



C O N T E N T S

Introduction	東筑病院	新型コロナウイルス感染対策	2
NEWS	東筑病院	新型コロナウイルスワクチン接種実績	3
NEWS	東筑病院	人間ドック報告	4
NEWS	東筑病院	糖尿病について Vol.2	5
NEWS	東筑病院	肺炎予防	6
	翡翠苑	通信	7

東筑病院 通所・訪問リハビリテーション 新型コロナウイルス感染対策

新型コロナウイルスの影響にて利用者・ご家族様はサービスの利用に不安な事も多いと思います。当事業所では徹底した感染予防対策を行い安心してサービスを利用していただけるよう努めています。



通所リハビリ

感染対策としてはスタッフのフェイスシールド着用、スタッフ・利用者のマスク着用、手指消毒の実施、密になりすぎないように利用人数の制限、各テーブルへのアクリル板、手指消毒の設置、定期的な換気の実施、また、入り口での体温測定・手指消毒の徹底を図る目的で新たに手指消毒付き体温測定器を導入しています。

送迎車の感染対策として乗車前の体温測定・手指消毒の実施、移動中の換気、乗車前後のアルコール消毒を行いやすくするため座席へビニールシート着用等を行っています。



訪問リハビリ

利用者宅への訪問前後に手指消毒の実施、介入中のフェイスシールド着用、セラピスト・利用者のマスク着用を実施しています。



—— 新型コロナウイルス ——

ワクチン接種実績

東筑病院では、主にかかりつけ患者さんなどを対象に、**新型コロナウイルスワクチン接種**、約 3,600 回分接種を行いました。

新型コロナウイルスワクチンは、発症を防ぐ効果が認められています。

今回承認された新型コロナウイルスワクチンは2回の接種によって、ファイザー社の場合約95%の有効性で、発症（発熱やせきなどの症状が出ること）を防ぐ効果が認められています。（※インフルエンザワクチンの有効性は約40～60%）

新型コロナウイルスワクチンは、あなたご自身のためだけでなく、医療機関の負担を減らすための重要な手段にもなります。

新型コロナウイルスは、まだまだ未知のことがあります。国内では、このウイルスの感染により、令和3年12月現在約1万8千人の方が亡くなっています。治療薬も開発中の段階です。こうした中で、多くの方にワクチンの接種を受けていただくことにより、重症者や死亡者を減らし、医療機関の負担を軽減することが期待されます。 ※厚生労働省ホームページ参照



どんなワクチンでも、接種後「副反応」が起こる可能性があります。

一般的にワクチン接種後には、ワクチンが免疫をつけるための反応を起こすため、接種部位の痛み、発熱、頭痛などの「副反応」が生じる可能性があります。治療を要したり、障害が残るほどの副反応は、極めて稀ではあるものの、ゼロではありません。（予防接種による健康被害は救済制度の対象となることがあります。）

現在接種がすすめられている新型コロナウイルスワクチン（ファイザー社及びモデルナ社のワクチン）は、ワクチンの2回接種後に、接種部位の痛み、37.5度以上の発熱、疲労・倦怠感、頭痛、筋肉痛の痛み、寒気、下痢等の副反応が現れることがあります。

ワクチン接種後15～30分経過を見て、万が一アナフィラキシーが起きても医療従事者が必要な対応を行います。

ワクチンについて、正しく知ったうえで、判断しましょう。

新型コロナウイルスワクチンは、国内外の数万人のデータから、発症予防効果など、ワクチン接種のメリットが、副反応といったデメリットより大きいことが確認されています。皆さまが納得して接種の判断をしていただけるよう、病院としても情報提供に努めてまいります。



接種を受ける際の同意

新型コロナウイルスワクチンの接種は、皆さまに受けていただくようお願いしていますが、接種を受けることは強制ではありません。接種を受ける方の同意がある場合に限り接種が行われます。



ワクチンの接種を受けた後も、マスクの着用など、感染予防対策の継続をお願いします。

ワクチンの接種を受けた方は、新型コロナウイルス感染症の発症予防が期待されていますが、他の方への感染の予防効果はまだ分かっていません。また、ワクチン接種が徐々に進んでいく段階では、すぐに多くの方が予防接種を受けられるわけではなく、ワクチンを受けた方も受けていない方も、共に社会生活を営んでいくことになります。このため、皆さまには感染予防対策を継続していただくようお願いいたします。

具体的には、「3つの密（密集・密接・密閉）」の回避、マスクの着用、石けんによる手洗いや消毒用アルコールによる手指消毒の励行などをお願いします。

MR人間ドックのご報告



MR人間ドックをはじめまして、3年が経過しました。
 おかげ様で、**受診者数2,000人**を突破しました。
 そこで当院のMR人間ドックで見つかった疾患などをご報告させていただきます。

頭頸部

- 脳腫瘍 ● 脳動脈瘤 ● 副鼻腔炎
- 耳下腺結節 ● 中耳炎 ● 上顎洞貯留嚢胞
- 喉頭蓋嚢胞 ● 後頸部腫瘤
- くも膜嚢胞 ● 上顎洞炎 他

甲状腺

- 甲状腺結節 ● 甲状腺腫
- 甲状腺腫大 ● 甲状腺腫瘍(腫瘤)
- 甲状腺炎症性変化 ● 慢性甲状腺炎 他

脊椎

- 転移性骨腫瘍 ● 血管腫 ● 黄色靭帯肥厚
- 脊柱管狭窄症 ● 圧迫骨折 ● 神経根嚢胞
- 変形性脊椎症 ● 椎間板ヘルニア
- 仙骨嚢腫 ● シュモール結節他

乳腺

- 乳腺嚢胞 ● 乳腺結節 ● 乳腺症
- 濃縮嚢胞 ● 女性化乳房 他

肺

- 肺腫瘍 ● 肺結節影
- 肺陳旧性炎症性変化 ● 胸腺嚢腫
- 胸膜腫瘤 ● 肺浸潤影 ● 胸水貯留 他

食道・胃・十二指腸

- 食道炎
- 胃異常 他

肝臓

- 肝腫瘍 ● 肝嚢胞 ● 肝血管腫
- 慢性肝障害 ● 脂肪肝
- 肝リンパ節腫大 ● 肝腫大 他

脾臓

- 脾嚢胞 ● 脾腫瘤
- 脾臓腫大 ● 脾血管腫 他

副腎

- 副腎腺腫 他

腎臓

- 腎腫瘍 ● 腎嚢胞 ● 水腎症 ● 腎盂拡張
- 腎出血性嚢胞 ● 腎杯憩室 他

膵臓

- 膵腫瘤 ● 膵嚢胞 ● 主膵管拡張
- 膵脂肪置換 ● 膵嚢胞性腫瘍
- 膵管癒合不全 ● 膵管内乳頭粘液性腫瘍(IPMN) 他

胆嚢

- 胆嚢結石 ● 胆嚢腺筋症
- 胆嚢ポリープ ● 胆嚢壁肥厚
- 慢性胆嚢炎 ● 総胆管拡張 他

大腸

- S状結腸腫瘤 ● 直腸腫瘤
- 大腸憩室 ● 便秘症 他

子宮・卵巣

- 子宮筋腫 ● 子宮頸部ナボット嚢胞
- 子宮腺筋症 ● 子宮ポリープ
- 子宮腫大 ● 卵巣嚢胞
- 卵巣機能性嚢胞 ● 卵巣嚢腫
- 子宮内膜症 ● チョコレート嚢胞
- バルトリン腺嚢胞 他

前立腺(膀胱)

- 前立腺腫瘍 ● 膀胱腫瘍 ● 前立腺嚢胞
- 前立腺肥大(腫大) ● 尿管遺残
- 膀胱憩室 ● ミュラー管嚢胞 他

その他の病気

- アテローム(粉瘤) ● 皮下腫瘤 ● 腹水貯留 ● 大腿骨嚢腫
- 心拡大 ● リンパ節腫大 ● リンパ節転移 ● 腋窩リンパ節腫大 他

がん以外の重篤な疾患、動脈瘤なども発見可能です。
 健康診断や他の人間ドックでは発見が難しい
 疾患を積極的に発見することが可能です。
 被曝もなく、毎年受診が可能な料金で行っています。

- がん早期発見 MR ドック …… 33,000円
- 脳ドック …………… 17,820円



糖尿病について Vol.2

全3回に渡る糖尿病と運動療法の特集です。

今回は第2弾ということでオススメの運動メニューについて紹介していきます。

※発熱時や体調不良の際は運動を控えましょう。運動して胸痛や身体に痛みがある際は主治医へ相談をお勧めします。

I

まずは座って深呼吸を…では座ってできる運動から始めます!

①もも上げ



②膝伸ばし



③踵上げ



各20回ずつ
1~3セット
目指しましょう。

II

次は立って運動しましょう!

①立ち座り



②スクワット
(座るイメージで)



③脚の横開き



④脚の後ろ上げ



⑤踵上げ



各10回ずつ
1~3セット
目指しましょう。

III

最後に歩きましょう!

健康のためには「1日1万歩」が推奨されますが、実際歩くには難しいと思います。2000~3000歩でも血糖値や血圧を下げ、中性脂肪も下がり肥満解消に繋がります。



少しでも運動する
ことが大切です。



ベッドで過ごす時間が多い日には寝ながら運動しましょう。

①上体起こし
(頭を上げるだけでもOK)



②お尻上げ



③脚の横開き



各10回ずつ
1~3セット
目指しましょう。

次回はそれでも頑張れないあなたに! オススメの情報をご紹介します。



肺炎予防のために、 できることがあります。

これから肺炎予防をはじめの方へ

大切なのは、肺炎の原因となる細菌やウイルスが、からだに入り込まないようにすること。そのために、予防の一環として、心がけてほしいことがあります。

1 毎日の感染予防



うがい・手洗い



マスクの着用



歯磨きなどで
口の中を清潔に



誤嚥を防ぐ

肺炎予防の第一歩は、感染予防です。そのためにまず、うがい、手洗い、マスクの着用をしっかり行いましょう。一度使ったマスクは汚れていますので、毎回新しいものに替えてください。

高齢になるにつれ、咳をすることや、飲み込む運動がうまくいけなくなり、誤って唾液や食物が気管に入ってしまうことがあります。それを、誤嚥と呼びます。

誤嚥の際に、口の中の細菌なども一緒に気管に入ってしまう、それが誤嚥性肺炎(ごえんせいはいえん)を引き起こすことがあります。また、夜、眠っているときでも、唾液が少しずつ気管に流れ込むことがあり、唾液に細菌が含まれていると、肺炎の原因になります。歯磨きなどをおろそかにせず、口腔内を清潔にしておくことは、肺炎を防ぐうえで大切なことなのです。

2 予防接種を受ける

高齢者が肺炎を防ぐ方法として、「成人用肺炎球菌ワクチン」の接種があります。またインフルエンザをきっかけに肺炎にかかる人も多いことから、インフルエンザの予防接種も肺炎予防には大切です。

※予防接種はすべての肺炎やインフルエンザを防ぐものではありません。



予防接種を受ける

3 免疫力を高める

免疫力とは、からだの外から侵入してきた細菌やウイルスを退治する力です。肺炎にかからないためには、この免疫力を高めることも重要です。

食事や睡眠などをきちんととる規則正しい生活は、免疫力を高めるために必要です。また、持病がきっかけになって体調が悪くなり免疫力が低下することもあるので、持病がある方はその治療をしっかり行ってください。

たばこは免疫力を低下させ、気管や肺にも悪い影響を及ぼします。禁煙することを考えましょう。

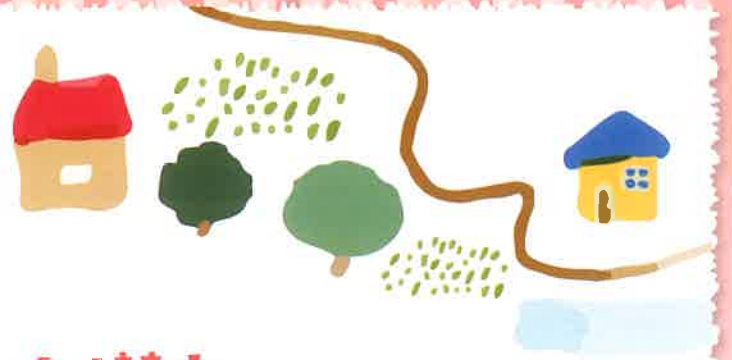


規則正しい
生活をする

禁煙をする

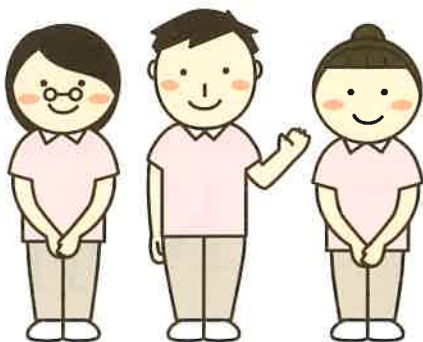
持病の治療に
つとめる

介護老人保健施設
翡翠苑通信



コロナ禍でも より良い医療・介護を

介護老人保健施設 翡翠苑では、コロナ禍であっても職員が種々のアトラクションを行い、ご利用者楽しんでいただいています。
また、ご利用者のマスクの着用も習慣づいてきている状況です。
今後ご利用者中心のより良い医療・介護を目指していきます。



新 型コロナ対策による
各種行事の休止について

現在、東筑病院では、感染対策の観点から、糖尿病教室、昼食会、ビデオ放映を行っておりません。また、再開の日程も未定です。ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。



感 染対策について

東筑病院では**オンライン面会**、**入り口での検温**、**3密の防止**、など様々な感染対策を行っております。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
13:00~17:00	○	○	○	○	○	/	/

病院の休診日
 ▶土曜午後・日曜・祝祭日 ▶お盆(8/14~8/15)
 ▶年末年始(12/30~1/3)

外 来診療担当週間予定表 2021年12月改定

診察室	月	火	水	木	金	土		
午前	1	小野 (内科一般)		小野 (内科一般)	岩永 (リハビリ)	小野 (内科一般)	交代制	
	2	西野 (循環器)	西野 (循環器)	早川 (循環器)	早川 (循環器)	迎 (循環器)		
	3	宮崎 (呼吸器)	原田 (消化器/エコー)	川波 (呼吸器)		宮崎 (呼吸器)		
	4	山中 (消化器)	伊藤 (神経内科)	山下 (循環器)	山中 (消化器)	山下 (循環器)		小川 (血液内科)
	5	村上 (糖尿病)	安部 (リウマチ/膠原病)	原田 (消化器/エコー)	村上 (糖尿病)	安部 (リウマチ/膠原病)		
	6	長野 (肝臓)	鎌田 (内科一般)	前川 (消化器)	前川 (消化器)	船津 (消化器)		
胃内視鏡	前川	船津	船津 山中	船津	山中			
午後	1	岩永 (リハビリ)	村上 (糖尿病)	村上 (糖尿病)		産医大 (第2内科)	総回診	
	2	早川 (循環器)	迎 (循環器)	迎 (循環器)	西野 (循環器)	産医大 (消化器外科)		
	3	川波 (呼吸器)	宮崎 (呼吸器)		川波 (呼吸器)			
	4	伊藤 (神経内科)	山下 (循環器)	山中 (消化器)	伊藤 (神経内科)			
	5	安部 (リウマチ/膠原病)		産医大 (リウマチ/膠原病)				
	6	鎌田 (内科一般)	前川 (消化器)	船津 (消化器)	鎌田 (内科一般)			
心臓検査	迎(13時) トレッドミル	西野(13時) トレッドミル+UCG		山下(13時) トレッドミル+UCG				
大腸内視鏡		船津		船津 山中				

交通案内
Access Map



- 西鉄バス 「八枝2丁目」下車正面
「北の浦」バス停から徒歩3分
- JR 「折尾」駅から車で10分

特定医療法人 東筑会 東筑病院



〒807-0856 北九州市八幡西区八枝1丁目7番20号
TEL 093-603-0111 FAX 093-691-4831
http://www.tochiku-hospital.com

東筑病院 検索