

相川

2021年春号

みんなの広報誌



新型コロナウイルスワクチンが始まります



EARTH COLOUR LAB とのコラボ



健康診断で「要再検査」「要精密検査」はありませんか



イベントのおしらせ

など

最近のできごと

残念ながら中止となってしまった実習もありましたが、1月には医学生さんが実習に来ました。

実習では、大学病院とは違った医師と地域の人々との関わりや、他職種との関わりを主に学ぶことができました。
また、エコーや内視鏡、栄養指導など先生や検査技師の方や栄養士の方々にご指導いただきとても良い学びとなりました。
院長は疾患のことや病院のこと、将来についてなどたくさんお話し下さり、嬉しかったです。職員の方も優しい方ばかりでとても過ごしやすかったです。今回の学びを今後に生かしていけるよう今後も日々学習していきたいと思えます。4日間ありがとうございました。



4月に事務2名、看護師1名が入職します。
産休・育休をとっていた職員も戻ってきます。
よろしくお願いします！

いよいよ、新型コロナウイルスの
ワクチン接種が始まります。
ワクチンについて正しく理解しましょう。

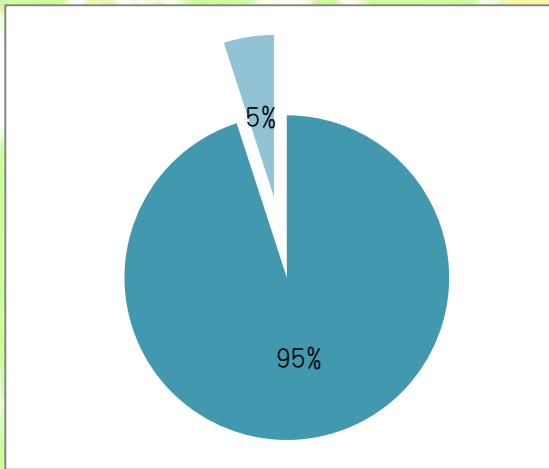


* 新型コロナウイルスワクチンが始まります *



ワクチンの特徴

メッセンジャー-RAN (mRNA) ワクチンという新しい仕組みのワクチンです。新型コロナウイルスの一部の mRNA を特殊なコーティングで包み注射します。mRNA は、タンパク質をつくるための設計図です。ヒトの細胞内に入ることにより、新型コロナウイルスのタンパク質の一部が作られ、免疫細胞がそのタンパク質を異物として認識して、免疫ができます。mRNA は数分から数日で分解されていきます。



「発症予防」の効果は 95%

海外における臨床試験では、ワクチン接種をした人が接種をしていない人より新型コロナウイルス感染症を発症した人が少ないということが分かっています。感染しても発症を防げる「発症予防」の効果は 95%と報告されています。

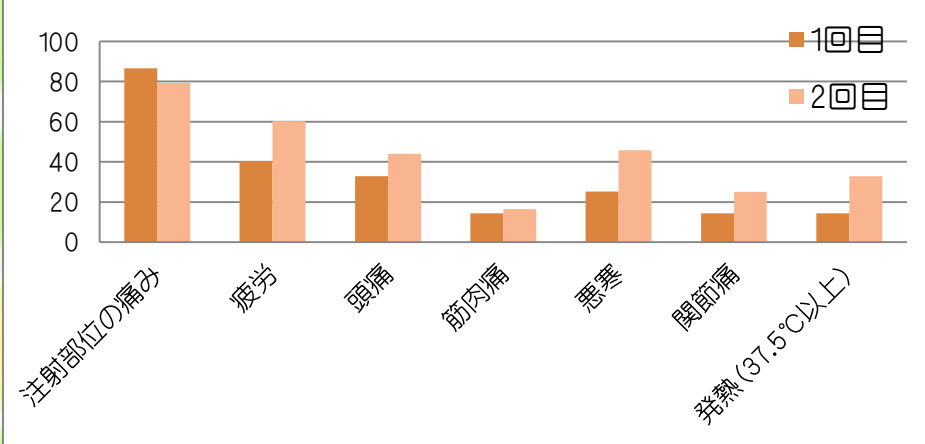
副反応の半数以上が痛みや疲労感

国内における臨床試験にて、主な副反応は注射部位の痛み、疲労、頭痛、筋肉痛、悪寒、発熱などがあります。



万が一、ワクチンの接種によって健康被害が生じた場合には、国による「予防接種健康被害救済制度」があります。

副反応がみられる割合 (%)



「ワクチンを打たないリスク」もよく考えて、接種の判断をしましょう。当院でも接種が可能になる予定です。詳細は決まり次第おしらせします。



健康診断で「要再検査」「要精密検査」の項目はありませんか…？

定期的に健康診断を受けることで、自覚症状がなくても病気を見つけることができます。
しかし、「要再検査」「要精密検査」を放っておくと治るはずの病気が手遅れになってしまうことがあります。



放っておくと危険

高血糖

空腹時血糖 126mg/dL 以上
または HbA1c 6.5%以上

高血圧

収縮期血圧 140mmHg
拡張期血圧 90mmHg

脂質異常

中性脂肪 300mg/dL 以上
HDL-コレステロール 34mg/dL 以下
LDL-コレステロール 140mg/dL 以上

これらを放っておくと動脈硬化が進行し、脳梗塞や心筋梗塞などの病気につながる可能性があります。また、高血糖状態が続くと全身の神経が傷ついたり、目が見えなくなる・透析になる可能性があります。コロナによる生活習慣の変化で体の状態も変化しているかもしれません。放置せず、受診して早期発見・早期治療を心がけましょう。異常がなくても生活習慣を見直すきっかけになります。

当院でできること

血液検査

糖・脂質代謝、肝機能などを調べます



超音波検査

腹部、頸動脈、心臓などの状態を確認します



栄養相談

管理栄養士と食生活を見直します



* EARTH COLOUR LAB とのコラボ *

『EARTH COLOUR LAB』は“カラダは食べたモノで出来ています”という言葉大切に、美味しくてカラダに良い食材・食品にこだわる、新栄にあるお店です。お弁当を当院 管理栄養士が監修し、スマートミールに申請中です。



『スマートミール』とは…



健康づくりに役立つ、栄養バランスのとれた食事のことです。野菜がたっぷり、食塩のとりすぎにも配慮したメニューになっています。

