

インフルエンザについて

●インフルエンザウイルス

○ 症 状

38℃～40℃の高熱、咳、頭痛、さむけ、倦怠感、筋肉痛などの他に、吐き気、嘔吐、下痢などの症状が出る人もいます。

○ 感 染 経 路

飛沫感染：感染者の咳、くしゃみと共に出るウイルスを吸い込むことによって感染します。

接触感染：感染した人の咳やくしゃみによって周囲にウイルスが付着、その付着した物に触った手で、口や目の粘膜を触ることで感染します。



●インフルエンザワクチン接種

予防の基本は、**流行前にワクチン接種**を受けることです。予防することだけでなくインフルエンザにかかった場合は、重症化防止に有効とされています。



●日常生活での予防（留意点）

○ 手洗い・うがいをしっかり行う

外出後は、必ず手洗い・うがいを行きましょう。手洗いは、流水と石鹸を用いて15秒以上行いましょう。



○ 栄養と休養を十分取る

体力をつけ、抵抗力を高めることで感染しにくくなります。体力や抵抗力を高めるため、常日頃からバランスよく栄養をとることが大切です。



○ 人ごみを避ける

ウイルスを寄せ付けないようにしましょう。流行してきたら、特に高齢者や慢性疾患を持っている人、疲労気味、睡眠不足の人は、人ごみや繁華街への外出を避けましょう。



○ 室内の湿度を保つ

乾燥していると、ウイルスは長時間空気中を漂っています。ウイルスの活動を抑えるためにも部屋の湿度を保ちましょう。



●咳エチケットに心がける

咳エチケットとは、咳やくしゃみが出そうな時に、他人に感染させないためのマナーです。

うつさない、うつらないために、**手洗い・うがい・咳エチケット**を習慣づけよう！！

○ 咳、くしゃみなどの症状があるときは、マスクを着用しましょう。

咳やくしゃみをするときは、ティッシュなどで**口と鼻を覆い**、他の人から顔をそむけ、**1～2m以上**離れましょう。



使ったティッシュはゴミ箱に捨て、手洗いを行いましょう。



●基礎疾患を有する方、妊娠中の方

- 喘息など慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、腎機能障害、糖尿病など基礎疾患のある人や、妊娠中の方は、感染した場合重症化する危険性が高くなります。
- 日頃から主治医に対処療法等を相談する等の感染予防と共に、症状がある方は早期受診、早期治療を心がけましょう。

●インフルエンザかな？と思ったら

- 早期に受診しましょう。
- 発症後すぐの検査ではインフルエンザかどうか分かりませんが、疑わしい場合は早めの受診をお願いします。
- 受診する際は、他の人に感染させないように、必ずマスク着用しましょう。



診療科紹介

「産婦人科」

産婦人科部長 滝澤 基

本院の産婦人科は、常勤医が4人います。ただし一名は現在産休中のため、山梨大学産婦人科より週に1日だけ外来に医師を派遣してもらっております。来年度の4月には出産を終えて復帰予定です。4名とも日本産科婦人科学会の専門医認定を受けております。

産科の特徴としては、山梨県より高度周産期センターに指定されており、日本新生児周産期学会より地域周産期センターに認定されております。小さく出生された赤ちゃんなどは、NICUやGCUにて小児科医師により厳重に管理されます。(もちろん普通に生まれた赤ちゃんも厳重に管理しております。) 本院には日本周産期新生児学会より指導医や専門医に認定されている医師も常勤しており、このような体制により、低リスクから高リスクの妊婦さんの管理を厳重に行っております。外来の妊婦健診の折には、超音波にて赤ちゃんの様子を観察し、その時に3D超音波画像の撮影が可能であれば写真をお渡しして、妊婦さんから好評を得ております。

臨床遺伝専門医の資格をもつ産婦人科医師もおり、患者様の希望に応じて出生前の遺伝カウンセリングや染色体検査も可能となっております。

さらに、認定助産師が中心となって妊婦さんのメンタルヘルスケアや母乳外来も行っております。これらは、当院でお産された患者さまに限らず受診が可能です。

婦人科の特徴として、従来の婦人科手術に加えて腹腔鏡や子宮鏡による手術を積極的に行っています。腹腔鏡下の子宮摘出術や卵巣嚢腫に対する手術、子宮外妊娠に対する手術、子宮内膜ポリープの手術など症例を重ねております。また、子宮脱に対しましても手術による整復を行っており、術後の患者さんからはかなり好評です。

このような体制にて日々の産婦人科診療を行っております。何かありましたらご相談いただければ幸いです。

