

かかりつけ病院として診療内容を充実しました

わらび北町病院

病院便り

2013年
7月号

ファミリー健康教室

●7月のテーマ●

成人病の運動療法について

前々回の「成人病の食事療法」に続いて、生活習慣が原因となる、**心筋梗塞、脳卒中、がん**などの予防のために、運動療法についてお話をしますので、お気軽にご参加ください。(参加費：無料)

- 講師：医師・筒井 雅人／理学療法士・井島 英愛
- 日時：平成25年7月24日(水) PM3:00～3:45
- 場所：わらび北町病院 4階 会議室

備考：当日は簡単な体操ができる服装でおこしください。
ご一緒に身体を動かしましょう。

☆終了時間は目安となります。

質疑応答などで多少時間がながくなることがございます。

☆事前にお電話(048-431-6917)、FAXでお申し込みください。

※裏面にFAX(048-431-6935)の申込用紙がありますのでご利用下さい。

無料

参加者募集
[定員]
先着30名様

ファミリー
健康情報

夏に多い食中毒と感染症の対策

[症状]

下痢

おう吐
吐き気

腹痛

発熱

梅雨で蒸し暑い日が続いております。気温と湿度が上昇して、食中毒や感染症が起こりやすくなります。**O157、ノロウイルス、カンピロバクター**などを原因とする感染症・食中毒が増加します。

ノロウイルスは冬期に流行するという印象が強いですが、近年は夏期にも流行しつつあります。特に左記の症状にはご注意ください。

「夏に多い食中毒と感染症の対策」の詳細は裏面をご参照ください ▶ <裏面>ファミリー健康情報

診療内容(各種医療保険取り扱います)

内科

循環器科

(心臓エコー検査)

[月・火・水・土曜日(午前)]

小児科

[第2、4水曜日 終日]

消化器科

内視鏡内科

(胃カメラ、大腸カメラ)

大腸・肛門内科

胃腸科

ペインクリニック内科

[月・火・水・土]

皮膚科

[第2、4水曜日 終日]

往診・訪問診療・訪問看護
(電話または来院のうえご相談下さい)

健康診断・予防接種
を承ります(要予約)

アレルギー科

診療日・診療時間

診療日：月～土曜日 【午前】9:00～12:30 / 【午後】13:30～17:30
【受付時間】午前 8:30～12:15 / 午後 13:30～17:15

休診日：日曜・祝日

医療法人社団敬寿会 わらび北町病院

住 所：〒335-0001 埼玉県蕨市北町 1-24-5

T E L：048-431-6917

F A X：048-431-6935

発行人：筒井 雅人

詳細はホームページをご覧ください。

<http://warabikita-hosp.com/>

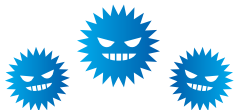


携帯サイトおよび電話番号は
左のQRコードをご利用下さい。

夏に多い食中毒と感染症の対策

食中毒と感染症の決定的な違いは、伝播様式の違いです。**食中毒**は飲食物から、**感染症**は人や動物から伝わります。

ノロウイルスが原因の場合、飲食物によって発生するときは食中毒であり、人から伝染するときは感染症と区別されています。



食中毒菌は室内の温度（20℃程度）でよく増殖するので、夏場には注意が必要です。

● 細菌・ウイルスの種類

細菌・ウイルス	原因
O157(腸管出血性大腸菌)	牛肉、生野菜
カンピロバクター	鶏肉
ノロウイルス	海産物、貝類

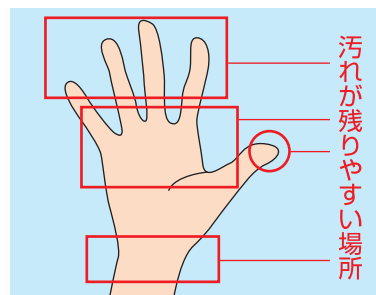
食中毒と感染症の対策

食中毒菌による食中毒や空気・飛まつ・接触によるウイルス感染を予防するには、「**付けない**」「**増やさない**」「**殺菌する**」の3原則を守ることが重要です。

- 1 食事前やトイレ後の手洗いは、指先、指の間、手首まで石けんでよく洗います。乾燥して清潔なタオルまたはペーパータオルを使用します。
- 2 子どもやお年寄りなどの抵抗力の弱い方には、加熱が必要な食品は中心部までしっかり加熱します。食材は低温の冷蔵庫で管理します。
- 3 感染者のふん便・吐ぶつの処理は慎重に（下記参照）

手洗い

細菌を食材などに付けないために、手首から爪先まで汚れの残りそうなところは特に丁寧に洗います。



食材・食事の管理

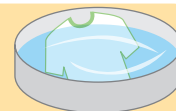
食材は冷蔵庫で低温管理します。さらに食中毒や感染症の危険がある生肉や生鮮魚介類の保存は他の食材に接触させないなど十分に気を配りましょう。

おう吐物・下痢便の処理

感染症の場合、そのおう吐物や下痢便には、ウイルスが大量に含まれています。特にノロウイルスは塩素系の消毒剤（商品名：ピューラックス、ミルトンなど）や家庭用漂白剤（商品名：ハイター、ブリーチなど）でなければ効果的な消毒はできません。

汚れた衣類の洗濯

おう吐物や下痢便で汚れた衣類の処理は、マスクと手袋をした上でたらいなどでまず水洗いし、更に塩素系消毒剤（200ppm以上）で消毒することをお勧めします。その後通常通り洗濯機に投入します。



平成25年次埼玉県食中毒発生状況

<http://www.pref.saitama.lg.jp/page/syokutyuudoku25.html>

ご家族などおう吐や下痢などの症状の方は早い受診をお勧めします。

わらび北町病院 電話 048-431-6917

詳細はホームページ➡

わらび北町病院

検索