



南東北

- ・一般財団法人脳神経疾患研究所
- ・社会福祉法人南東北福祉事業団
- ・医療法人社団三成会
- ・医療法人社団新生会
- ・医療法人財団健貢会
- ・社会医療法人将道会
- ・医療法人謙昌会

第339号

院是「すべては患者さんのために」

URL:http://www.minamitohoku.or.jp
E-mail:pr@mt.strins.or.jp

発熱外来を開設した南東北第二病院



発熱外来を開設

南東北第二病院 1、2階全フロア

新型コロナウイルス感染拡大防止

南東北グループ（理事長・総長 渡邊一夫）は新型コロナウイルス感染症から地域住民を守るとともに、地域医療の崩壊を防ぐため、郡山市八山田六丁目の南東北第二病院の1・2階を新型コロナウイルス感染症の専用ゾーンに再編、5月1日（金）より「発熱外来」を開設しました。同じ1階フロア



検温カメラを設置し職員が待機する総合南東北病院の入口

には5月7日（木）に郡山市の発熱外来診療所も開設されました。一つの民間病院に病院独自と市の二つの発熱外来が開設されたのは、全国的にも珍しいとみられます。

南東北第二病院の発熱外来は、南東北医療クリニック、総合南東北病院（本院）の救急外来などでコロナの疑いがあるとされる患者さんを対象に診察します。24時間体制ですが、患者さん直接の来院や電話は受け付けません。

南東北医療クリニックや、総合南東北病院の入口にはサーモグラフィで体温が分かる検温カメラが備えてあり、37度以上の熱のある方がいればその場で職員が問診を行います。問診票を基に少しでも新型コロナウイルス感

郡山市も1階に設置、医師会と連携

郡山市発熱外来診療所は南東北第二病院1階フロアの一部を借りて開設しました。診察は平日の午後2時から4時まで。郡山医師会が医師や看護師を派遣、対応します。

対象は保健所（帰国者・接触

者相談センター）から紹介のあった患者さんで、患者さん直接の来院や電話での受診申し込みはできません。医師は患者さんと別の部屋からタブレットを使って診察、必要に応じてPCR検査を行います。

染症の疑いがある場合は、医師の判断で第二病院の発熱外来で診てもらおうシステムです。風邪に似た症状が続いている方や倦怠感が著しい方も対象となります。医師が必要と認めれば、PCR検査を行います。

南東北第二病院に発熱外来を開設したのは、南東北医療クリニック等での感染防止と患者さんの不安解消が大きな理由。さらに感染症への対応を1病院に集中することで、診察・治療が効果的、効率的に行えるとともに、県や市などの行政機関、他の病院との円滑な連携により地域の医療崩壊防止が期待できます。

（2面につづく）

今月号のなかみ

- ▶ 2面 = 1面のつづき、健康ワンポイント・ヨガ、最新放射線機器を導入
- ▶ 3面 = ピラティス（動きの学習）②、健康生活情報ナビ「梅雨時期のカビやダニ」
- ▶ 4面 = 新任ドクター紹介、がん陽子線治療センターの実績、当院の目標
- ▶ 5面 = 新型コロナウイルス「新しい生活様式」、フォトセラピー今月の1枚、施設だより
- ▶ 6面 = 最近よく聞く言葉ワイド「新型コロナ特集」
- ▶ 7面 = 当院に多方面から医療支援、乳酸菌の効果、4月の手術件数・救急車台数
- ▶ 8面 = 食の豆知識「キウイフルーツ」、薬局だより、編集後記

健康ワンポイント・ヨガ

親子で楽しく

新型コロナウイルス感染症拡大防止の自粛生活で大人のみならず、お子さんやお孫さんも運動不足になっていないでしょうか。こうした時に、子供と一緒に楽しくできる「親子ヨガ」をするのはいかがでしょう。運動不足やストレスの解消に役立ちます。自分一人では伸ばしにくいところも、親子息を合わせて行うことで、効果的なポーズをとることが出来ます。

ただし、無理に伸ばすのはけがのもと。互いに心地良い程度にやるのがポイントです。ヨガ初心者の方にもオススメです。



①背中合わせて深呼吸

①背中合わせて深呼吸
安楽座（ラクにあぐらをかいたような姿勢）で、お互いの背中を合わせて座ります。背筋をすーっと伸ばして、お互いの呼吸や温かさを感じましょう。

②体側伸ばし
①の姿勢から、胸を開くように両腕を体側へ伸ばします。子供は親の両腕を下から支え、息を吸いながら天井方向へ上げます。声を掛け合っ



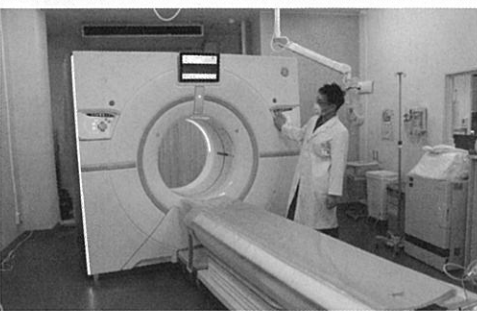
②体側伸ばし

て痛みの無い範囲で深呼吸を繰り返します。
※交代して同様にやってみましょう！
（南東北第二病院リハビリテーション科 理学療法士 ヨガ・インストラクター 佐藤美穂）

最新放射線機器を導入

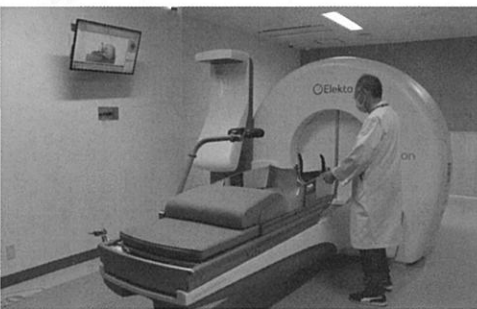
総合南東北病院とクリニック

総合南東北病院と南東北医療クリニックにこのほど最新の放射線機器が導入されました。



総合南東北病院の最新型レボリューションCT

＜高性能CT＞
総合南東北病院が導入したのは、画質向上と被ばく低減を可能にした高性能画像診断装置「レボリューションCT トウルー フィデエリテイ



南東北医療クリニックの高性能ガンマナイフ

エディション」（GEヘルスケア・ジャパン社製）。
深層学習（ディープラーニング）を用いて開発された次世代画像再構成法の機能を搭載した最新機器で、撮影時間は胸部から骨盤までならわずか2秒弱。患者さんへの放射線被ばくが従来のCTに比べて大幅に低減。画質も読影しや

長をリーダーに医師25人、看護師10人、コメディカル・事務16人の精鋭チームで、対策の中心となります。
南東北第二病院は発熱外来の開設に伴い、一般外来や検診事業を取りやめました。通常の人員体制は医師8人、看護師21人、看護ア

①高性能ガンマナイフ
一方、南東北医療クリニックは脳疾患の治療に使われる低侵襲の定位放射線治療機器ガンマナイフの最新型「レクセルガンマナイフIcon（アイコン）」（エレクタ社製）を導入しました。

脳内の小さな病変に対し、1回の照射で高線量の放射線を集中させ、他の正常組織への被ばくを抑え、高い正確性と効率性で優れた治療効果が期待されます。統合的なイメージング機能や線量配分を継続的に管理するソフトウェアをはじめ、最新技術を多く取り入れ、より安全で精度の高い治療に貢献します。
両院ではこれらの機器の導入で、患者さんに提供する医療サービスの質を一層高めた

すくなっています。患者さんの身体的負担が軽減されます。特に救急医療に威力を発揮することが期待されます。

（1面からつづき）
発熱外来開設に先立ち、本院、南東北医療クリニック、南東北第二病院は合同でCOVID19感染対策本部を本院に設置し、専門チーム（COVID19感染対策チーム）を立ち上げました。本院の遠藤幸男感染対策室

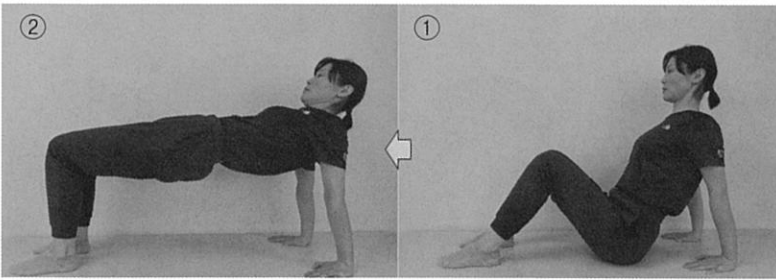
シスタント2人、放射線科2人、事務部1人となります。新型コロナウイルス専用ゾーンの1、2階は3階の一般病棟及び4階の回復期リハビリテーション病棟と完全に遮断されているため、一般の患者さんへの影響はありません。

「猫背」の改善 プラティクス(動きの学習)②

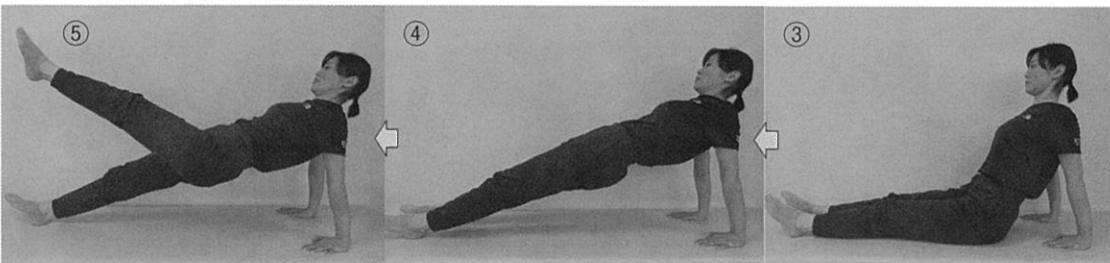
前回は、骨盤の傾きから見る姿勢のタイプについてお伝えしました。今回は、骨盤の前傾にも後傾にも伴うことが多い、「猫背」の改善に効果的なエクササイズを紹介します。椅子に座っていることが多い方にもお勧めです。縮こまった部分をしっかりと伸ばし、反対に緩んだ背中やお腹、お尻などをしっかり引き締めます。まずはレベルⅠのエクササイズから。余裕がある方は、レベルⅡ、Ⅲにもチャレンジしてみましょう。

※
【レベルⅠ】両膝を立てて座り、背中側に手をつく(指先は足元に向ける)。肩は下げ、肘は過伸展しないように注意。骨盤を立て、あごは軽く引いて首の後ろから背筋、尾骨までを長く伸ばす。この姿勢で一度息を吸って、吐きながら骨盤をやや後傾させてお尻と体幹を持ち上げていく。膝から肩までが一直線のプラティクスポジションを保ち、呼吸を繰り返す。(写真①②)
【レベルⅡ】両脚を真っすぐ伸ばした姿勢からスタートし、レベルⅠと同様の動き。

足から肩までが一直線のプラティクスポジションを保ち、呼吸を繰り返す。(写真③④)
【レベルⅢ】レベルⅡのポジションを保ったまま、息を吸って、吐きながら一方の脚を真っすぐに引き上げる。息を吸いながら足を元の位置に下ろす。左右を入れ替えて数回行う。エクササイズ中は、骨盤の高さを保ち、体幹がぐらつかないように意識する。(写真⑤)



レベルⅠ リバースプランク レベルⅠ 開始姿勢



レベルⅢ レッグプルフロント レベルⅡ リバースプランク レベルⅡ・Ⅲ 開始姿勢

※
胸が開き、肩がストレッチされるため、エクササイズ後はスッキリ、爽快感が味わえらると思います。(総合南東北病院リハビリテーション科 理学療法士 武田彩)

健康生活情報ナビ 梅雨時期のカビやダニ

梅雨時期はカビやダニが繁殖しやすい時期です。放っておくと病気の原因にもなりますので、しっかりと対策をおきましょう。

【カビ対策】

カビで気をつけたいのは、食中毒やアレルギーです。カビは気温25度前後、湿度60%以上が育つのにとても好都合

▼浴室の使用後は壁の水分を拭き取り、換気をする。
▼除湿機を利用して室内の湿度を60%以下に保つ。(※カビは増殖すると空气中に胞子が舞い、アレルギーの原因物質になる)
【ダニ対策】
ダニも気温20〜30度で繁殖しやすいです。ダニの寿命は3カ月程度で、死骸はハウスダストに含まれ、アレルギーを引き起こす可能性があります。次のようなことも対策となります。
▼晴れた日に布団を干す。
▼ダニ取りシートを布団の下や押し入れ、カーペットの下に置く。

アレルギーの原因に 気温、湿度に注意し対応を

気温、湿度に注意し対応を

な環境です。最近の住宅は気密性が高いため、湿度が高まるこの時期は特に注意が必要です。次のようなことに気をつけましょう。

▼台所の調理器具は清潔に保つ。魚や肉を調理した後のまな板は、熱湯や塩素系のスプレーなどで消毒する。(※火傷や換気に注意して行う)
▼食物は出しっぱなしにせず、必ず冷蔵庫に保管する。口をつけたペットボトルはその日のうちに飲み切る。

▼晴れ間を見て換気をしながらよく掃除をする。

×
梅雨の時期は雨が降ったりやんだり、気圧の変化が激しくなります。こうした気圧の変化は、アレルギーの症状を引き起こしたり、頭痛が起きたりして、体調を崩しやすくなります。日頃から健康管理に十分気をつけましょう。体調に変化を感じたら、早目にかかりつけ医に相談して診てもらうことも大事です。

最近よく聞く言葉 ワイド

新型コロナウイルス特集

新型コロナウイルス感染症が世界に広まり、間もなく半年。関連ニュースでよく耳にする言葉も多くあります。そこで「最近よく聞く言葉」ワイド編として、新型コロナウイルス関連の言葉を集めてみました。

【COVID-19】

Corona Virus Disease 2019の略で、新型コロナウイルス感染症を指す。2020年2月11日に世界保健機関（WHO）が正式に名称を決定した。コロナウイルスは、主に動物に感染するウイルスだが、時に人に感染することもある。MERS（中東呼吸器症候群）やSARS（重症急性呼吸器症候群）ウイルスもコロナウイルスに属する。

【クラスター】

小規模な集団感染や、それによってできた感染者の集団。

【オーバーシュート】

爆発的に感染者が増えること。本来は金融・証券用語で、相場や有価証券の行き過ぎた価格変動を言う。

【パンデミック】

感染症（伝染病）の世界的な大流行を言う。地域流行はエンデミック、特定のコミュニティ

ニテイー内の流行はエピソード、突発的な感染の集団発生はアウトブレイク。

【緊急事態宣言】

改正新型コロナウイルス感染症対策特別措置法に基づいて政府が発令する宣言。首相が対象地域や期間を指定して発令する。対象地域の都道府県知事は住民に外出の自粛を要請したり、事業者に施設の利用制限を求めたりできる。ほとんどの要請や指示には罰金や罰則はないが、臨時の医療施設

クラスター／3密／濃厚接触者／PCR検査

を造るための土地や家屋は所有者の同意なく収容ができる。医薬品などの保管を事業者に指示することもできる。安倍首相は4月7日に東京都など7都府県を対象に5月6日までとして新型コロナウイルス感染症緊急事態を宣言。4月16日に対象地域を全国に拡大した。その後、段階的に宣言を解除した。

【新型コロナウイルス感染症対策専門家会議】

新型コロナウイルス感染症対策のために今年2月14日に設置された政府の諮問機関。

【PCR検査】

核酸合成酵素連鎖反応（PCR）を応用した新型コロナウイルスの検査法。鼻奥から

座長には国立感染症研究所の脇田隆字所長が就任した。

【3密】

「密閉空間」「密集場所」「密接場面」を指す。コロナ対策ではこの3密の場所を避けることが求められている。

【ソーシャルディスタンス】

「社会的距離」を意味するが、コロナ対策では人への感染を防ぐための距離を指す。厚労省は、この距離をウイルスの飛沫から考え概ね2m程度としている。

【帰国者・接触者相談センター】

新型コロナウイルスに感染したと考えられる場合に最初

採取した細胞液の中に新型コロナウイルスだけが持つ遺伝子が存在しているかどうか調べる。遺伝子が検出された人は陽性患者となる。

【ECMO（エクモ）】

「体外式膜型人工肺」という装置で、肺の機能を使うことが難しい重篤な患者に使われる。人工呼吸器は肺の機能を補助するものだが、ECMOは肺の機能を代替する。Extracorporeal membrane oxygenation の略語。

【N95マスクとサージカルマスク】

N95マスクは飛沫感染防止に有効とされる医療用マスク。N95はNIOSH（米国労働安全衛生研究所）が定め

【濃厚接触者】

患者と同居、または長時間にわたり同じ車内、機内等にした人、適切な感染防護無しに患者を診察、看護もしくは介護した人、患者と1mほどの近い距離で15分以上いた人などを指す。

【PCR検査】

核酸合成酵素連鎖反応（PCR）を応用した新型コロナウイルスの検査法。鼻奥から

【発熱外来】

主に感染症が流行している時期に設置する診察用の施設を言う。通常の診療科ではない。感染症を他の患者さんにうつすことなく診断する目的で設置する。臨時に設けることが多いため、病院内の空きスペースを使ったり、仮設の建物やテントを使ったりすることもある。

【アビガン】

インフルエンザ治療薬として国内で開発された薬剤ファビピラビルの商品名。新型コロナウイルス感染症の治療薬候補として注目されるが、明確な有効性は示されていない。

【レムデシビル】

米国の製薬会社エボラ出血熱の治療のために開発した抗ウイルス薬で、厚労省が5月7日、国内で初の新型コロナウイルス感染症の治療薬として承認した。原則、重症患者に投与する。

【オンライン診療】

病院やクリニックに行かなくともパソコンやスマホを通して診察を受けられる診療方法。遠隔診療。映像と音声で医師の問診を受け、処方せんを出してもらい、薬を入手する。2018年度診療報酬改定で保険導入された。

【医療崩壊】

医療安全に対する過度な社会的要求や医療への過度な期待、医療費抑制政策などにより、安定的・継続的な医療提供体制が成り立たなくなることを意味する俗語。