

# 冬に流行する 病気について

小児科医  
平澤 薫

この時期に流行する病気はいくつかありますが、今シーズンはインフルエンザが一番皆さんを心配にさせていると思います。通常は11月から4月に流行する感染症です。ところが今シーズンは新型インフルエンザ流行のため、例年よりも早い時期から流行しています。

## インフルエンザの症状は

季節性インフルエンザの症状は急な高熱、頭痛、筋肉痛、倦怠感が現れ、一週間ほど症状が持続します。それと比較して新型インフルエンザは筋肉痛は比較的少なく、胃腸炎症状（嘔吐、下痢など）が20%くらいの人でみられます。

## 抗インフルエンザ薬について

もしかかってしまった場合には、できるだけ発熱後48時間以内に抗インフルエンザ薬を投与することで解熱期間の短縮や重症化を防



ぐことが出来るといわれております。日本感染症学会や日本小児科学会などの学術団体は、重症化を防ぐためにインフルエンザに罹患（りかん）した人全てに抗インフルエンザ薬の投与を推奨しています。当院でもインフルエンザと診断した方には原則として投薬をおすすめしております。

## 迅速検査の効果

また、診断に際してインフルエンザの迅速検査を希望される方が多くいます。ところが検査の感度は40～70%と決して高いものではなく、発熱早期では陽性率がさらに低いといわれています。インフルエンザを疑う症状、診察所見があり、インフルエンザ患者との接触歴があれば、検査をせず

## こんな時は要注意

に診断していることが多いです。逆に迅速検査で陰性だからといって、インフルエンザを否定することは出来ません。

合併症としてインフルエンザ脳症やインフルエンザ肺炎が重要ですが、新型インフルエンザでは10歳前後の年長児で多いといわれて

おります。異常言動、意識障害、痙攣や呼吸困難などの症状が出現した場合は急いで医療機関を受診しましょう。

発熱があっても意識もはっきりしていて、呼吸苦もなく、水分摂取が出来ていれば、夜間にあわてて受診する必要はありません。現在休日夜間帯の医療機関は発熱者でパニック状態となっており、6～7時間待ちは当たり前のご状態です。あわてずに対応しましょう。

分摂取をまめにし、ゆっくり休むことが重要です。水分摂取が困難になつてくるようなら点滴が必要になることがありますので、その時は夜間でも受診を検討しましょう。



# インフルエンザなら自分や家族を守るために

新型、季節型（例年流行するインフルエンザ）を問わず、インフルエンザは感染力が非常に強く、さらに潜伏期間（感染してから症状が出るまでの期間）が1日～数日あるため、自分がうつたことに気が付かないまま複数の人に感染を拡げてしまう場合もあります。インフルエンザは主に「しぶき」を介して感染が拡がり、咳やくしゃみをした際、しぶきと一緒にウイルスが空中に撒き散らされ、そのウイルスを吸い込むことにより感染します。

新型、季節型（例年流行するインフルエンザ）を問わず、インフルエンザは感染力が非常に強く、さらに潜伏期間（感染してから症状が出るまでの期間）が1日～数日あるため、自分がうつたことに気が付かないまま複数の人に感染を拡げてしまう場合もあります。インフルエンザは主に「しぶき」を介して感染が拡がり、咳やくしゃみをした際、しぶきと一緒にウイルスが空中に撒き散らされ、そのウイルスを吸い込むことにより感染します。

飛沫したウイルスは2メートルくらい飛び散りますので、電車や学校の教室などで密閉され、人が大勢密集

している状態では特に感染が拡大してしまいます。ですから不要不急の外出や集団への参加を制限することも感染予防にはとても重要なこととなります。



## （注）咳エチケット

咳やくしゃみをするとき、口を手やハンカチやマスクで覆って、しぶきが飛ばないようにしましょう。

■周りの人から顔を避け、1～2メートル離れましょう。

## 病院に来院される方へ

入院中の患者様は、健康な方以上に感染に対する抵抗力が落ちています。インフルエンザに対して「より罹り易く」、「重症化しやすい」危険がある為、現在お見舞いも制限しております。

また、院内に入られる方へは、マスク着用を徹底していただいております。

患者様から患者様への感染を予防するために、ご協力をお願いいたします。

## 年末年始休診日について

	12月				1月			
	28日 (月)	29日 (火)	30日 (水)	31日 (木)	1日 (金)	2日 (土)	3日 (日)	4日 (月)
午前	○	○	×	×	×	×	×	○
午後	○	×	×	×	×	×	×	○
夜間	○	×	×	×	×	×	×	○

12月29日は午前中のみ診療いたします。1月4日（月）より通常の診療となります。





産婦人科・小児科情報

マタニティヨーガ教室に参加してみませんか？

毎回助産師が担当しています。ヨーガで心と体のリラクセスを感じるだけでなく、おやつタイムの座談会を通じ妊婦さんならではの不安や悩みを相談し合うとても良い機会にもなっています。ハーブティーと食料科手作りのお菓子も好評です。まだ参加されていない妊婦さん！一緒にヨーガを楽しみましょう！

日時：第1、3土曜日13:30~15:30  
12/5、12/19、1/9、1/16の予定です。

場所：産婦人科外来、多目的ルーム  
費用：1回につき 1000円  
申し込み：妊婦健診時、助産師にお申し出ください。



マタニティヨーガの様子



マタニティヨーガの様子

シミにきび肌質改善

皮膚科外来ではシミ、肝斑、にきびの治療にケミカルピーリングとイオン導入をおこなっています。

ケミカルピーリングとはフルーツ酸の一種を顔面に塗り、皮膚表面の古い角質層を取り去り、皮膚の細胞に刺激をあたえて新陳代謝(ターンオーバー)を促進させる治療法で、皮膚の若返りをはかります。

イオン導入は皮膚表面に微弱な電流を流すことによりビタミンCやトラネキサム酸などの美白剤を何十倍もの高濃度で皮膚深部に浸透させます。

繰り返し行うことで高い美白効果、皮膚のハリと弾力の改善、また皮膚の

キメが細くなり、化粧のりが良くなります。にきびに対しては毛穴のつまりが改善されて治療を促進し、また新しいにきびのできにくい肌になります。

1回にかかる施術時間は約30分で、2~4週間に1回、3ヶ月以上の通院をおすすめします。診療はすべて自費診療となり、ピーリング8,000円、イオン導入3,000円、ピーリング+イオン導入セットで10,000円です。木曜日、金曜日の午後に予約制となっておりますので、興味のある方はお気軽にご相談ください。

皮膚科の診療体制の変更により中止してしまいましたが、内服薬など)を12月より開

皮膚科外来よりお知らせ

ザイ治療、爪矯正、ヒアス、ピーリング、男性型脱毛の希望の方はぜひご利用ください。



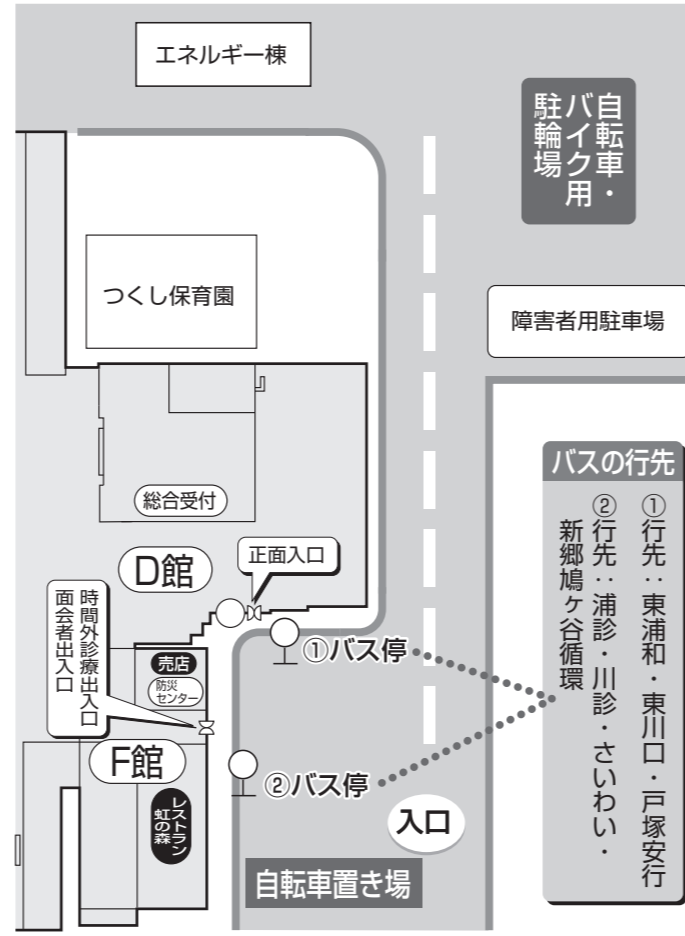
視力検査のお手伝いの様子

「ひつぷの会の活動で唯一日曜日に活動するが、日曜健診のお手伝いでです。

健診には2000人から5000人くらい受診される方がおられます。ボランティアは受診される人数に応じて6人から8人が活動に参加します。活動の内容は、血圧測定・身体測定・聴力・視力・レントゲンなどの

「ひつぷの会の活動で唯一日曜日に活動するが、日曜健診のお手伝いでです。協同病院では、休みの日も健康診断を受けられるように、日曜健診を行っています。検査時のお手伝いをします。血液検査での採血では、受診される方のシールを事前

ボランティア「視力検査」の活動



バス発着場所・駐輪場変更のお知らせ

①新しい診療所・川口診療所・浦和民主診療所・新郷鳩ヶ谷便のバスの発着場所が変更となりました。

病院連絡バスからのお知らせ

病院に來られる患者様やご家族様の交通手段として、合計で六つの連絡便コースを走らせています。

患者会のNEWS

・交流を予定しています。また患者会に入っていない方も大歓迎です。

第18回患者会のニュース

医療生協さいたまには、4つの病院9つの診療所合わせて43の患者会があります。

健康診断はお済みですか

今年度の健康診断はお済みでしょうか。健康診断は自分の健康状態を知り、深刻な病気になる前に未然に発見し防ぐことができる効果的な手段と

健康診断は

して多くの方が受診されています。生活習慣病が気になる方も自覚症状がない方

お済みですか

健康診断を受け、自分自身や家族の健康を守りましょう。当院では、特定健診・国民健康保険ドックの予約申し込みの受付をしております。

健康増進センター

健康増進センター 直通電話 048-661-6002



健康マメ知識 第99回

夏場だけではなく食中毒(ノロウイルス) 例年、ノロウイルスによる食中毒は、11月から翌年の3月にかけて増えており、ウイルス性食中毒の原因の中で最も多いとされています。

- ①調理前には十分に手を洗う
②食品は加熱処理をする(85℃以上、1分以上の加熱)
③漂白剤で消毒した調理器具を使う
④下痢や嘔吐があった場合の処理はマスクとゴム手袋を使用し、触れた場所は漂白剤で消毒する
作業後は手をよく洗う
しっかり予防して食中毒を起こさないようにしましょう。

Table with bus routes and schedules. Columns include route names (e.g., 東浦和駅発, 埼玉協同病院行) and times. Includes a legend for symbols like circles and squares.

環境管理課 萩原 徹
秋原 徹
「切実なご要望として受け止めました。現在、診療日の8時から12時まで、誘導員を3名配置しております。是非とも誘導員に「身障者用駐車場に停めたい」とお声かけください。

虹の投書箱 だより
身体障害者用の駐車場に、身体の不自由ではない方が停めています。私には障害者で、家が近いのですが、いつも遠くの駐車場から歩いてくるので大変です。本当に必要な人が使えるように、人を配置して案内をしていただけませんか。

健康診断は お済みですか
今年度の健康診断はお済みでしょうか。健康診断は自分の健康状態を知り、深刻な病気になる前に未然に発見し防ぐことができる効果的な手段と



# 12月 外来診療体制表

※診療体制と医師が変更になる場合があります。  
 ※㊦印は予約が必要です。

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
⑥	7	8	9	10	11	⑫
⑬	14	15	16	17	18	19
⑳	21	22	㉓	24	25	26
㉗	28	29	㉓	㉖		

毎月第2土曜日は  
休みです。

○が休診日です。

## ▶診療受付時間は…

- 午前 8時10分～11時20分(診療は8時40分から)
- ※眼科 完全予約制
- ※整形外科のみ 第4・第5土曜日 休診
- ※産婦人科 土曜日 8時30分から電話受付
- ※予約人数の制限がありますので、制限数を超えた場合の診療はお断りさせていただくこともあります。当日来院されての受付は行いませんので、ご了承ください。
- 午後 予約以外は休診
- 夜間 午後5時～7時(診療は午後5時40分から/土曜休診)

## ▶面会時間は…

- 月～金曜日 午後2時30分～午後8時
- 土・日・祭日 正午～午後8時
- ※治療のため安静を必要とする場合は、面会をお断りすることがあります。
- ※面会の方は必ず1階防災センターにお寄りください。

## ▶予約に関するお問い合わせは…

病院に電話をかける際には、  
お間違いのないようお願い致します。

電話予約センター ☎048-297-9821

月～金：午前8時30分～午後5時まで  
 土曜日：午前8時30分～午後1時まで  
 ※内科当日外来・皮膚科外来の当日電話受付  
 平日(月～金)のみ：午前8時30分～  
 午前9時30分まで  
 ※土曜日の当日電話受付は行っておりません。

●受付は電話予約センターの番号にて承ります。

埼玉協同病院代表 ☎048-296-4771

外来診療体制表			月	火	水	木	金	土	
内 科	内科当日	午前	松本(定)	成田	松本(定)	清水(縁)	松本(定)	担当医	
			清水(禮)	土方	見目	石津	有田	担当医	
	内科予約	午前	石津	小野	早田	関口	内山	担当医	
			土方	馬嶋	鈴木	吉村	早田	担当医	
	科	循環器	午前	夏	早田		早田	大石(第1・3・5)	
							奥村	韓(第2・4)	
		糖尿病	午前	㊦院長 高石		㊦松本(光)(第2)	㊦野口・㊦山田(晃)	㊦村上(純)	㊦高橋(大)(第1・4)
				㊦見目・㊦児玉		㊦都丸			㊦担当医(第3・5)
		消化器	午後	㊦清水(禮)・㊦児玉	㊦関口	㊦都丸	㊦清水(禮)・㊦山田(晃)(第1・3)	㊦藪・㊦羽二生	
				㊦白石	㊦山田(昌)・㊦鷺尾		㊦松本(定)・㊦村田	㊦堀見・㊦小堀(多)	
呼吸器		午前	㊦金子(史)	㊦鷺尾	夜間㊦松本(定)・㊦金子(史)	㊦金子(史)	㊦小堀(多)		
			㊦高橋(ぎ)	㊦高橋(ぎ)・㊦田中(豊)	㊦清水(縁)・㊦田中(豊)	㊦高橋(ぎ)	㊦高橋(ぎ)・㊦清水(縁)		
甲状腺・腎 血液 禁煙・息いき		午後	㊦清水(縁)・㊦高橋(ぎ)	㊦高橋(ぎ)	午後㊦尚井・夜間㊦清水(縁)	㊦はじめ外来	㊦島村・㊦初診外来		
			㊦忍						
脳神経外科 神経内科	午前	㊦福本	㊦馬嶋	㊦忍(第1・3)・㊦守谷	㊦増田	㊦松本(雅)			
		㊦原澤	㊦宮岡	㊦佐藤・㊦牧野	㊦宮岡	㊦土方・㊦守			
精神科	午後	夜間㊦担当医(第1・3)	甲状腺午前㊦見目	腎㊦清水(辰)		甲状腺㊦見目			
		㊦萩原			禁煙㊦清水(禮)	息いき㊦清水(禮)	㊦井出		
外科	午前	㊦雪田	㊦堀内(慶)	㊦新井(祐)	㊦塚本(第1・3・5)・㊦西山(第2・4)	㊦雪田			
		市川(辰)・佐野		㊦雪田	㊦雪田・㊦荻野	㊦雪田			
麻酔科	午後	夜間	浅沼	夜間 ㊦雪田	㊦荻野	㊦雪田			
			照井(乳腺外来)	井合(哲)	長	井上・栗原	担当医		
整形外科	午前	㊦照井(乳腺外来)			㊦照井(乳腺外来)(第1・2・4)	照井(乳腺外来)			
		㊦西川					㊦西川(第1・3)		
泌尿器科	午後	仁平	桑沢	関根	仁平	関根	森岡(第1・3)		
		伊	岡崎	小粥	桑沢	朝長			
皮膚科	午後	河野	河野	宮本	河野	後藤			
		㊦伊	㊦関根	㊦股関節・仁平		午後㊦奇数月第1金のみ(股関節)・井田			
小児科	午前	林(幹)・増田(弘)	永榮	林(幹)・斉藤	八木	林(幹)・増田(弘)	林(幹)・丸山		
				㊦斉藤	㊦八木				
耳鼻咽喉科	午後	伊藤(理)	伊藤(理)	伊藤(理)	関	伊藤(理)	伊藤(理)		
		堀内	内海	六波羅	澤本	関	新井(浩)		
眼 科	午後	㊦伊藤(理)		田中(純)	㊦関	㊦伊藤(理)・㊦関			
		大西		㊦伊藤(理)	川添				
産婦人科	午前	荒熊	藤田	小堀(勝)	平澤	細谷	担当医		
		吉岡	荒熊	今藤	中村(明)	担当医	担当医		
食生活相談	午後			担当医			担当医		
		㊦BCG接種	㊦乳児健診	㊦一力月健診	㊦予防接種	㊦1歳半健診(第1・3)			
専門	午後	㊦発達外来		㊦循環器・脇田(第4のみ)	㊦腎 中村(明)(第4のみ)	㊦アレルギー和泉・小堀			
		荒熊・斉藤							
産婦人科	午後	金子(衣)(第1のみ)							
		平井(第3のみ)							
食生活相談	午後	滋賀・担当医	滋賀・担当医	滋賀・渡辺(由)	滋賀・担当医	滋賀・担当医	担当医		
		㊦補聴器			㊦滋賀				
眼 科	午前/午後	休診	休診	㊦門屋	㊦磯目	㊦武藤	休診		
		神谷	神谷	神谷	神谷	神谷	㊦妊健・担当医		
産婦人科	午前	市川(清)	伊藤(浄)	市川(清)	市川(清)	担当医	担当医		
		竹内	竹内	竹内	竹内	担当医	担当医		
産婦人科	午後	芳賀	市川(清)	芳賀	伊藤(浄)	担当医	担当医		
		㊦妊健・㊦助産師外来		㊦産褥	㊦助産師外来				
食生活相談	午後	担当医			㊦妊健・担当医(第1・3)・㊦市川(第2・4)				
		㊦管理栄養士	㊦管理栄養士	㊦管理栄養士	㊦管理栄養士	㊦管理栄養士	午前㊦管理栄養士		

●夜間診療 月曜～金曜(土曜休診) 受付5時～7時(診療は5時40分から) 当直医が担当します