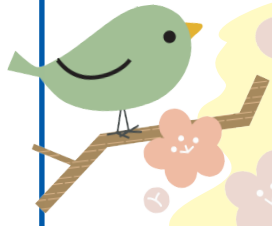


# うめじび新聞

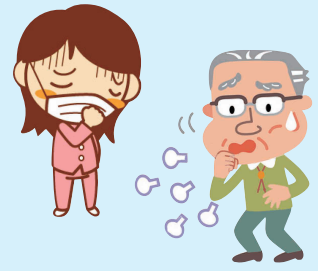


まだまだ厳しい寒さが続いておりますが、皆様如何お過ごしでしょうか？  
立春を迎えて、梅の花もほころび始め、日も長くなったように感じますね！  
2月と言うと節分やバレンタインデーなど楽しいイベント事もたくさんありますが、  
インフルエンザウイルスに感染する可能性が高い季節でもあります。  
今年は流行が12月と早かったため2月末には落ち着いてくると  
言われていますが、まだまだ油断は禁物です！  
インフルエンザに対する正しい知識を身に付けしっかりと予防対策し、  
元気に暖かい春を迎えましょう♪



## インフルエンザについて

インフルエンザは、風邪ではなくインフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気で、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。また一般的な風邪のようにのどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。小さなお子さんではまれに急性脳症を発症したり高齢の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴うなど、重症化する事もあるようです。「インフルエンザにかかったかも？」と感じたらすぐ病院へ向かわれる方も多と思いますが、**実は受診するタイミングがとっても重要です！**



## 受診 投薬の タイミング

### Q. インフルエンザウイルスの種類は？

**A** ウイルスは A 型・B 型・C 型の 3 種類があります。毎年爆発的に流行するのが、A 型で高熱や喉の痛みが主な症状です。その次に多いのが B 型で、A 型よりは症状が軽いとされていますが消化器系に影響が出やすいウイルスです。そして最も少ない C 型は、5 歳以下の幼児に感染する事が多く鼻水症状が主です。

### Q. 投薬のタイミングは？

**A** 発症後 48 時間以内に投薬するようにと考えられています。これ以上時間が経過してしまうと、薬が効きにくくなってしまいますので注意が必要です。

### Q. 受診する正しいタイミングは？

**A** 半日経過したタイミングで受診するのが良いとされています。インフルエンザ検査も、発症後 12～24 時間以上経過しないと偽陰性となる場合があります。どの症状が出たら受診する、というのは難しく、38 度以上の発熱がどの位継続するか、学校や家庭で感染者がいるか、という点で区別して下さい。

### Q. インフルエンザウイルスの潜伏期間は？

**A** 一般的に 1 日～2 日程度とされています。普通の風邪の潜伏期間が 3～4 日とされているので短めです。また潜伏期間でも感染するとされているので、ご家族が発症した場合は細心の注意が必要です。

## できていますか？ 正しい手洗い、 マスクの付け方



ふつうに手を洗っただけでは、**まだ汚れが残っています。**

- ・指先とつめの間
- ・指と指の間
- ・指関節のしわ
- ・手のひらのしわ
- ・手首など

石けんでよく洗いましょう。



## マスクは鼻からあごまで しっかり覆うことがポイント！

- 1 鼻・口・あごを確実に覆う
- 2 マスクがフィットするように調節する
- 3 使用中や外す際は口周りを覆う  
フィルター部分の表面に触れない



※鼻の部分に隙間があったり、あごが大きく出ていると効果はありません。  
※マスクを外した後は、手にウイルスが付いている可能性があるため手を洗う

インフルエンザウイルスの感染経路は「飛沫感染」によるものですが、「接触感染」「空気感染」など実に多いため一気に感染が拡がると考えられています。

- これらの感染経路を断つには
- 1 人ごみや感染者のいる場所には出来るだけ近づかず、出る際にはマスク着用を徹底
  - 2 出掛け先から戻った時や食事をする前には手洗い・うがいを行う

2 点が非常に有効です！簡単な事ですが徹底する事で、自身の健康を守ることが出来ます！  
予防対策をしてインフルエンザに負けず、2月のイベントを元気に楽しみましょう (\*^\_^\*)

## 世界のバレンタインを覗き見♡

2月の大きなイベントのひとつと言えばバレンタインですよ！  
日本では、女の子が好きな男の子にチョコレートを渡したり、  
友達同士でお菓子をプレゼントし合ったりするのがメジャーですが、  
今回は世界のバレンタイン事情についていろいろと調べてみました♪

### 台湾

2/14以外にも7/7も特別なバレンタインと考えられており、男性が女性にバラの花束を渡すのが習わしになっています。本数にはそれぞれ意味があり、1本なら「ぞっこん！」11本なら「一番好き！」99本なら「一生好き！」そして、108本なら「結婚して！」だそう(^^)  
とってもロマンチックで素敵ですよ♪



### イギリス

イギリスは、男女問わずプレゼントを贈り合います。ただ、さすが紳士の国！興味深いのが「ひそかに」渡します。たとえ意中の相手に渡す時でもカードやプレゼントであえて名乗りません。もらった人は「へえ～誰～？」とのろけながら胸をときめかすということですね！ちなみに、チョコレートを渡す習慣も実はイギリスから始まりました。

今回ご紹介した2か国以外にも各国様々なバレンタインがあることを知りました！  
日本では当たり前とされている文化が違う国では全く別の文化として捉えられていて調べてみるととても面白かったです♪是非みなさんも、思い思いのバレンタインを過ごして下さいね！

## クラーク業務ってどんな仕事？

スタッフのひとことに出て来た“クラーク業務”について簡単に説明したいと思います。

クラークとはドクターの代わりに患者さんの訴えや薬、処置を入力しカルテを代行作成する業務で大病院など大きな病院で取り入れられていることが多いお仕事です。

メリットとして診察の効率が上がりスムーズに患者さんをご案内出来るという点もありますが、当院といたしましては何よりドクターがカルテを作りながらではなく、目を見て患者さんとお話し出来る環境を作りたいという思いからクラーク制度を取り入れています。私もクラークとして未熟ではありますが1日でも早く患者さんのお役に立てるよう懸命に勉強し取り組みたいと思います。

## スタッフのひとこと

2015年になってから早いものでもう2ヶ月が経とうとしていますね。去年は、社会人1年目で、とにかく必死に目の前の仕事に取り組んでおりました。

ですが、2年目に入る今年は目の前の仕事だけに捉われず広い視野を持って仕事に取り組みたいと思います。12月に今年の目標を4つ立てたのですがその中の1つに“クラーク業務の独り立ち”という目標を掲げております。クラーク業務においてもこの姿勢は非常に重要となってくるので、目標を達成させつつ視野を広げられたらと思います。

また次回のうめじび新聞やスタッフブログ等で良いご報告をお伝え出来るように頑張ります！

## 梅華会で一緒に働きませんか？

### 看護師スタッフ

素敵な医療を素敵な仲間と共に育める！  
ブランクのある方も当院で再スタートしませんか。

詳細はHPをご覧ください。

「梅華会 採用」で検索！

[http://umeoka-recruit.com/rec\\_nurse.php](http://umeoka-recruit.com/rec_nurse.php)



### WEBデザイナー

当院HPを作成して下さる、  
知識・経験のある方を  
募集しています！

興味のある方は履歴書・  
職務経歴書・  
作品のコピー（返却不可）  
をお送り下さい！

勤務地：苦楽園

<郵送先> 〒662-0084 西宮市樋之池町 22-2

梅岡耳鼻咽喉科クリニック 採用担当宛