

今年マイコプラズマ肺炎が流行しています。これまでに国内では夏のオリンピックが開催される年に流行する傾向がありました。2019年以降は新型コロナウイルス感染症の影響で落ち着きを見せていました。しかし、2024年は2016年以来の大きな流行となっており、若い世代でも入院される方が増えました。

では、そもそもマイコプラズマ肺炎とは何でしょうか。マイコプラズマ肺炎とは、肺炎マイコプラズマ(Mycoplasma pneumoniae)という細菌によって引き起こされる肺炎であり、国内の市中肺炎における原因微生物としては第3位の頻度です。2週間を経て発熱や頭痛、

マイコプラズマ肺炎

だるさなどが出現します。その数日後に咳が出始めますが、咳は徐々に悪化し、解熱した後も3〜4週間ほど続きます。喘息のような気管支炎を起こすことが比較的多く、約40%の方で喘鳴がみられます。肺炎マイコプラズマに感染しても肺炎にまで至らないケース、肺炎に至っても比較的軽症で気づかれず、軽快するケースなど様々ですが、酸素投与が必要なほど大きな肺炎では入院して治療します。

診断は、咽頭ぬぐい液の迅速抗原検査や喀痰・咽頭ぬぐい液を用いた血清診断などにより行います。しかし迅速抗原検査以外は結果が分かるのに数日〜1週間程度要することもあるため、治療を先行することが多々あります。

マイコプラズマ肺炎の厄介なところは、通常の肺炎で使用する抗菌薬が効かないこと



マイコプラズマ

- ✓ 頑固な乾いた咳
- ✓ 長引く発熱
- ✓ 肺以外の症状がある
- ✓ 周囲での流行
- ✓ 風邪のような症状



るにあります。肺炎球菌性肺炎など通常の細菌性肺炎で使用する抗菌薬(ペニシリン系、セフェム系)は効果がなく、他の抗菌薬(マクロライド系、テトラサイクリン系、ニューキノロン系)で治療します。

先行する発熱のあとに咳が長引く、周囲に頑固な咳をしている方がいらっしゃる、普段接する子供さんやお孫さんの周囲にマイコプラズマと診断された方がいらっしゃるなどの情報があれば診察する医師も肺炎マイコプラズマを想起し診断の一助になりますので、咳が長引く場合は、ごのような感染症もあつたなと思いついていただけると幸いです。

- 1) 国立感染症研究所. IDWR 2024 年第 35 号<注目すべき感染症> マイコプラズマ肺炎. [https://www.niid.go.jp/niid/ja/mycoplasma-pneumonia-m/mycoplasma-pneumonia-idwrc/12871-idwrc-2435.html] (2024/9/25 access)
- 2) 一般社団法人日本呼吸器学会. 成人肺炎診療ガイドライン 2024. 東京: メディカルビュー社; 2024.
- 3) 国立感染症研究所. マイコプラズマ肺炎とは. [https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansennohanashi/503-mycoplasma-pneumoniae.html] (2024/9/25 access)



今月のDr.

呼吸器科
Kazutaka Yamaniha
山入端 一貴
【資格】
日本内科学会専門医



INFORMATION

01 | 年末年始の休診について

	一般診療	救急
令和 6 年 12月29日(日)	休 診	終 日
令和 6 年 12月30日(月)	通常通り (9:00~17:30)	終 日
令和 6 年 12月31日(火)	休 診	終 日
令和 7 年 1月1日(水)	休 診	終 日
令和 7 年 1月2日(木)	休 診	終 日
令和 7 年 1月3日(金)	休 診	終 日
令和 7 年 1月4日(土)	通常通り (9:00~12:30)	終 日

※病院の休診日は、シャトルバスもお休みとなります。
※1月4日(土)より通常診療になります。

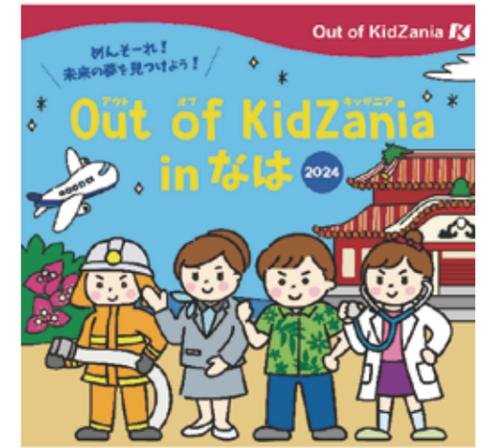
病院長

02 | わくわく!どきどき! 楽しみながらお仕事を見てみよう!

今回、おもと会グループ(大浜第一病院)は、『Out of KidZania in なは 2024』に出展します。そこで救急病院の仕事として、要救助者に対し救命処置を行う看護師、検査と手術を行う医師、それぞれの役割に分かれて「チーム医療」を行います。

おもと会グループ
OMOTOKAI GROUP

私たちおもと会グループは、
Out of KidZania in なは2024に出展します



日時: 2024年12月14日(土)・15日(日) 詳しくはこちら→
会場: 厚狭市民体育館
対象: 厚狭市在住の小学生

今月の smile スマイル



今月の新入職員

一生懸命頑張りますので、よろしくお願いします。

『大掃除』
今年も1年の感謝を込めて、我が家の大掃除を開始しました。
ベランダ、玄関周りや窓を高压洗浄機で気持ちいいくらい汚れが落ちていく爽快感で階段も

医療コンシェルジュ・上地の 外来より
こんにちは

水を流しながら・・・私も滑って危うく階段を駆け落ちそうになりヒヤッと...
皆さんも大掃除には、くぐれどもケガのないようにして下さい。



マスク越し
笑顔を伝える
難しさ

40代ナース

医療川柳



Dr. 仕垣セレクト
**医学・医療
の名言**

お互いに知るといことは、相手を何でもかんでも知り尽くすことではなく、愛と理解によって互いに信じ合うことである。

シュバイツァー



編集後記

Text: 地域連携室 高木

待ちに待ったクリスマス!と言っても、大人である私にはプレゼントはないわけですが・・・頑張った自分にご褒美と病院内のファミリーマートで数量限定のケーキを早々に注文しました。病院内で購入できるって便利ですね。大人になってもウキウキ・わくわくとする季節。皆さんも頑張った自分にご褒美はどうでしょうか。



令和6年度 永年勤続医療従事者表彰式



2024年10月31日(木)沖縄県医師会主催の永年勤続医療従事者表彰式がダブルツリー by ヒルトン那覇首里城で開催され、今回は344名の方々が受賞致しました。今年度、当院からは看護師4名、放射線技師1名、理学療法士2名、作業療法士1名、診療情報管理士1名の9名が受賞を受けました。

受賞者からは、『20年前の入職時と異なり、現在の医療現場はとても進化しており時代の流れを感じる。直近では新型コロナウイルス感染症の流行で様々な事を考えさせられた。周りの皆様に感謝しつつ、これからも頑張ります。』と、力強い決意を頂きました。

受賞された皆さん。おめでとうございます。これからも益々のご活躍を期待致します。

全国糖尿病週間・医療安全週間

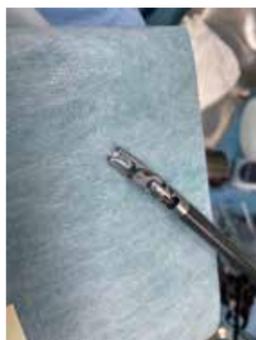
先月11月11日～11月17日は「全国糖尿病週間」でした。それに合わせて一般向けの講演会やポスター掲示などの広報活動を実施しました。



また、11月24日～11月30日「医療安全週間」でした。「患者の安全を守る」各部署の取り組みを1階ホールにポスター掲示し、医療安全への啓発活動を行いました。



手術において臓器を切除する場合には一部の血管を切り離す必要があります。古い時代には切り離す血管全て手術用糸を使って血管を処置するクリップが存在しています。適応する血管はこのクリップによって閉塞し、切離す事が可能になりました。



臨床工学科の血管用のクリップ
臨床工学科 前川正樹



ところで、自分のことばってなんだ!?



イベリコ栢木
内科医。
『Read Hard! Sleep Well!』がモットー。

世界には2000余りの国が存在し、言語は6000から8000あるとされる。しかしその話者である個人はもつと多数であり、同一の言語集団のなかでも言葉のニュアンスは百人百様に異なる。言語は文法やルールに基づくのに対して、言葉は話し手の思考を表現するものであるが故に個人ごとのバリエーションが生じるのである。

本書で語られる自分の「ことば」とは、人それぞれに異なる思いや考えを表現するという人間にとって根本的な作業なのだが、意外とこれが難しい。まず、考えをまとめなくてはならない。真面目な人ほど唯一無二の「正しい答え」を求め、思考の表出に躊躇うがちだ。考えをまとめるうえで欠かせないプロセスが他

人に思いを伝える「対話」である。気分転換のためのおしゃべりではなく、対話を通して考えを「採む」という作業により思考は徐々に洗練されていく。これを無限に繰り返す中で自分の考え、そして「ことば」が形成されるのだ。

SNS全盛の現代において、自己表現とはユーザーやインフルエンサー達のごとく華やかでなくてはならず、また彼らの語りが絶対的に正しいかのような幻想を抱きがちだ。しかし私たちの日々の対話、生活こそが生きた自己表現であり、百人百様であって当然なのである。決して派手でなくても、あなたがあなたの「ことば」が存在する。自分「ことば」で話すことを恥じる必要は全くない。

Review



細川 英雄
自分の「ことば」をつくる
あなたにしか語れないことを表現する技術
ディスカヴァー・トゥエンティワン
2021年

材料 (マドレーヌ型 10カップ分)
(1カップ 50kcal 塩分0.1g 食物繊維1.9g)
おから (乾燥) ... 30g
水 ... 100cc
たまご ... 50g (2玉)
牛乳 ... 65cc
ラカントS (甘味料) 75g
ピュアココア (無糖) 20g
ベーキングパウダー 5g (1袋)
バニラエッセンス 少々
くるみ (飾り用) ... 1かけ
粉砂糖 (飾り用) ... 適宜

【作り方】
① 乾燥おからに水分100ccを加えまぜる。(水分が含まれたおから130gにする。重量が足りない時は水分で調整する)
② ①にたまご、牛乳、ラカントS、ピュアココア・ベーキングパウダー・バニラエッセンスを加え泡だて器でよく混ぜ合わせる。
③ オープン対応の紙カップに材料を入れ、くるみを上にのせる。
④ 180度に予熱したオーブンで15分加熱する。
⑤ 粗熱がとれたら、粉砂糖をふりかけて完成。



おからのガドーシヨコラ
低カロリーで食物繊維入り。クリスマスに手作りしてみませんか?



管理栄養士 安里恵美子

お答えします! 病院のギモン

Q 病院の「紹介状」には何が書かれていますか?

A 言葉のイメージから、あいさつ程度の手紙に思えますが、正式名称は「診療情報提供書」と言います。内容は患者様の個人情報と治療経過が書かれた報告書となっています。また、画像診断写真等のCD-Rや、血液検査のデータ等が添えられる事も多いです。

書式に決まりはありませんが、病院を移ってもこれまでどおり治療が受けられるようになる事が目的のひとつとなっています。

何が書かれているか気になる方が多いと思いますが、開封する事によって内容の信頼性が下がってしまいますので、開封は控えましょう。

薬にまつわる イトヤトラ

薬剤科 姫野 耕一
健康食品の正しい利用法について
アレルギーに注意する

薬の場合なら、医師等から事前に「今までに薬でアレルギーを起こしたことがあるかどうか」を聞かれます。しかし健康食品は自己判断で購入するものなので、アレルギー反応が出るかどうかも含め自分で判断しなければなりません。宣伝文句に「天然」「自然」のことばが入っているとイメージだけで「安全」を連想して安心していませんか。アレルギーは全ての人に起こるものではありませんが、誰に起こるかもよく分かりません。天然・自然由来の成分を使った製品は、アレルギーを起こすことがありますので気をつけましょう。



膝立ちバランス体操で筋力アップ

- 体操の特徴
 - ・太もも、お尻、体幹などを一度に鍛えることが出来ます。また両脚を前後に開いた状態で上下運動を行うので、バランス力の向上も期待できます。
- 注意点
 - ・室内で運動する際は、室内靴を履くか靴下を脱いで行って下さい。
 - ・バランスが難しい方は、負荷軽減の方法で行って下さい。
 - ・膝の痛みがある方は控えて下さい。

動作① 動作② 負荷軽減の方法

- 片膝ついてしゃがみ込む
- 前後の膝を90度くらいに曲げる
- 適度に両手を横に開きバランスを保つ
- 視線を正面に向けて背筋を伸ばす
- 前足の踵に荷重しながら、ゆっくりと真直ぐ立ち上がる
- 正しい姿勢5秒位バランスを保ったら、体をゆっくり沈める
- 10回終わったら、足を入れ替えて、反対側のあしも同様に行う

椅子や机に手を添えながら行うとバランスをとりやすくなります。

健康運動指導士による健康体操館

健康運動指導士による