

HOTでスマイル

より快適な HOT ライフのための広報誌

第43号

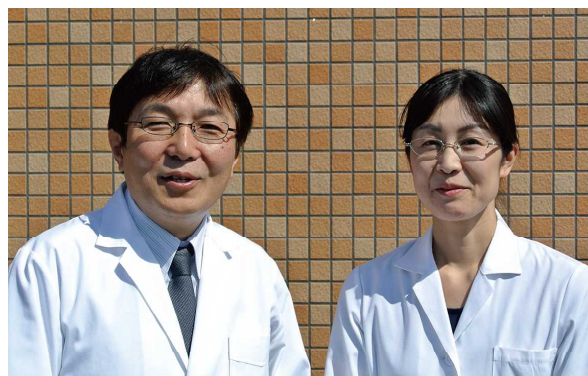
「正しく恐れ、感染予防のすすめ」

近年、肺炎にかかる方が多くなっています。折しも新型コロナウイルス感染が世界的に猛威を振るい呼吸器感染予防の重要性が叫ばれております。厚生労働省人口動態統計によれば、2011年には既に脳血管障害を抜いて、日本人死亡原因の第3位になりました。対策としては、感染症の基本である「微生物⇒感染経路⇒ヒト」の流れのなかで感染経路を断つ(感染制御)の重要性を再確認したいと思います。ヒトからヒトへの感染経路は3つです。①「空気感染」(空気の共有:結核、麻疹、水痘の3つ)。他、②「飛沫感染」(咳、くしゃみなどによる分泌物による伝播)③「接触感染」(直接の接触、または環境表面を介した間接触)、すべての微生物はこの3つの経路以外からのヒトへの侵入はありません。新型コロナウイルスの感染経路は、「飛沫感染」とウイルスに触れた手で口、鼻、眼を触ることによる「接触感染」となります。この2つの経路を断てばよいのです。飛沫感染予防のため、微生物が落下する2mの間隔(ソーシャルディスタンス)を取る、マスク着用、及び咳をするときにはヒトのいない方を向きハンカチで口を覆うなどの咳エチケット、手洗いの励行が、ヒト-ヒト感染制御に重要なことが御理解いただけるものと思います。

また、感染成立には微生物のヒトへの定着、増殖が必要です。微生物はからだの免

疫力が低下しているときにヒトに侵入しやすくなりますので体調を整え免疫力低下しないよう配慮が必要です。

感染症のなかでも、とりわけ肺炎にはご注意ください。肺炎は細菌やウイルスなどの微生物が肺に定着、増殖することによって起こる病気です。もっとも多い菌は、肺炎球菌で肺炎の約30%を占めますが、そのほかインフルエンザ菌、マイコプラズマ、黄色ブドウ球菌など、多くの原因菌があります。風邪くらいと思って油断せず十分注意が必要です。特に肺炎死亡の9割以上を占める65歳以上の高齢者、及び肺炎のリスクを高める、心不全、腎不全、肝硬変、COPD(慢性閉塞性肺疾患)などの持病をお持ちの方は特に注意が必要です。(次ページへ続く)



いわさき内科・皮膚科様

内科・院長 岩崎 靖樹 先生
皮膚科・副院長 岩崎 智子 先生

「正しく恐れ、感染予防のすすめ」

肺炎の予防には、(1) からだの抵抗力を高めるために、適度の運動、ビタミンCを多く含む果物や野菜の摂取、また、(2) 細菌やウイルスなど微生物の侵入を防ぐために、外出時のマスク着用、手洗い、うがい、特に高齢者は睡眠中に口腔内細菌の不顕性誤嚥を起こしやすいので、就寝前の口腔ケアはしっかりと行ないましょう。また、(3) タバコにより気道の粘膜が傷つき、細菌が侵入しやすくなります。感染対策に禁煙は重要です。このほか、(4) 前述した肺炎リスク



ホームページは <http://iwasaki-nh.com/> です。

スを高める持病の治療や管理をしっかりと行いましょう。また、(5) 65 歳以上の高齢者や持病などにより肺炎のリスクが高い方は、インフルエンザ・ワクチン、肺炎球菌ワクチン接種をしましょう。肺炎の発症と重症化を防ぐ効果があります。肺炎をはじめとする感染症の予防に関する知識と生活習慣を、しっかり身に付けて、元気に過ごしていきたいです。

今後も、病気のお話しや健康相談を通し、微力ながら私も皆様と共に地域医療のために頑張っていきたいと思います。



いわさき内科・皮膚科様 前橋市稲荷新田町 222-8

HOTの 快適グッズ

ボンベは充填ごとに消毒しています

「コロナが流行っているけどボンベは大丈夫なの？」というご質問をいただいたので今回は皆さまにお届けしているボンベの消毒方法をご紹介します。

患者様からお預かりしたボンベは充填工場に戻します。充填工場では戻された

全てのボンベをエタノール消毒布でバルブから本体まで 1 本 1 本丁寧に拭いています。また、感染の危険があるボンベは、シャットノクス（エタノールを超微粒子にし



在宅用のボンベは 1 本ずつ手作業で消毒します

たものをスプレーにして使用する消毒器) で消毒した後に再度消毒布を使うことになっています。消毒後に充填されたボンベは、工場を通い箱に保管され、患者様宅の直前までこの通い箱に収納されているため、清潔な状態でお届けすることができます。

さらに、マルホンでは皆様に安全に患者様のもとへお届けできるようさまざまな対策品を配送車両に常備して二次感染を防ぐ努力をしています。



シャットノクスによる消毒

いきいき HOT さん



群馬県桐生市
武井 康雄さん
(HOT 歴 2 年)

病気と前向きにお付き合い

今回は液体酸素をご使用していただいている、桐生市のお住いの武井康雄様にインタビューをさせて頂きました。

昭和 27 年 7 月 16 日に桐生市でお生まれになった武井様は、学生時代の前橋市居住を除いてずっと桐生市にお住まいです。学校を卒業後、電気工事関係の会社にお勤めになり、30 代半ばからは個人で電気工事関係のお仕事をされていました。

在宅酸素を始めたきっかけは、2018 年の春ごろ、特発性間質性肺炎で先生より酸素の使用のお話があったとのことでした。導入にあたり、酸素ボンベをご使用の予定でしたが、同時期に入院中の酸素導入予定の患者様が、液体酸素の導入のトレーニングをしているのをご覧になり、携帯用酸素が小型で動きやすそうであったため、液体酸素を希望され、現在までご使用していただいています。導入当初より、液体酸素の充填も問題なく、充填後はご自身で用意したはかりで子機の



重さを確認し、実際に使用できる時間を調べるなど、工夫をしてご使用しています。

普段の生活では、ご自身の疾患についての本を読んで勉強されたり(写真左)、子機を置くためにキャス



手作りの子器用台車
コロを取り付け、焼き目も付けて
凝った作りをされています。

ター付きの台車(写真上)を製作したり、酸素を使用する生活を前向きに捉えて上手に付き合っている様子でした。

また、病院の受診やご近所をお散歩している際に、酸素をご使用している人に声をかけられることがあるそうですが、液体酸素をご自身の使用感などをお話しして、PR していただいているとのことでした。

週に 1 度、液体酸素の交換で訪問させていただいていますが、武井様にはもちろん、奥様にもいつも笑顔で接していただいております。マルホンの印象については「聞きたいことが聞きやすい」、対応についても、満足していただいているとのことでした。

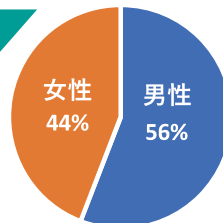
今回のインタビューについても、急なお話ではありましたが、快く引き受けて頂きました。今後も武井様やご家族の皆様へ、安心して快適な HOT 生活を送っていただけるように、精いっぱい手伝いをさせて頂きたいと思っております。

HOTのホント!?

患者様との世間話で、「酸素しているのは男性が多いんだらう?」というお話をいただきます。

HOTで一番多い疾患はCOPDで、その主原因はタバコで、喫煙者には男性が多いから、でしょうか。確かに男性の方が多くいますが、思ったほど大きい差はないようです。皆さんはどうお感じになりましたか。

今回はHOT療養中の皆様の平均年齢も調べてみました。女性が78.7歳なのに対して、男性は75.5歳と若干の差が出ました。



HOT患者様の男女比
(R2.4 マルホン調べ)

男 性	75.5 歳
女 性	78.7 歳
全 体	76.8 歳

HOT患者様の平均年齢
(R2.4 マルホン調べ)

男女比は全国でも54%・46%でマルホンとほぼ同じ。一方、平均年齢は69歳となっています。
(2010年呼吸ケア白書)



HOTな社員紹介

はじめまして。マルホンに勤めて1年半になります。

皆様の元にお届けする器械の準備をしたり、回収された濃縮器のメンテナンスをして、日々社員さんと頑張っています。

よろしくお願い致します。

私生活では野球大好き中1、小5、小3の3兄妹の肝っ玉母ちゃん、仕事に育児に日々奮闘中です。コロナウイルスで不自由な生活が毎日続きますが、患者様の健康をお祈りしています!



は せ が わ た か え
長谷川 孝江
リペアセンター担当



知って得する! クイズコーナー

Q1 マルホンの酸素ボンベはどれくらいの圧力で充填されていますか?

- ① 大気圧の100倍
- ② 大気圧の150倍
- ③ 大気圧の200倍

Q2 酸素濃縮装置は酸素濃度90%以上の気体を作っている?

- ① ○
- ② ×

クイズのこたえ

Q1 ③皆様にお届けしている酸素ボンベは大気圧を約200倍に圧縮した圧力で充填されています。工業用のガスは一般に150倍の圧力なので、携帯しやすい小さな容器により多くの酸素を詰められるよう工夫がされています。お取り扱いには丁寧にお願い致します。

Q2 ①酸素濃縮装置は、空気の大部分を占める窒素を取り除いて、高い濃度の酸素を取り出せるようにした器械です。最高で濃度95%程度まで濃縮できます。

編集後記

●新型コロナウイルスの流行で大変な時期ですが、体調を整え、不要不急の外出を控えて乗り越えていきましょう。(かわうち)

●HOTでスマイル第43号発行にあたり、ご執筆いただきました岩崎先生ありがとうございました。在宅医療の専門家として正しい知識を持って感染症対策をおこなっていききたいと思います。(あさい)

●新型コロナウイルスの患者さんが群馬でも多くなっていますが、手洗いやうがい等できる範囲で予防をしてコロナとの戦いを乗り越えていきましょう!(ゆか)

