

# にしおか小町

2022年  
秋季号

恵和会理念

●地域に密着した良質な医療の提供 ●地域住民の健康を守る一助となる

## 新型コロナウイルス感染症に関する診療等について

西岡病院では新型コロナウイルス感染症に関して、新型コロナワクチン接種、発熱外来、陽性者外来、後遺症外来、陽性者入院等の診療を行っています。医師、看護師等の職員体制に  
応じて、対応時間も異なりますので、事前にご相談をお願いします。



西岡水源池通りクリニックでは新型コロナワクチン接種、後遺症外来の対応を行っています。

※西岡病院、西岡水源池通りクリニックでは、インフルエンザワクチン接種の対応も行っていきます。



### 新型コロナワクチン接種

西岡病院

西岡水源池通りクリニック

10月よりオミクロン株ファイザーで対応をしています。

事前予約制となります。

ご予約はお電話(平日9時~16時)またはホームページからのインターネット予約(24時間対応)となります。※西岡水源池通りクリニックでは、12月頃より実施予定です。

なお、インフルエンザワクチンについても同様に、ご予約はお電話(平日9時~16時)またはホームページからのインターネット予約(24時間対応)となります。



インターネット予約

新型コロナワクチン接種



インフルエンザワクチン



### 発熱外来

西岡病院

月、火、水、木曜午前9時半~11時半、**完全予約制**で対応をしています。

ご予約は当日9時よりお電話で行います。

医師、看護師等の体制により休診となる場合もありますので、事前にお問い合わせください。

診療については正面右側の専用プレハブで行います。



### 陽性者外来、陽性者入院

西岡病院

札幌市保健所等と連携し、受け入れを行っています。



西岡病院

☎011-853-8322

西岡水源池通りクリニック

☎011-584-5512



### 後遺症外来

西岡病院

西岡水源池通りクリニック

新型コロナウイルス感染症の隔離・療養期間が終了後の倦怠感、咳などの後遺症に対する診療を行っています。

診療時間中に事前にお電話でご相談、ご予約の上、来院ください。

# 病気のお話

第79回

## コロナウイルス 罹患(りかん)後症状

日本国内でのコロナウイルス感染症(COVID-19)の感染者数は2000万人を超え、珍しい病気から日常よく遭遇する病気へと変わりました。第○波と表現されるように、感染者数が大きく増減する中で、「オミクロンは軽症ばかりだから心配いらない」と言われる一方で寛解を迎えたにもかかわらず後遺症に悩まされる人も残念ながら一定数います。

厚生省はこれまで『新型コロナウイルス感染症：診療の手引き』を発行し、何度も改訂を繰り返して最新の情報をアップデートしています。その別冊「罹患後症状のマネジメント」が2022年4月に発行されました(本原稿作成時点2022年9月の最新は第1.1版)。コロナウイルス感染症の後遺症は、long COVIDやpost-acute COVIDなどと表現されましたが、この別冊のタイトルの通り、厚生省は「罹患後症状」と呼ぶことにしたようです。

罹患後症状は、日常生活、仕事、学業などの様々な場面で影響が出ています。多くは3ヶ月くらいで3分の2は回復しますが、さらに長引く人や悪化する人もいます。最も多い症状は倦怠感です。下に示す図の通り、罹患後の倦怠感にはコロナウイルス感染症後3ヶ月で21%います。時間経過とともに症状は減ってゆきますが、1年経っても症状が残っている人が13%いることもわかっています。



社会医療法人恵和会  
西岡病院

澤田 格 内科科長

### 略 歴:

2001年3月 札幌医科大学医学部卒業  
2002年 札幌厚生病院呼吸器科  
~2006年 市立釧路総合病院呼吸器科、函館五稜郭病院呼吸器内科、市立室蘭総合病院呼吸器科  
2006年4月 札幌医科大学大学院医学研究科  
2009年3月 札幌医科大学大学院医学研究科修了  
2009年4月 市立室蘭総合病院呼吸器内科、同科長を経て、  
2012年10月 西岡病院、現在、内科科長

す。そのほかの症状として、呼吸困難、筋力低下、集中力低下、脱毛、睡眠障害、咳、頭痛、味覚障害、記憶障害、関節痛と続きます。また、症状消失後に再度出現することもあるため、多くは診断に難渋します。

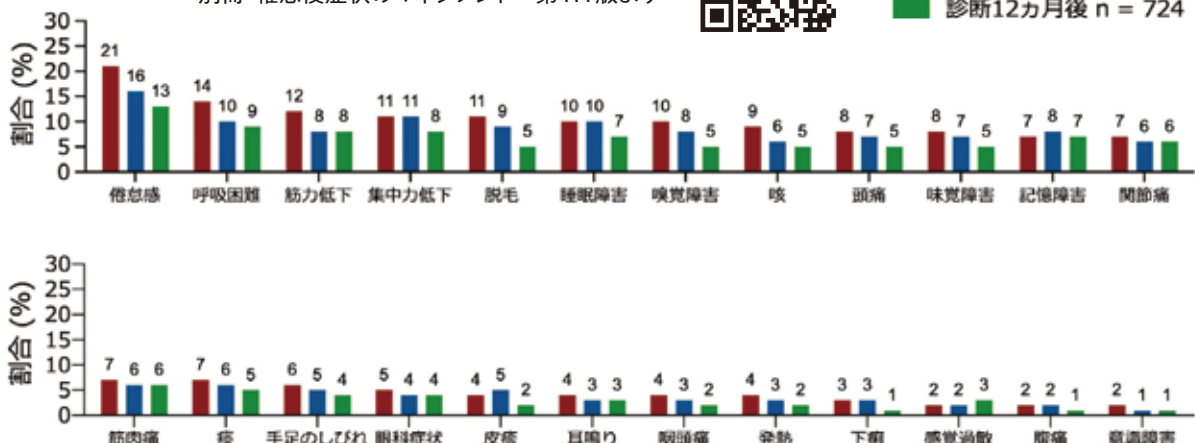
私の外来でも、コロナ寛解後からむしろ咳が悪化し、結果的に気管支喘息を発症していたというケースをよく見ます。そのほか、原因不明の倦怠感や四肢のしびれ、記憶障害、集中力低下などの症状を訴えられる人もおり、それがゆっくり時間をかけて改善する人、なかなか改善しない人など、その経過は多種多様です。西岡病院では、通常外来のなかで罹患後症状の相談をしています。最初に全体的な病状を捉えるために採血、レントゲン、心電図などをおこない、必要に応じて検査を追加することや専門医療機関へ紹介するなどの対応をしています。

### 新型コロナウイルス感染症診療の手引き

別冊：罹患後症状のマネジメント 第1.1版より



■ 診断3カ月後 n = 935  
■ 診断6カ月後 n = 865  
■ 診断12カ月後 n = 724





# インフルエンザの再流行に備えて、 ワクチンを接種しましょう



西岡病院 薬局長 横山 敏紀

冬になると流行するインフルエンザ。人から人に感染する力が強く、毎年、国民の5~10%がかかっています。インフルエンザウイルス感染によるもので、感染した人の咳やくしゃみ(飛沫感染)、ウイルスが付いた手や指を通して(接触感染)広がります。2020年から2022年にかけてのインフルエンザの流行は、日本のみならず世界的に見てこれまでになく少ないものでした。新型コロナウイルス感染症対策として、入出国制限や都市封鎖(ロックダウン)を実施した影響が大きいといわれています。

今冬のインフルエンザは新型コロナウイルス感染症との同時流行が懸念されており、日本感染症学会は積極的なインフルエンザワクチンの接種を推奨しています。

南半球でのインフルエンザの流行状況は、北半球での流行を予測するうえで参考となり、今年は南半球にあるオーストラリア、アルゼンチンやチリなどで大きな流行が見られています。日本でも2シーズン連続で流行が少なく、インフルエンザウイルスに対する国民の抗体保有率は低いとする調査報告があります。

インフルエンザワクチンの接種は、インフルエンザの重症化を予防し、発症をある程度、抑える効果があります。ワクチンが十分な効果を発揮し、維持できる期間は、接種後約2週間から約5か月とされているため、**10月から12月中旬までに接種を済ませておく**のが理想的です。



## 新型コロナワクチンと インフルエンザワクチンは 同時に接種できますか?

単独接種と比較して、有効性や安全性が劣らないとの報告があることから、今年7月より新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンの同時接種が可能となりました。なお、インフルエンザワクチン以外のワクチンは、新型コロナワクチンと同時に接種することはできません。同時接種を希望する場合は、接種する前にご相談をお願いします。

職員紹介コーナー

第63回



## 小町な人

6月に西岡病院療養病棟から外来に異動になりました。看護師経験初の外来勤務にとまどいも多々ありますが、周囲にサポートしてもらいながら日々奮闘しております。患者様にやさしさを伝え、寄り添っていける看護に努めていきます。

外来看護師長 西川 奈美

西岡病院 ☎011-853-8322





# 災害時 備蓄食品 について

西岡病院 管理栄養士 山口 有希

2018年9月に起きた胆振東部地震から4年が経過しました。地震に限らず台風や大雪など大きな災害によるライフラインの停止はいつ起きてもおかしくありません。そんな「もしも」の時のために災害備蓄食品を用意する際のポイントをご紹介します。


## 備蓄食品を用意するときのポイント

**水は必ず用意  
しましょう。**



**炭水化物だけではなくたんぱく質も  
一緒に用意しましょう。**

- ・ツナ、サンマ、さば、コンビーフ
- ・焼き鳥などの缶詰
- ・カレーや牛丼などレトルト食品



**ビタミンやミネラルの不足を予防  
する食材もあると良いでしょう。**

- ・野菜ジュース
- ・ドライフルーツ
- ・日持ちする野菜



配慮が必要な人(乳幼児、高齢者、アレルギーのある方)への用意も忘れずに。

## 食品以外に必要なもの


**カセットコンロ**

調理や食品を温めるのに使えます。



**ウェットティッシュ、使い捨て手袋、  
使い捨て食器**

感染症対策やライフラインが停止したなかでの食事場面に役立ちます。



備蓄食品は最低でも3日分、できれば7日分用意することが推奨されています。備蓄の方法として災害時用品を用意するのもよいですが、普段から食べ慣れているものを多めにストックしておくという方法もあります。ご自身に合った方法で「もしも」の時のために備えておきましょう。



## 編集後記

つい先日まで猛暑で「暑い」「暑い」と話していましたが…すっかり寒くなり、外の風も冬の気配を感じるようになりました。今冬もコロナと共存する冬になりそうです。感染対策を続けながら、多くの楽しい思い出を作りたいものです。

## 社会医療法人 恵和会 / 事業所案内

詳細はこちらからご確認いただけます。 <http://www.keiwakai.jp/>

- |                        |                  |                         |                  |
|------------------------|------------------|-------------------------|------------------|
| ● 西岡病院                 | TEL(011)853-8322 | ● アメニティ西岡水源池 ヘルパーステーション | TEL(011)867-0477 |
| ● 介護老人保健施設 アメニティ西岡     | TEL(011)854-5510 | ● 札幌市豊平区介護予防センター南平岸     | TEL(011)584-1325 |
| ● 札幌市豊平区第2地域包括支援センター   | TEL(011)836-6110 | ● アメニティ西岡水源池グループホーム     | TEL(011)584-0668 |
| ● 札幌市豊平区第3地域包括支援センター   | TEL(011)854-7777 | ● アメニティ西岡水源池デイサービスセンター  | TEL(011)584-1350 |
| ● 西岡水源池通りクリニック         | TEL(011)584-5512 | ● 介護老人保健施設 ライフふくまつ      | TEL(011)853-5000 |
| ● 訪問看護ステーション 水源池すずらん   | TEL(011)584-6800 | ● 札幌市南区第1地域包括支援センター     | TEL(011)867-0710 |
| ● アメニティ西岡水源池 ケアプランセンター | TEL(011)584-0702 | ● 札幌市南区介護予防センター澄川       | TEL(011)589-1295 |
|                        |                  | ● 介護老人保健施設 アメニティ美幌      | TEL(0152)75-2210 |
|                        |                  | ● 訪問看護ステーション 美幌すずらん     | TEL(0152)75-2310 |
|                        |                  | ● 美幌町地域包括支援センター         | TEL(0152)75-3220 |
|                        |                  | ● アメニティ美幌指定居宅介護支援事業所    | TEL(0152)73-6119 |
|                        |                  | ● 恵庭第一病院                | TEL(0123)34-1155 |
|                        |                  | ● 帯広中央病院                | TEL(0155)24-2200 |
|                        |                  | ● サービス付き高齢者向け住宅おびこハウス   | TEL(0155)20-3101 |
|                        |                  | ● デイサービス スローライフ おびこ     | TEL(0155)20-3102 |
|                        |                  | ● ケアプランセンター 帯広中央        | TEL(0155)20-5000 |
|                        |                  | ● グループホーム どんぐり          | TEL(0155)43-4700 |
|                        |                  | ● グループホーム かしわ           | TEL(0155)58-2002 |
|                        |                  | ● デイサービス スローライフ なごみ     | TEL(0155)32-5552 |
|                        |                  | ● デイサービス 木野             | TEL(0155)32-5558 |
|                        |                  | ● 三和医院                  | TEL(0146)36-3101 |

## 社会医療法人 恵和会で

共に  
働きませんか?



正職員として働きたい方はもちろん、週に何日か短時間で働きたい方などそれぞれのライフスタイルに合わせて働くことができます。まずはお気軽にご連絡ください。

## お問い合わせ先

- 札幌・恵庭事業所 … 西岡病院 ☎011-853-8322
- 帯広事業所 …… 帯広中央病院 ☎0155-24-2200
- 美幌事業所 …… アメニティ美幌 ☎0152-75-2210