

2023年

2月号

No.491

日本赤十字社 富山赤十字病院広報誌

# やすらぎ

TAKE  
FREE ご自由にお持ち帰り  
ください

## INDEX

- 知っておきたい带状疱疹
- タニーさんの手話 (おしゃ) ベリPart 2
- 「皆さまの声」
- 2・3月健康教室等のお知らせ

2023年  
2月3日  
節分の日

恵方は  
**南南東**

実は、「節分」は年に4回あります。季節の節目「立春・立夏・立秋・立冬」です。中でも、立春は厳しい冬を乗り越え春を迎えることから、特にめでたい日とされ、その前日の「節分」は今でいう大晦日と考えられるようになりました。1年の厄を祓って福を招くための大切な日とされています。豆まきに恵方巻に、いわしの飾り。「節分」の日を楽しく過ごせるとよいですね。



## 知っておきたい 带状疱疹

検査課長 臨床検査技師

石黒 芝輝 いしぐろ しげき

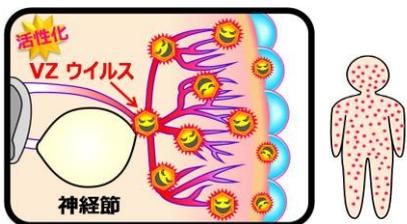
### ■ 带状疱疹ってどんな病気

带状疱疹は子供のときに感染する水ぼうそうのウイルス (VZウイルス<sup>(\*)</sup>) が原因で発症するウイルス感染症です。皮膚に带状疱疹(水ぶくれ)ができます。日本人成人のほとんどが水ぼうそうのウイルスに感染した(発症していない人もいます)といわれていて、带状疱疹の発症率は50歳代ごろから高くなり、80歳までに約3人に1人が発症するといわれています。また近年、若年者でも带状疱疹になる方が増えてきているという報告もあります。

(\*)VZウイルス: Varicella(水痘)-zoster(带状疱疹) virus(ウイルス)

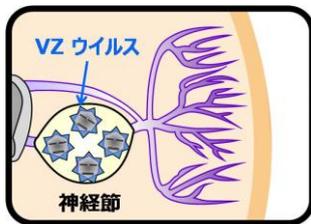
どうして発生するか など、絵とあわせて紹介します。

#### 1. 水ぼうそうに感染・発症した状態です (水痘 水いとうとも呼ばれます)



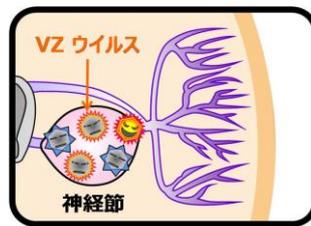
咳やくしゃみなどの飛沫感染、水ぶくれ(水痘)を触ってウイルスが付着した手で人や物に触ることで感染する接触感染で感染します。

#### 2. 潜伏感染の状態です



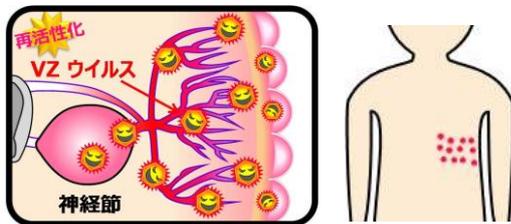
水ぼうそうが治った後もVZウイルスは、長い間体内(神経節)に潜んでおり、普段は自分の免疫力によってVZウイルスの活動が抑えられています。

#### 3. 潜伏状態から再活性化へ移行の状態です



加齢や疲労・ストレス、または病気などで免疫力が低下するとVZウイルスが再び活性化し増殖して暴れます。

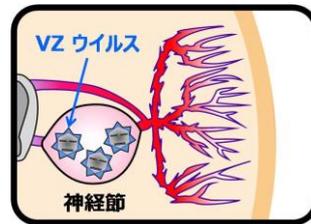
#### 4. 带状疱疹の発症の状態です



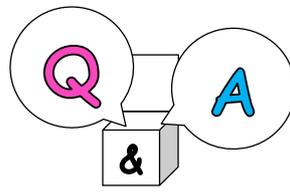
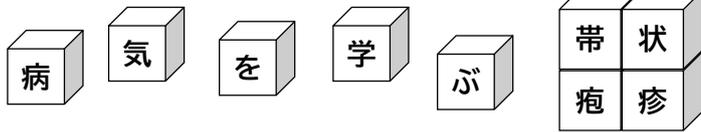
VZウイルスの回帰発症は、神経を傷つけながら皮膚に向かうため、多くの場合は、皮膚症状が現れる数日前に痛みが生じます。

①身体の左右どちらか一方にあらわれる ②ピリピリと刺すような痛みをとまなうことがある ③赤い斑点と小さな水ぶくれが带状にあらわれるなど非常に特徴的であることから、「带状疱疹」と病名が付けました。

#### 5. 带状疱疹の合併症に、带状疱疹後神経痛(PHN)という後遺症もあります



带状疱疹は、皮膚の症状が治ったらおしまいではありません。神経が損傷されることで、皮膚の症状が治った後も痛みが残ることがあります。3か月以上痛みが続くものを「带状疱疹後神経痛」と呼びます。



石黒検査課長  
博士(医学)

**Q1** 带状疱疹は周囲の人うつるの？

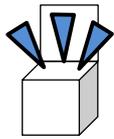
**A1** 带状疱疹は、“带状疱疹”として周囲の人うつることはありません。  
ただし、水ぼうそうにかかったことのない人に“水ぼうそう”として感染し発症します。

**Q2** 一度带状疱疹になれば、もうかかるとは？

**A2** いいえ。約6%の方が繰り返し带状疱疹にかかっています。

**Q3** 带状疱疹を予防することはできる？

**A3** 発症リスクが高くなる50歳以上の方は、ワクチンを接種することによって带状疱疹を予防することができます。  
また、免疫力を低下させないことも大切です。



带状疱疹は、放置すると比較的早く進行し、後遺症も残ることがある、早期治療が非常に大切な病気です。带状疱疹の予防のためにも、日頃から十分な休息をとり、免疫力を低下させる疲労やストレスのない規則正しい生活を送りましょう。

ワクチン接種ご希望の方へ

当院で带状疱疹ワクチンの接種をご希望の方は、担当の医師にご相談ください。

ワクチンの種類: シングリックス  
費用: 20410円(税込)/回  
接種回数: 2回(2ヶ月間隔)

Reference: Herpes Zoster and Recurrent Herpes Zoster. Open Forum Infect Dis. 2017 Jan 28; 4(1), 带状疱疹 Up-to-Date. p46-49, 診断と治療社. 2012, Takao Y, et al.: J Epidemiol. 25(10), 617-625, 2015, 国立感染症研究所: 病原微生物検出情報(IASR).「水痘抗体保有状況」

## タニーさんの 手話ベリ

こんにちは。  
富山赤十字病院職員のタニーです。  
私は聴覚に障がいがあります。  
皆さんに聴覚障がい者への理解を  
頂けたらいいなと思って書きました。  
聴覚障がい者にとって大切な  
言語である「手話」について学び  
考えてみませんか。

### Part 2

「I Love You」は  
世界共通

みなさん、手話は世界共通ではないことをご存じですか。「え！ そうなの?!」と思われる方も多いのではないのでしょうか。手話は、国や地域・文化が色濃く反映されています。例えば、「男」という手話は、日本では、親指を立てて表しますが、アメリカでは、ハット(帽子)のつばで表します。パキスタンでは、鼻の下ひげで表します。国・地域・文化が違くと、手話も異なったものになるんですね。

しかし、たったひとつ、国境を越えて世界中の人に通じる世界共通の手話(サイン)があります。それは、「I Love You」です。右下の絵を見て下さい。「みたことがある!」という方もいらっしゃるのではないのでしょうか。実はこのサイン、「I Love You」を表しているんです。

小指を立てて「I」の指文字

親指と人差し指を立てて「L」の指文字

親指と小指を立てて「Y」の指文字

3つのアルファベットの指文字を掛け合わせて「I Love You」を表しています。もともとアメリカ手話(サイン)だそうです。

この「I Love You」は、「愛してる」というよりは、ハワイの「アロハ!」に似たニュアンスで、かしまったものではありません。そのため、日本の聴覚障がい者の中では、写真を撮るときのポーズにしたり、友達に親しみを込めてこのポーズをしたりします。

世界中の人に通じるなんて素敵ですね。聴覚障がい者の中だけでなく、みなさんも「I Love You」の手話(サイン)を日頃から使ってみませんか。みなさんに、よりHAPPYな日が訪れることを願っています。  
(総務課 谷井智美)

Let's  
TRY



# 皆さま の声

このコーナーでは、『皆さまの声』(ご意見箱)等にお寄せいただいたご意見・ご要望に対する当院の対応、お礼の投書についてお知らせします。(令和4年10月1日～令和4年11月30日回収分より抜粋)

投書箱は正面玄関・やすらぎホール・各病棟に設置しております。

## ご意見・ご要望

◆県中、市民病院は通院・入院患者用のWi-Fiを用意してあるが、整備しないのでしょうか。

「病院からの回答」

◇現在、患者さんのアメニティー環境の改善として外来・病棟部門のWi-Fi環境整備を行うことを検討しております。なるべく早い時期に整備できるよう進めてまいります。

## ご意見・ご要望

◆レストランのごはん、とてもおいしいです。献立も一週間分掲示してくれてうれしいです。できれば、来週とか次週の分も掲示していただけたらうれしいです。

また、テイクアウトを可能にしていただけたらうれしいです。

「病院からの回答」

◇ご提案いただきありがとうございます。2022年12月より月間ランチメニュー表をレストラン入口に掲示しています。なお、食材の仕入れの都合上、メニューを変更する場合がございますが、その都度ご案内させていただきます。

また、テイクアウトの実施については現在、食中毒防止等の観点から行っておりません。ご理解の程、よろしく願いいたします。

## ご意見・ご要望

◆ナース対応が人によって違い、面会の説明も違ったため、とても戸惑い振り回された。中途半端な決め事ではなく、しっかりしたマニュアルを作成する必要があると心から思った。言葉使いにもっと気をつけられた方がよいと思う。

「病院からの回答」

◇面会は原則禁止としていますが、「生病老死」に関与する場合や流行の状況により対応しており、マニュアル通りとはいかない場合もございます。患者さんやご家族のご要望や心情に寄り添う配慮が十分でなく、戸惑いや振り回されたような印象を与えてしまい誠に申し訳ございませんでした。ご意見をいただいたことを真摯に受け止め、全部署の看護師長間で意見交換を行いました。接遇の視点でも振り返る機会をいただきましたことに感謝いたします。

## ご意見・ご要望

◆予約で血液検査なし。診察まで3時間待ちました。どのような予約システムなのでしょうか。自分があとどれくらい先なのか不明なため食事トイレも行きにくい。待ち時間内に体調が悪くなります。健診センターはアンケートについて回答が貼ってありました。外来もどこかに貼ってほしいです。

「病院からの回答」

◇予約での診療にもかかわらず長時間お待たせし申し訳ございません。診察順が分からないとのご意見が多くあることから、来年中に外来表示盤システムを設置することになり、現在準備をすすめております。

また、皆さまの声を回答は、2階やすらぎホール、各病棟ダイニングルームに掲示している他、広報誌「やすらぎ」、2階デジタルサイネージ(電子看板)にも掲載しています。

患者さんが安心してスムーズに外来診察が受けられるよう今後も取り組んでまいります。

## ご意見・ご要望

◆入院のため午後、患者支援センターへ行くと、受付には誰もおらず、10分程お待ちくださいとの表示があった。待っている間、事務所に職員が出入りしているが、誰からも声掛けがなく通りすがりの看護師に声を掛け、取り次いでもらった。対応に出て来た職員は、“お待たせしました”の一言もなかった。

「病院からの回答」

◇この度は大変不快な思いをさせてしまい誠に申し訳ございませんでした。患者支援センターでは、入院の患者さんの人数や予定時間は事前に把握しておりますが、入院患者さんの案内等で受付にいないこともございました。今後は受付を不在にすることのないよう努めてまいります。また、受付に診察券入れを設置し、来院された患者さんの把握と丁寧な対応を心がけてまいります。

## お礼の投書

●〇号室で3日間診ていただきました。先生はじめ看護師さん達に大変よくしてもらいました。いやな顔もせず笑顔できばきと仕事をされ(特に夜半でも)頭が下がる思いでした。本当にありがとうございました。

これからも患者様にご満足いただける病院づくりに、職員一同努めてまいります。

## ＋ 理 念

人道・博愛の赤十字精神にもとづく良質で安全な医療の提供

### 基本方針

- 1 患者さん中心の医療を提供します
- 2 より安全で高度な医療の実践を目指します
- 3 地域医療に貢献する病院を目指します
- 4 災害救護ならびに医療社会奉仕に努めます
- 5 次代を担う医療従事者を育成します
- 6 働きがいのある病院運営に努めます
- 7 健全経営の維持に努めます

## 患者さんの権利

病院の「理念」・「基本方針」にもとづき患者さんが安心して医療を受けることができるよう、以下の権利を大切にします

- 1 個人の尊厳が守られる権利
- 2 プライバシーが保障される権利
- 3 適切な情報と説明を受ける権利
- 4 自ら医療行為を選択する権利
- 5 適切で最善の医療を受ける権利
- 6 子ども達に分かりやすく心のこもった医療を受ける権利

## 2月・3月健康教室等のお知らせ

患者さん、ご家族の方、お気軽にご利用ください。【お問い合わせ】電話(076)433-2222 医療社会事業課(内線 2322)

名称	内容	実施日 祝祭日除く	時間	場所	担当	申込窓口
やすらぎの会	ミニレクチャー がん治療とお薬について (講師:薬剤師)	2月15日(水)	14:00~15:00	3階講義室	がん相談スタッフ	申込不要
	ミニレクチャー がん治療と口腔ケアについて (講師:歯科衛生士)	3月15日(水)				
ライラックの会	血液内科疾患 患者・家族・医療スタッフの会	当面の間 中止				
クロスサロンとやま	がんピアサポーターが自らの体験を活かし、がん体験者やそのご家族と同じ立場で不安や悩みなどについて、安心して語り合う交流サロンです	2・3月開催なし				
がん相談支援センターでは、がんに関する相談をお受けしております。お気軽にご相談ください。						
糖尿病指導コース (要申込)	運動の話と実技(実技は主治医の許可を受けてください) 検査の話 食事の話	2月14日(火)・28日(火) 3月14日(火)・28日(火)	14:00~16:00	3階討議室	理学療法士 検査技師 管理栄養士	外来通院の方は 内科外来 入院中の方は 病棟看護師
	病気の話 薬の話 生活の注意点 (第2水曜日のみ「口腔衛生について」)	2月8日(水)・22日(水) 3月8日(水)・22日(水)			医師 薬剤師 看護師	
	昼食会	当面の間中止				
腎臓病教室 (要申込)	病気の話 食事の話 生活の注意点	2月16日(木) 3月16日(木)	14:00~15:00	3階討議室	医師 管理栄養士 看護師	主治医
禁煙教室	ミニレクチャー 第6回 タバコは全身病 ~禁煙 なんでも相談会~ (講師:医師)	2月17日(金)	15:00~15:30	健診センター	医師 保健師	申込不要
	ミニレクチャー 「禁煙治療薬」ってどんなもの? ~疑問にお答えします~ (講師:薬剤師)	3月17日(金)				
安産教室 (要申込)	1コース 妊娠されたママへ~自分の身体と赤ちゃんをイメージしよう~	2月3日(金)	13:00~14:00	正面玄関 多目的室 2月24日(金)・3月24日(金) zoom開催	助産師 管理栄養士 歯科衛生士	産婦人科 外来
	2コース 自分の食生活と向き合ってみよう妊娠中の身体と生活	3月3日(金)	14:30~15:30			
	3コース 赤ちゃんと学ぼう!いいお産	2月10日(金)・17日(金) 24日(金)	13:00~14:00			
	4コース みんなで学ぼう!母乳育児!	3月10日(金)・17日(金) 24日(金)				
赤ちゃんのにこにこご飯 (要申込)	食育教室 病院ホームページの『診療科・部門のご案内』>『栄養課』>『栄養管理、栄養指導の提供、チーム医療への参加』をご覧ください。	当面の間中止				
のびのびサークル	母乳育児期間中の母子のつどい 病院ホームページの『ご利用の皆さまへ』>『お産される方へ』>『【退院後】のびのびサークル』をご覧ください。 	2月22日(水) 3月22日(水)	10:00~11:30 (zoomへの入室は 9:40~)	zoom開催	自助サークル	病院ホーム ページ
赤十字 救急法基礎講習 救急員養成講習 (要申込)	一次救命処置(心肺蘇生・AED) / 搬送および救護 / 急病の手当/けがの手当(止血法・包帯法・固定法)	基礎講習:2月16日(木)	9:00~16:30	富山県総合体育センター	救急法 講習指導員	日本赤十字社 富山県支部 451-7878
		基礎講習: 3月21日(火祝) 養成講習: 3月25日(土)・26日(日)	9:00~16:30	日本赤十字社富山県支部		