

# ゆとり

第45号

発行日：2020年1月24日

発行：広報委員会 院外広報担当

## (理 念)

地域の基幹病院として、患者様に信頼され、愛され、満足される、質の高い医療を目指します。

## (基本方針)

1. 高度医療の充実
  1. 高齢化社会への対応
  1. 予防医学の充実
- を目指した、「手作りの医療」を心がけています。



## \*\* Topics \*\*

**TOPICS 1** 2020年花粉症情報と対策

**TOPICS 2** 訪問診療のご案内

## 耳鼻咽喉科診療体制変更のお知らせ

◎耳鼻咽喉科部長 **岡本 誠** 医師が**2020年3月27日(金)**をもちまして退職することとなりました。

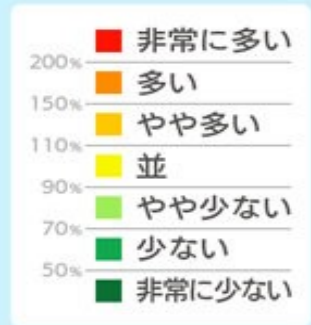


これに伴い、4月からは**月・木・金・土曜日のみ**の診療体制となります。皆様にはご迷惑をお掛け致しますが、何卒ご理解、ご了承のほどよろしくお願い申し上げます。

◎2020年1月現在の診療体制につきましては、当院ホームページまたは窓口にて配布中の『**外来担当表**』をご覧ください。



# 2020年(例年比) 花粉の飛ぶ量は?



## 2020年の銚子市では2月上旬に『スギ花粉』の飛散開始が予測されています。

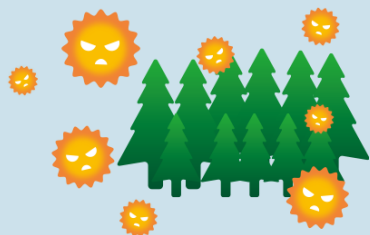
1月のうちからわずかな量が飛び始める為、早めの花粉対策を始めましょう。

花粉の飛散量は前年夏の気象条件が大きく影響します。気温が高く、日照時間が多く、雨の少ない夏の翌春は飛散量が多くなります。2019年の夏を思い返すと、台風が多く梅雨前線の北上が遅かった為、梅雨明けが平年より遅れました。

その為、雨が多く、日照時間も短い夏でした。

これらの条件から**2020年の花粉飛散量は全国的に少ない**事が予測されています。

ここ銚子でも少ない傾向と予測されています。



花粉名	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
ハンノキ属 (カバノキ科)												
スギ												
ヒノキ科												
イネ科												
ブタクサ属 (キク科)												
ヨモギ属 (キク科)												
カナムグラ (アサ科)												

木本の花 飛散量情報	多い (50.1~個/cm <sup>2</sup> /日)
	やや多い (5.1~50.0個/cm <sup>2</sup> /日)
	少ない (0.1~5.0個/cm <sup>2</sup> /日)
草本の花 飛散量情報	多い (5.1~個/cm <sup>2</sup> /日)
	やや多い (1.1~5.0個/cm <sup>2</sup> /日)
	少ない (0.05~1.0個/cm <sup>2</sup> /日)

関東地方を例にとると、2月上旬頃からスギ花粉の飛散がはじまり5月上旬から飛散が減少。そして、ヒノキ科花粉の飛散は3月中頃から4月をピークに減少します。くしゃみ、鼻水、鼻づまりや目のかゆみ・異物感などの症状は、花粉の飛散量に比例して悪化する傾向にあります。



## 花粉症の対策

今年の花粉飛散量が少ないとはいえ、飛散することには変わりはありません。

花粉症の対策でまず大事な事は“**花粉を寄せ付けない**”ことです。

**家に入る前に衣服を掃って花粉を落とし、中では手洗い・うがいに加えて顔を洗って花粉を落としましょう。**

また、マスクやメガネで花粉症対策をされている方は多いと思いますが、外出時の服装によって花粉の付着量が変わるのをご存知でしょうか？

一般にウールなどの素材は**花粉が付着しやすく**、綿や化学繊維などは**付着しにくい**といわれ、この時期は寒さと乾燥、重ね着で静電気が発生しやすくなっています。

静電気は花粉を衣類につけやすくする原因となります。

**下記の表で+、-が遠い組み合わせほど強い静電気を帯びるといわれています。**

衣類の組み合わせ対策をし、家に持ち込んでしまう花粉の量を少しでも減らしましょう。

+に帯電しやすい



ウール

…ニット、毛布

ナイロン

…ウインドブレーカー



レーヨン

…カーテン・婦人服

絹

…スカーフ・ネクタイ



皮

…レザージャケット

木綿

…下着、タオル



麻

…ハンカチ

ポリエステル

…フリース、学生服

アクリル

…セーター、冬物衣料



塩化ビニル

…消しゴム、クッション、網戸

-に帯電しやすい



\* 遠い組み合わせほど強い静電気を帯びる。

**例：セーターとウインドブレーカー×**

上記はほんの一例ですが、各々が自分なりに早めの対策をすることで症状は軽減されると思います。花粉症の方にとって一番つらい季節を乗り切る為にしっかりと花粉対策をしていきましょう。しかし、対策をしても症状が出てしまうことはあります。

**毎年症状が出てしまう方は、花粉のシーズン前に早めに耳鼻咽喉科へご相談ください。**



# 訪問診療のご案内

在宅医療（訪問診療）は『疾病や傷病のため、お一人で通院が困難な方』が対象となります。

在宅医療には、医師が定期的に診察に伺う「訪問診療」と、体の具合が悪くなった患者さまの求めに応じて訪問する「往診」があります。

在宅医療は、「訪問診療」と「往診」を組み合わせながら、24時間365日、ご自宅での療養生活を支えていきます。さらに、ケアマネジャーや訪問看護、訪問介護、訪問リハビリなどの介護サービスと連携し、チームを組んでご自宅での生活を支援いたします。在宅医療を利用しながら、病院での専門的な治療や検査を受けることも可能です。また入院が必要となった場合は、当院への入院が可能です。

## 訪問診療

- ・患者さまの状態に基づき、診療計画を立てて定期的に訪問し、医療的管理を行います。
- ・訪問診療の頻度は、患者さまの状態により異なりますが、2～4週間に一度となります。

## 往診

体の具合が悪くなったり、症状が急変した際に、患者さまの求めに応じて訪問し、診療を行うのが往診です。



## 訪問診療対象の方

- ・在宅での療養を希望される方
- ・入院や通院が困難な方
- ・ターミナルケアが必要な方  
(ご自宅での最期の時間を過ごしたい方)
- ・認知症や寝たきりの方
- ・在宅で生活するうえで医療的サポートが必要な方

## 訪問診療を希望される方

### ○入院中の患者様

担当医師や病棟看護師、社会福祉士にご相談ください。

### ○外来の患者様

医療連携室や担当のケアマネにご相談ください。

## 当院の訪問診療の特徴

- ・併設する訪問看護ステーションがあり、綿密な連携が可能です。
- ・状態悪化時や検査が必要な時に入院や検査をスムーズに行うことができます。

## 訪問地域・訪問日

### ○訪問地域

**銚子市内～波崎地区**

※利用を希望される地域が対象かはお問合せください

### ○訪問日

担当医により曜日が異なります。



医療法人積仁会

島田総合病院

お問合せは医療連携室まで

TEL.0479-22-5401 (代表)

FAX. 0479-30-7035

〒288-0053 千葉県銚子市東町5番地の3

http://www.shimada-hsp.or.jp