



知っておきたい アナフィラキシー

急なアレルギー症状は、命にかかわることがあります



①アナフィラキシーとは？

食べ物、薬、蜂などがきっかけとなって、全身に急激なアレルギー症状が起こる状態です。数分～数時間のうちに症状があらわれ、急速に悪化することがあります。特に、血圧が下がったり意識がもうろうとしたりする状態は「アナフィラキシーショック」といい、命にかかわることがあります。

②こんな症状に注意！

①皮ふ・粘膜



- じんましん
- 強いかゆみ・赤み
- 唇・舌・のどの腫れ
- 顔のむくみ

②呼吸



- 喉がつかえる
感じ・違和感
- 声がかすれる
- ゼーゼーする
- 息が苦しい

③おなか



- 強い腹痛
- 繰り返す嘔吐
- 下痢

④全身



- 立ちくらみ・失神
- 顔色が真っ青
- 冷や汗・手足が冷たい
- 意識がもうろう

救急車が来るまで



- 立たせたり、歩かせたりしない
- ぐったりしている場合
・・・あお向けで足を高くする
- 吐き気、嘔吐がある場合
・・・からだと顔を横に向ける
- 呼吸が苦しく、あお向けになれない場合
・・・上半身を起こし後ろに寄りかからせる



良くなっても病院へ！
12時間以内に再発しやすい

③すぐに119番！



「息が苦しい」「のどが締めつけられる」「繰り返す嘔吐」「ぐったりしている」「意識がおかしい」などの症状があるときは、ためらわず救急車を呼びましょう。

エピペンを処方されている方は、徴候や症状を感じたときに、太ももの前外側に速やかに注射してください



すばやい判断と行動が、大切な命を守ります。

参考：日本アレルギー学会・厚生労働省

公開講座

総合診療科 市村医師



8月8日④ 14時～「アレルギー疾患とスキンケア」と題した講座を開催しました。

今回は、身近なアレルギー疾患のひとつである「アトピー性皮膚炎」を中心に、症状や治療についてのお話と、毎日の生活で大切なスキンケアのポイントを分かりやすく伝えました。

また、花粉症の治療法のひとつである「舌下免疫療法」についても紹介しました。

毎日のちょっとしたケアや、治療について正しく知る、よい機会となりました。

事前予約 優先

9月・10月 外来診療のご案内

当日診療可

午前		月	火	水	木	金	土
受付時間 8:30～ 11:30 ④整形外科 新患11:00まで ④泌尿器科 11:00まで ④初診 11:00まで 診察開始 9:00～	総合診療	関	城戸	柳本	臼井	関	柳本
			市村		城戸		
		小橋	竹ヶ原	小橋	竹ヶ原	市村	内科医
	整形外科	福島		君津中央 病院医師		※	※整形外科診療日 【米井医師】 9/11、25 10/9、23
	眼科 完全予約制		種本	種本			
	泌尿器科	9/3 10月休診			千葉大学 病院医師		
	耳鼻咽喉科	9/5、19 10/3、17、31					千葉大学 病院医師

午後		月	火	水	木	金
受付時間 13:30～ 16:00 診察開始 14:00～	総合診療	9/4、11、25 10/9、16、23、30				黒野
	整形外科	福島	10月より福島医師から真先医師へ変更			
	循環器内科 完全予約制	9/3、24、10/1、22			君津中央 病院医師	
	皮膚科 完全予約制	君津中央 病院医師	9/7、14、10/5、19、26			
	眼科 完全予約制	亀田病院医師 9/7、28 10/19、26	種本	亀田病院医師	小嶋 9/10、24 10/8、22	
	禁煙外来	9/2、30、10/7、21		柳本		



休日救急当番
9月23日(水)
急患のみ受付

眼科からのお知らせ
☆コンタクト処方
は行っていません。
☆木曜日は田村医師か
ら小嶋医師へ変更に
なります

休診のお知らせ

竹ヶ原医師 9/15、17
市村医師 9/25、10/13、16、23
臼井医師 10/8
関医師 10/30
城戸医師 10/27、29

【発熱外来の受付】

症状に熱、咳、喉の痛みなどの風邪症状がある方。
受付時間 10:00～11:00 (土日祝日を除く)
マスク着用の上、病院内受付窓口に直接お越しください。
問診票の記入をお願いします。

* 急患の方は、随時受付します。まずはお電話ください。
* 事前予約にご協力お願いします。(予約のお電話はご希望日の
前日16時までにお願いします)予約優先となりますので予めご了
承ください。
* 新型コロナウイルス陽性の方は、発症から10日間は受診をお控
えください。(急を要する場合を除く)



歯科診療のご案内



	完全予約制	月	火	水	木	金	土
午前	9:00～12:00	根本 齊藤	根本 齊藤	根本 齊藤	根本 齊藤	根本 齊藤	歯科医師
午後	13:30～17:00	根本 齊藤	齊藤	根本 齊藤	歯科医師	齊藤 高野	午後 休診

お知らせ

* 9月24日、10月15日 小川内 歯科医師 診察日
* 毎週火曜、金曜日の午後は訪問歯科診療を行っています。ご相談されたい方は
まずお電話ください。04-7097-1222

病院公式LINEの配信は、鴨川市公式LINEから
配信することになりました。
鴨川市のホームページからLINE公式アカウント
へ進み、友だち追加をした後、受診設定を
クリックし、カテゴリの選択で「健康・福祉」
にチェックをつけてください。



病院公式
Instagram
はじめました



<https://kamogawakokuho-hp.com> 病院ホームページ

外来看護師とPSRのおしごと



地域の皆さまが安心して受診できるよう、外来を支える仕事をご紹介します。

外来は、地域の皆さまが最初に訪れる「病院の入り口」です。
外来看護師とPSR(患者サービススタッフ)は、それぞれの専門性を活かしながら連携し、
患者様が安心して受診できるよう、診療の前後を幅広く支えています。
今回は、そんな外来を支える「外来看護師」と「PSR」の仕事をご紹介します。



外来看護師の仕事

患者様に寄り添い、安心できる診療を支える



PSRの仕事

患者様の安心につながる外来の窓口



診察のサポート

診察室への案内や診察の介助を行い、
スムーズな診療を支えます。



受付・ご案内

来院された患者様をお迎えし、診療
へのご案内を行います。



検査・処置

採血、注射、点滴など、必要な医療
を安全に受けられるよう対応します。



予約・電話対応

受診予約やお問合せに対応し、受診
を支えます。



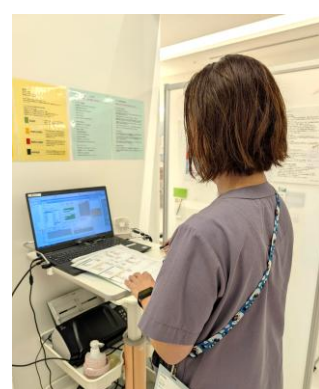
相談・連携

不安や疑問に寄り添い、医師や他職
種と連携します。



書類・手続きのサポート

必要な書類や手続きについて、わか
りやすくご案内します。



健康を守るためには、症状が出てから受診するだけでなく、年に一度の健康診断などで自分の身体を知ることが大切です。病気の早期発見・早期治療のためにも、ぜひ当院の健診・検診・予防接種をご活用ください。





【食中毒と予防について】

8月の終わりから9月にかけても気温や湿度が高く、細菌が増えやすい時期が続きます。特に高齢の方は、加齢により免疫力や胃酸の働きが低下し、食中毒が重症化しやすいため注意が必要です。食中毒予防の基本は、「つけない・増やさない・やっつける」の3原則です。まず「つけない」。調理前や食事前、生肉や魚、卵を触った後は石けんで丁寧に手を洗いましょう。包丁やまな板は、生の肉や魚用と野菜用を分ける、または使用するたびに洗浄・消毒することが大切です。次に「増やさない」。購入した食品はできるだけ早く冷蔵・冷凍し、調理後の料理も室温に長時間置かないようにしましょう。カレーや煮込み料理を鍋のまま一晩放置すると、熱に強い「ウェルシュ菌」が増殖する原因になります。「まだ大丈夫」と自己判断

せず、食べ切れない料理は早めに小分けして冷蔵保存すると安心です。最後は「やっつける」。肉料理は中心部まで十分に加熱しましょう。一般的には中心温度75℃で1分以上の加熱が目安とされています。また、温め直す際も全体がしっかり熱くなるまで加熱することが重要です。「もったいない」と思っても、少しでも臭いや見た目に異常を感じた食品は思い切って処分しましょう。食中毒は予防が何より大切です。日頃の小さな心がけが、健康を守ります。残暑が厳しい中、正しい知識で安全な食生活を送りましょう。万が一、激しい下痢や吐き気、発熱が出た場合は、脱水症状を防ぐために水分を補給しながら、すぐに医療機関を受診してください。



第3回 鴨国祭り(病院祭)

11月7日(土) 13:30～

院内での簡易検査、講話、長狭学園の児童による合唱発表
屋外エリアでの嚥下食の試食(先着100名様)など

入院患者様の面会について

〈面会時間〉15:00～17:00

〈面会人数〉1回につき3人まで
30分以内

〈面会対象者〉ご親族またはご親族以外の
キーパーソン

※未就学児のご面会は原則としてご遠慮
いただいています。

独立行政法人国立青少年教育振興機構
国立那須甲子青少年自然の家主催

「かもっこ 森と海のひだまりキャンプ」

亀田総合病院及び鴨川市立国保病院に
通院している子供のきょうだい及びその保
護者を対象に9月5日(土)に開催。
鴨川青少年自然の家で、ピザ作り、スー
プ調理を楽しみました。
初めての火起こしから、包丁での野菜切
りなど子供達も挑戦することができまし
た。親子、家族間での交流の時間として
来年も開催予定です。



診療科

内科・小児科・循環器内科・整形外科・眼科
耳鼻いんこう科・泌尿器科・皮膚科・禁煙外来
リハビリテーション科・歯科

医科

歯科

04-7097-1221 / 04-7097-1222

国保訪問看護ステーション 04-7097-1435

国保ヘルパーステーション 04-7097-1436

国保ケアプランサービス 04-7097-1437

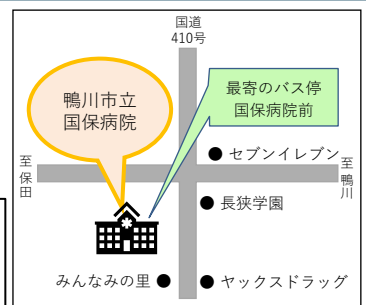
医療・介護連携支援室 04-7097-2860

福祉総合相談センター・長狭 04-7096-5711

鴨川市立国保病院

〒296-0112

千葉県鴨川市宮山233



敷地内全面禁煙