



南魚沼市

自然・人・産業の和で築く安心のまち

【ウェブサイト】

南魚沼市民病院 <http://www.minamiuonumahp.jp/>

ゆきぐに大和病院 <http://www.yukigunihp.jp/>

4月号  
2017

# 病院だより

## お風呂は怖いの？

南魚沼市民病院 院長 田部井 薫

「入浴関連死」という言葉をご存知ですか。入浴関連死とは、狭い意味では、「入浴中に何らかの理由で死亡した状態」で、入浴とも呼ばれます。広い意味では、「洗い場、脱衣場などでの転倒、入浴後部屋に戻っての死亡、さらに洗い場から浴槽内に転落しての死亡」も含まれます。

消費者庁の発表によれば、家庭の浴槽での溺死者数は平成26年には4,866人で、平成16年の2,870人の1.7倍に増えていきます。そのうち高齢者（65歳以上）が約9割を占めます。しかし、この報告は、実際に起こっている事故の一部で、入浴死は、全国で17,000人にもものぼると推計されています。

また、厚生労働省の研究班の調査では、救急車で運ばれた患者数から推計した入浴中の事故死の数は年間約19,000人です（平成25年度、入浴関連事故の実態把握および予防対策に関する研究）。これは、死因が溺水以外の疾病等と判断されたものも含みます。

最近、『ヒートショック』（急激な温度変化が体に及ぼす影響の事）という言葉が耳にされる方も多々と思います。ヒートショックとは、急激な温度変化が体に及ぼす影響の事です。まわりの温度が急激に変化することで血圧や心拍に負担をかけること、身体的な影響をもたらすヒートショックが起こります。入浴死は、冬季に多く、12月から2月にかけて全体の約5割が発生しています。

入浴中の急死の原因は①虚血性心疾患などの心疾患、②脳血管障害、③溺死などがありますが、このうち心臓疾患が半数以上を占めるといわれています。さらに、意識消失の原因については、①熱中症に陥り意識障害を起こし溺没する、②浴槽から出る、体を洗うなどの動作により、血圧変動が大きくなり一過性脳虚血発作が起こる、③入浴中は座位であること、高温環境で血管拡張を来しやすいことから、低血圧が誘発されて神経調節性

失神に至る、④不整脈が関与する、等が考えられています（日本法医学学会課題調査報告）。

入浴関連死は、そのほかにも、長湯をして脱水を起こすなど、入浴が誘因となって死亡する場合もあります。洗い場で子供がはしゃいで、転倒して頭を打って死亡する場合や、子供が浴室で遊んでいて、浴槽に転落するなどの事故もあります。乳幼児の死亡原因では、5歳〜9歳では第一位が不慮の事故で、その30%が浴室内での死亡事故です。年間1000件以上とも言われています。安全に入浴するために、以下の点に注意しましょう。

(1)入浴前に脱衣所や浴室を暖めましょう。  
湯を浴槽に入れる時にシャワーから給湯すると、シャワーの蒸気で浴室の温度が上がります。沸かし湯の場合は、浴槽の湯が沸いたところで、十分にかき混ぜて蒸気を立て、蓋を外しておくことも良いでしょう。

(2)湯温は41度以下、湯に漬かる時間は10分までを目安にしましょう。  
のぼせてぼうっとするなどの意識障害が起こると、やがて体温は湯の温度まで上昇し、熱中症になる可能性もあります。

(3)浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう。  
入浴中は湯で体に水圧がかかっています。入浴中の血圧は、普通の人でも200mmHg以上にまで上がっているといわれています。その状態から急に立ち上がると体にかかっていた水圧が無くなり、圧迫されていた血管は一気に拡張し、脳に行く血液が減り脳は貧血状態になり一過性の意識障害を起こすことがあります。いわゆる、湯あたりです。浴槽から出るときは、手すりや浴槽のへりを使ってゆっくり立ち上がるようにしましょう。

(4)アルコールが抜けるまで、また、食後すぐの入浴は控えましょう。  
アルコールを飲んだ後は、血管が拡張して血圧が下がりやすい状態です。そのような状態で入浴すると、入浴中に血圧が上昇し、入浴後の血圧が極端に低下します。高齢者では、食後に血圧が下がりすぎる食後低血圧によって失神することがあ

りますので、食後すぐの入浴は避けましょう。体調の悪い時や睡眠薬等の服用後も入浴は避けましょう。

(5)入浴する前に同居者に一声掛けて、見回ってもらいましょう。  
入浴中に体調の悪化等の異変があった場合は、早期に対応することが重要です。

入浴者の異常を発見した場合の対処法  
浴槽でぐったりしている人（溺れている人）を発見したら、  
1. 浴槽の栓を抜く。大声で助けを呼び、人を集める。  
2. 入浴者を出せるようであれば浴槽内から救出する。ただちに救急車を要請する。出せないようであれば、蓋に上半身を乗せるなど沈まないようにする。  
3. 浴槽から出せた場合は、肩を叩きながら声をかけ、反応があるか確認する。  
4. 反応がない場合は呼吸を確認する。  
5. 呼吸が無い場合には胸骨圧迫を開始する。  
6. 人工呼吸ができるようであれば、胸骨圧迫30回、人工呼吸2回を繰り返すといよいでしょう。できなければ胸骨圧迫のみ続けるだけでも効果が期待できます。

入浴中の急死は昔からありましたが、検視・検案の対象になることは少なく、死因も「湯あたり、脳卒中（脳溢血）、心筋梗塞」などで、「溺死」が前面に出ることはありませんでした。しかし、近年高齢者人口の増加に伴い、これが看過できない問題になってきています。交通事故死は、年間5,000人以下なのに、ほぼ毎日報道されています。しかし、入浴関連死はその数倍もあります。入浴関連死は防げる死因です。本来ならば、マスメディアでは「入浴関連死」をもっと報道すべきです。

浴槽内で死にたくなければ、入浴しないことが一番ですが、入浴するならば、それだけの覚悟をしてください。



日本医療機能評価機構

# 診療科・診療日のご案内

医師別の診療予定が必要な方は、  
医師（名字）・診療日（数字）が  
記載された一覧を、医療連携室に  
用意してあります。

説明	診療科に対する曜日欄の記載は、○=診療日、—=休診となります。 (備考参照)の記載がある場合、当月に臨時休診等がありますのでご確認ください。 また、曜日欄に「日付」の記載がある場合は、記載の日のみの診療となります。 ※予約外で一日2科受診(併診)を希望される場合は、午前10時までに受付をしてください。 受付が午前10時を過ぎますと、2科目の受診ができない場合があることをご了承ください。
----	--

整形外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
一般外来	○	○	○	—	○	1日・15日・22日 (新患者のみ)	①②③④8:30~10:00 ⑤8:30~11:00 ⑥13:00~14:45	⑦⑧⑨9:30~ ⑩9:00~13:30~	※一日15名で受付終了 但し、火曜日は受付制限なし
予約外	○	○	○	—	○	—	電話での予約受付は できません	⑪9:30~ ⑫14:45~⑬13:30~	
専門外来	—	4日・18日	—	—	—	—	予約制  (電話での予約受付は できません)	10:45~	
脊椎	—	—	—	○	—	—		9:30~	
上肢	—	—	—	—	—	8日		9:30~	
足	—	—	—	—	—	—		9:00~	
退院後	○	—	—	—	—	—			
人工関節	—	—	○	—	—	—			
骨粗しょう症	—	—	—	○	—	—			

リウマチ科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	—	—	○	—	—	—	8:30~11:00	9:00~	
午後	—	—	○	—	—	—	13:00~15:00	13:00~	

リハビリ テーション科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
	—	○	—	—	○ (備考参照)	—	予約制	午前9:00~ 午後13:30~	休診=28日(金)

## 午後診療の新患受付について

眼科、耳鼻いんこう科、皮膚科の午後診療において、受付時間の1時間前から外来受付で「総合受付順番票」を配布します。

受付時間になりましたら、番号順に受付を開始します。

皮膚科は、人数制限していますので、受付できない場合があります。

入院患者さまとの面会は、  
13:00~20:00です。

## 病院休診日のお知らせ

17日(月) 第3月曜日

29日(土) 昭和の日

※各診療科の休診日は、「診療科・診療日の案内」の最右欄「備考・休診日」でご確認ください。

## 診療費の支払いに自動精算機をご利用ください。

エントランスホール右側に自動精算機を設置しています。

会計番号表示モニターにご自分の番号が表示されると、支払いが可能になります。現金の他にクレジットカード、デビットカード(銀行のキャッシュカード等)が使えます。一部取扱いできない場合がありますので、その場合は会計窓口で支払いをお願いします。

また、会計窓口でもクレジットカード、デビットカードが使えます。

なお、お薬の処方箋は会計窓口でのお渡しになりますので受け取り忘れにご注意ください。

## 子どもの予防接種日程

予防接種の種類	接種日	受付時間	接種時間
ヒブ・肺炎球菌・二種混合(ジフテリア・破傷風)	4月10日(月)	12:30~	13:00~
三種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風)	4月24日(月)	13:00	
四種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ)	4月12日(水) 4月26日(水)	13:00~	13:30~
麻しん風しん混合(1期・2期)・BCG・ポリオ		13:30	
日本脳炎・水痘・おたふく・ロタウイルス			
A型肝炎・B型肝炎・子宮頸がん			

※予約が必要です。予約・問合せは、医事課までお願いします。

※接種者数が限られていますので、お早めにご予約ください。



平成29年4月

# 南魚沼市民病院

## 予約変更について

○再診予約の変更は、変更枠がないため受け付けておりません。  
 ただし、「予約制」の表示のある診療科は、その科にご連絡ください。  
 連絡は、月～金曜日の午後2時～4時をお願いいたします。

## 南魚沼市民病院

〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町2643-1  
**TEL 025-788-1222**(代表)  
 FAX 025-788-1231

内 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
初診外来	○	○	○	○	○	○	8:30～11:00 (午前のみ)	9:00～	
予約外来 (一般内科及び 専門外来)	○	○	○	○	○	○ (備考参照)	午前8:30～11:00 午後13:00～15:30	午前9:00～ 午後13:30～	土曜日＝午前のみ
受診にあたって の注意点	専門外来は、腎臓内科、呼吸器内科、循環器内科、神経内科、内分泌糖尿病外来、睡眠時無呼吸外来があります。 いずれもすべて完全予約制となります。 他院からの紹介状をお持ちの方を含めて、専門外来を受診希望の方は、医療連携室にご連絡いただき、受診予約をお願いします。 専門外来をご希望でも、まずは初診外来をご案内することがありますので、ご了承ください。								

精 神 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	○	○	—	○	—	—	予約制	㊦㊧9:00～ ㊨㊩14:00～	
メモリークリニック	○	—	○	—	○	—		9:30～	
高次脳機能障害科	10日・24日	—	—	—	—	—		13:30～	

外 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
消化器外科 消化器内科 肛門外科	○	○	○	○	○	○	8:30～11:00	9:00～	

小 児 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	午前	○	○	○	○	—	8:30～11:00	9:00～	
	午後	—	—	12日・26日	—	—	予約制	14:00～	

婦 人 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般受付	—	—	—	—	○	○	8:30～11:00	9:00～	予約優先
予約	—	○	○ (備考参照)	○	—	—	予約制	9:30～	休診＝26日(水)

眼 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午 前	○	備考参照	○	○ (備考参照)	備考参照	—	8:30～10:00	9:00～	火曜日、木曜日午後、 金曜日＝予約制 電話予約可 休診＝6日(木)、7日(金)
午 後	○	備考参照	○	備考参照	備考参照	—	13:00～15:00	13:30～	

耳鼻いんこう科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
	—	○	—	○	○	○	㊦㊧13:00～15:00 ㊨8:30～11:00	㊦㊧13:40～ ㊨9:00～	
皮膚科	3日・10日	—	—	○	—	○ (備考参照)	㊦㊧13:30～14:30 ㊨8:30～10:45	㊦㊧14:00～ ㊨9:00～	※受診状況により受付制限あり ※15日(土)10:00～診療開始
泌尿器科	—	○	○	—	—	—	予約制 [電話予約可]	9:30～	※予約変更は、火曜日・水曜日の 9:30から12:00まで

歯 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
歯科	○	○	○	—	14日 (備考参照)	8日・15日 (備考参照)	予約制	午前9:00～ 午後13:30～	金曜日＝午前のみ 土曜日＝初診のみ
歯科口腔外科	○ (備考参照)	○	○ (備考参照)	○	7日・21日・ 28日	1日・22日	[電話予約可] 月～金曜日の 午後2時～4時		月曜日、水曜日＝午前のみ

# ゆきぐに大和病院のご案内 4月

## 予約変更について

○再診予約の変更を受け付けます。  
 ただし、条件により受けられない場合があります。  
 連絡は、火～金曜日の午後2時～4時をお願いいたします。  
 (歯科は歯科の受付欄参照)

医師別の診療予定が必要な方は、医師(名字)・診療日(数字)が記載された一覧を、医療連携室に用意してあります。

## ゆきぐに大和病院

〒949-7302  
 新潟県南魚沼市浦佐4115  
 TEL 025-777-2111(代表)  
 FAX 025-777-3853

## 説明

診療科に対する曜日欄の記載は、○=診療日、—=休診となります。  
 (備考参照)の記載がある場合、当月に臨時休診等があります。  
 また、曜日欄に「日付」の記載がある場合は、記載の日のみの診療となります。

内 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
朝診療	—	○	○	○	○	—	7:30~8:30	8:00~10:00	
午前	○	○	○	○	○	○	8:30~10:00	9:00~12:00	
午後	—	予約制	—	予約制	予約制	—	予約制	13:30~16:00	
夕診療	—	○	○	○	○	—	16:30~18:00	17:00~19:00	
腎臓内科	—	—	—	—	14日・28日	1日	予約制	9:00~12:30	
禁煙治療	—	—	—	予約制 (備考参照)	—	—	予約制	17:00~18:30	休診=6日(木)

和漢診療科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	○	予約制	○	予約制	予約制 (備考参照)	○	8:30~10:00	9:00~12:00	休診=7日(金)
午後	—	予約制	○	—	予約制 (備考参照)	—	13:00~14:30	13:30~15:00	休診=7日(金)

精 神 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	予約制	予約制	—	—	—	予約制	予約制	9:00~12:00	
午後	—	—	予約制	予約制	予約制	—	予約制	13:30~16:00	
メモリークリニック	—	予約のみ	予約のみ	—	—	—	予約患者のみ	休診15:00~16:30 休診13:30~16:00	
睡眠時無呼吸	—	予約のみ	—	—	—	—	予約患者のみ	14:00~15:00	

外 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	—	—	予約のみ	6日・20日	—	1日・15日	予約患者のみ	9:00~12:00	

リウマチ科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	—	—	—	—	—	1日・15日	予約患者のみ	9:00~12:00	

小 児 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	—	—	—	—	—	—	予約患者のみ	9:00~9:30	4月は休診です。
午後	—	—	—	—	—	—	予約患者のみ	15:00~16:30	

リハビリテーション科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	—	—	12日・26日	—	—	—	予約患者のみ	9:00~12:00	

歯 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午前	○	○	○	○	○	○ (備考参照)	予約制	9:00~12:00	休診=8日(土)
午後	—	○	○	○	○	—	電話予約可 10:00~12:30 13:30~16:00		

※電話で予約ができますが、月曜日の午後と土曜日の午後は休診のため、電話予約はできません。

## 病院休診日のお知らせ

29日(土) 昭和の日

※各診療科の休診日は、上記、診療予定表でご確認ください。

入院患者さまとの面会は、  
13:00~20:00です。