比べて低値であるために中耳炎に罹患しやすくなっています。特に2歳以下の乳幼児期は、免疫学的に未発達のものであり、起炎菌に対する特異的な免疫応答が低値を示す事が多いため、感染症を免疫能により抑える事ができず、毎月のように風邪をひいたり青鼻が続き、急性中耳炎に罹患しやすいのです。さらに近年の集団保育の低年齢化などにより、中耳炎の反復、遷延化を来す事が多くなっています（難治性中耳炎）。



### 【治療法】

#### 1：抗菌薬（抗生物質）治療

適切な抗菌薬を十分な量（ケースによっては常用量の2倍量を投与）、完治するまで（場合によっては2～3週間）投与します。飲み忘れると不完全に治り中耳炎を反復しやすいばかりでなく、薬剤耐性を招くので、中耳炎の薬は完全に治るまで医師の指示通り服用すべきです。

#### 2：鼓膜切開術

激しい耳痛や発熱を伴う重症の中耳炎や、薬単独ではなかなか治りにくい場合鼓膜切開術で中耳腔内の膿を出し、早期治癒をはかります。難治性中耳炎の場合は鼓膜にチューブを挿入する場合があります。

#### 3：鼻咽頭処置、ネブライザー吸入・・・前述の副鼻腔炎の項参照。

### 【耐性菌を作らないために】

抗生物質は指示された量を指示された回数で服用しましょう。

一日3回服用すべき薬を、家庭や保育園通園の事情で、1日2回の服用にすると効果が減弱してしまいます。有効な抗菌作用を示す（細菌の発育を阻止できる）最少濃度を上回る血中濃度持続時間を保つ必要があるのです。

子どもなら鼻汁は出ていて当然と思っている人、中耳炎さえよくなれば良いと思っている人、これは、間違いです。中耳炎と鼻汁の関連性を知る事が重要です。全員ではありませんが、必ず嵐のような鼻水・中耳炎地獄から開放される時期が来ます。一部は長引き、後遺症になることもあります。乳幼児期の中耳炎をいかに治療するかでそのお子さんの耳人生が変わるといっても過言ではありません。どうぞお気軽にご相談ください。

