

さんよう広場

令和5年9月 第54号

咳について



呼吸器内科
吉松 昭和

新型コロナウイルス感染症が5類感染症に移行して暫く経ちますが、患者数はまだまだ多い状況が続いています。

コロナ感染症の症状として多く認められるのがのどの痛み、咳嗽（がいそう）です。多くの方がこのことを認知されているため、これらの症状が出てくればコロナにかかったかなと思われ外来を受診されます。

コロナを含めウイルス感染の時に出る咳を感染性咳嗽といいます。これはウイルス感染により空気の通り道である気道の粘膜が障害を受けることによるものです。気道の粘膜が障害を受けると、吸い込む空気のちょっとした温度の変化にも反応して咳が出ます。また粘膜が障害を受けると分泌物（痰など）が増加、これを出そうとして咳が増えます。コロナウイルスはこの粘膜の障害が他のウイルスよりも強いように思われます。

ウイルス量が減って人にうつらない時期（1週間ほど）になっても、気道粘膜の修復にはもっと時間がかかるため、2週間経っても咳が治まらないことがあります。この長引く咳を感染後咳嗽といいます。感染性咳嗽・感染後咳嗽の特徴として、咳の出やすい時間帯があまりありません。

もし就寝中や、早朝などに咳がひどくなるような時は、気管支喘息や咳喘息の可能性が強くなります。今まで喘息といわれたことがない人でも、突然喘息を発症することはあります。もしそのような場合には病院を受診していただき、相談されたいかがでしょうか。

さらに咳が長引く場合、ウイルス感染などの感染症による咳嗽の可能性は徐々に低下していきます。6週間続くと感染症が原因の可能性は5割程度に下がり、8週を過ぎると感染症の可能性は2割以下になります。

2か月以上続く咳の場合は、気管支喘息・咳喘息のほかに消化器疾患である逆流性食道炎も咳の原因となります。胃液が逆流することにより咳が誘発されます。寝ている時に逆流しやすいので、これも夜間、起床時に増える傾向があります。

その他に肺がんや間質性肺炎なども長引く咳の原因になります。定期的な検診を受けていない場合は特に注意が必要です。

咳は日常生活を送るうえでストレスになりますので、咳の原因を見極めるために我慢せず早めに医療機関にご相談ください。

かかりつけ医を持ちましょう

「かかりつけ医」とは、患者さんにとって健康に関することは何でも相談でき、必要な時は専門の医療機関を紹介し、地域医療、保健、福祉を担う総合的な能力を有する身近で頼りになる医師のことです。

かかりつけ医を持つことで

1. 健康状態に関する情報を常に把握してもらえる
2. 病気の予防や早期発見・早期治療につながる
3. 緊急時にも迅速かつ適切な対応が期待できる
4. 症状に応じた専門家への紹介をスムーズに行ってもらえる

といったメリットが考えられます。

当院は開院以来、地域の皆様にとっての「かかりつけ医」の役割を担うべく日々診療を行っております。救急から普通の病気まで診る総合内科医を中心に、外科、整形外科、眼科、泌尿器科、皮膚科も力を合わせて頑張っています。

令和5年5月8日新型コロナウイルス感染症が5類感染症に移行し行動制限が緩和されましたが、最近では新型コロナ感染者は増加の一途をたどっています。今後も気を緩めることなく発熱外来を継続し、皆様にとって少しでも役に立てるように診ていきます。

そして患者様の「かかりつけ医」となれたら本望です。これからもよろしくお願いいたします。

広報委員長 内科 長谷川直子



当院のリハビリテーション科紹介

当院のリハビリテーション科は理学療法士、作業療法士、言語聴覚士の3職種で構成されています。さまざまな状態・事情の患者様に対して、丁寧に寄り添い、自分らしい生活・人生に向けた復帰を全力で支える事を理念としています。

- ・理学療法；病気やケガの超急性期から生活期に至るまで各病期に応じて運動機能や基本動作能力の回復に取り組みます。
- ・作業療法；患者様が生き生きとした生活が送れるよう日常生活動作や家事、余暇、地域活動など様々な作業活動を通して「心が動けば身体も動く」をモットーに身体活動や精神活動の向上を図ります。
- ・言語聴覚療法；当院では多職種で連携し摂食・嚥下リハビリテーションを積極的に行います。

※当院の外来リハビリテーションは令和2年3月より新型コロナウイルス感染症拡大防止のために原則休止としています。今後感染状況がさらに落ち着けば再開を検討する予定ですが、その際も厳重な感染対策は継続していきます。また、医療として効果判定を行い、適切な期間を定めてリハビリテーションを行うという新たな方針で外来リハビリテーションを展開していきたいと思っております。

糖尿病教室よりお知らせ

開催日	テーマ	担当講師
10月19日(木)	糖尿病網膜症について	眼科医 藤井 誠一郎
11月16日(木)	糖尿病腎症・透析予防について	看護師 藤本 浩子 栄養科 藤尾 和樹
12月21日(木)	年末年始の過ごし方	病院長 森田 須美春
1月18日(木)	糖尿病としびれについて	内科医 金子 景弘
2月15日(木)	糖尿病の食事療法 目で楽しむバイキング	栄養科 後藤 由香里他
3月21日(木)	糖尿病の薬物療法 知っていますか?自分の薬	薬剤科 樋口 懂子

《日時》 毎月 第3木曜日 13:00~14:30
《会場》 本館3階 会議室
《参加費・申込み》 不要 (12月21日のみ申込みが必要となります)



昨年度まで新型コロナウイルスの感染状況に応じて実施していた糖尿病教室も、4月からは毎月実施しています。大変多くの方にお越し頂き、明るく楽しく且つ学びのある教室を開催する事が出来ていると感じています。

医師をはじめとする専門スタッフの講義、理学療法士による運動療法、管理栄養士による食事療法の話を毎月行っています。糖尿病に関心のある方であれば、どなたでも参加いただけます。参加されている方々と共に栄養科スタッフも一緒に勉強する気持ちで頑張っています。親しみやすい雰囲気ですので、どうぞ気軽にご参加ください。

管理栄養士のこぼれ話 『健康食品にご注意を』



テレビのCMや雑誌の広告、あらゆる場面で目にするいわゆる「健康食品」。実は法律上の定義は無く、医薬品ではありませんが健康の維持・増進に役立つことを銘打って販売されている食品です。健康食品の中でも、保健機能食品（特定保健用食品、栄養機能食品、機能性表示食品）といった食品の機能を表示することを認められた食品があります。ただし、医薬品とは異なり疾病の治療や予防のために摂取するものではありません。

健康食品の中には医薬品の成分を含んでいるものもあります。通院されている方で健康食品を摂取されている方は医師にきちんと伝えましょう。

健康という言葉に惑わされないように、三度の食事をきちんとバランスよく食べることが、なによりも大切です。

新型コロナワクチン接種のお知らせ

オミクロン株（XBB.1.5）に対応したワクチンの接種を行います。
接種希望の方は下記を参考にご予約ください。

予約方法：電話予約のみ 午後2時から5時まで（日・祝以外）

電話番号：0794-85-3420（予約専用番号）

接種開始日：令和5年9月26日（火）から

接種時間：午前9時30分から12時まで

接種対象者：以下の項目すべてを満たす方

- ① 当院の診察券をお持ちの方
- ② 初回接種（1・2回目）接種を完了した中学生以上の方
- ③ 前回の接種から3か月以上経過した方

使用ワクチン：ファイザー社製 XBB.1.5株対応1価ワクチン

※当日「令和5年秋開始接種 接種券」に記入事項を記載の上ご持参ください。

インフルエンザワクチン接種のお知らせ

10月中旬より、インフルエンザの予防接種が開始になります。

できるだけ11月中に予防接種をお受けください。

65歳以上の方には、公費負担補助があります。

※神戸市在住で65歳以上の方は、お住まいの区役所にて事前のお手続きが必要になります。詳しくは、外来受付までお問い合わせください。

アクセスMAP



医療法人社団 朋優会

三木山陽病院

〒673-0501

三木市志染町吉田 1213-1

TEL 0794-85-3061

FAX 0794-85-3582

URL <http://www.hoyukai.or.jp>

E-mail info@mikisanyo-hp.com