



すゝめ

患者さんと慶應義塾大学病院をつなぐ
コミュニケーションマガジン

KEIO
UNIVERSITY
HOSPITAL
.....
Communication
Magazine

Vol. 11
September 2020

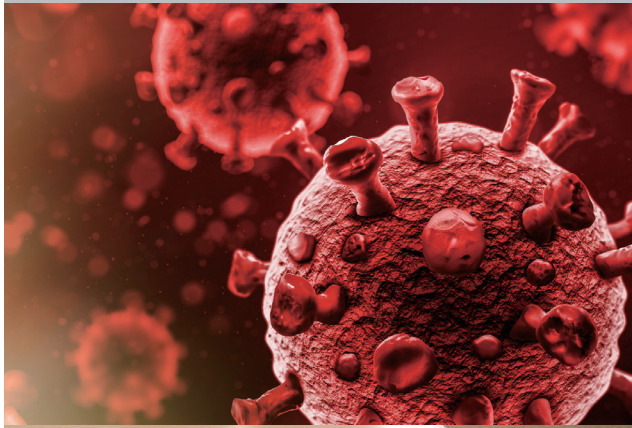
ご自由に
お持ちください

KEIO

KEIO UNIVERSITY
HOSPITAL
100th ANNIVERSARY

北里柴三郎の精神を継承して

慶應義塾大学の初代医学部長・病院長である北里柴三郎は、ペストが大流行した際、今では考えられない悪環境の中でも果敢に研究を続け、世界に先駆けてペスト菌を発見しました。病院開院100年を迎えた2020年、100年間継承してきた北里の不屈の精神で、コロナウイルス感染症に関する、様々な取り組みを行っています。今回のすゝめではその活動の一部と、皆様に役立つ情報をご紹介します。



広報誌タイトル「すゝめ」とは

タイトルは明治5年から9年にわたって出版された17編を数える福澤諭吉の大ベストセラー『学問のすゝめ』に因んでいます。

新型コロナウイルスは未曾有の感染症災害として世界中に甚大な影響をもたらし、私達一人ひとりの心に大きなストレスを与え続けています。このような状況に鑑み、精神・神経科では4月9日より「COVID-19」ころのケアチーム」を発足させ、新型コロナウイルスの治療のために入院された患者さん、ご家族、そして治療を提供している医療者を対象としてメンタルヘルス支援に取り組んできました。入院環境においては感染対策上の理由から面会制限や行動制限が設けられており、患者さんは身体的な辛さに加えて、孤独やさみしさ、自責感、いらいらなどを感じやすくなり、悪いことばかり考えてしまうことがあります。そのような心への影響も踏まえて、患者さんご家族の双方を支えられるよう、こころのケアチームは、主治医チームや病棟看護チームと連携を図りながら支援体制を整えています。例えば、タブレット端末等

以下にお示しする対策をお勧めしております。こちらは、こころのケアチームで作成し、入院中の患者さんにお配りしている資料に掲載しているものです。また、起きてしまった過去や、まだわからない未来にとらわれず、今ここで〆の体験に集中することで心身の安寧を図るマインドフルネスも効果的です。慶應義塾大学ストレス研究センターのホームページより、マインドフルネス瞑想の動画・音声を配信しておりますので、ぜひ皆様の日常の心のケアにお役立ていただけましたら幸いです。



オンラインでも行うことができるマインドフルネス

新型コロナウイルスが引き起こすメンタルヘルスの不調をケアする

COVID-19ころのケアチーム

※ COVID-19は2019年度に発生した新型コロナウイルス感染症を略した言葉です



COVID-19ころのケアチーム

を用いた面接でストレスの状態を確かめていただいたり、遠隔システムで患者さんご家族の面会を設定させていただいたりしています。今後も新型コロナウイルスによるさま

ざまな不安や気持ちの変化に苦しまれるようなことがあれば、頼っていただける存在でありたいと考えています。また、感染リスクの最前線の現場で従事している医療者にも、惨事ストレスとよばれる心理的な負担がかかるため、広く相談窓口を周知し、精神科医・精神看護専門看護師・心理士による支援を継続しております。新型コロナウイルスによる心理的影響の特徴として、目に見えないウイルスという得体の知れない対象への恐怖、感染対策による物理的な分断に伴う人と人とのつながりの希薄化、この状況がいつまで続くのか見通しが立たない不安があります。そのような恐怖や不安で心がいっぱいになってしまうと、束の間の安心を求めて不確かな情報に惑わされたり、「誰か」や「何か」を攻撃したくなったりして、他者との関係性はますます失われてしまいます。このような悪循環を断ち切るために、

おすすめすること

- 普段通りに睡眠や食事をとりましょう。部屋のなかで体を動かしてみましょう。
- 家族や友人と携帯電話やSNSなどでビデオ・音声通話してみましょう。
- 楽しいことや自分の好きなことなど、感染以外のことを考える時間をつくりましょう。
- 音楽やテレビなど、自分なりにリラックスできる方法を試してみましょう。
- ゲームやクロスワード、数独パズルなどをしたりしてみましょう。
- 自分の心の状態や、今必要なことはなにかゆっくり考えてみましょう。
- 自分を客観的にみるようにしましょう。
- 自分や家族や信念などを大切にしましょう。

避けたほうがいいこと

- 最悪の事態をずっと考え続けることはやめましょう。
- 新型コロナウイルスに関するニュースやSNSを読み続けるのはやめましょう。
- 一日中、睡眠を取り続けることはやめましょう。
- 一人で抱え込まないようにしましょう。ぜひ周囲の人や医療スタッフに相談して下さい。

いつでもご相談ください

慶應義塾大学病院 COVID-19ころのケアチーム

参考：日本赤十字社「感染症流行時にこころの健康を保つために」

新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) 予防のために



◆飛沫・接触感染の知識ワンポイント

新型コロナウイルスは、主に飛沫感染と接触感染により感染すると考えられています。

飛沫感染

感染した人の咳やくしゃみで飛び散った飛沫(しぶき)が顔にかかって感染します。飛沫感染の予防には、目、鼻、口を飛沫から守ることが重要です。

接触感染

感染した人が、つばや鼻水が付着した手で触れた物、場所を介し感染します。他の人がその物や場所に触れると、ウイルスが手に付着します。手に付着するだけでは感染しませんが、その手で目、鼻、口に触れると、ウイルスが体内に侵入します。

◆日常生活で注意する事

飛沫感染対策

マスクの使用は飛沫感染予防に有効です。マスクは、① 自分が感染者だった場合に自分の飛沫で他人を感染させないため、② 他人からの飛沫を防ぐために着用します。マスクは鼻と口をしっかりと覆い、ブリーフがある場合はしっかりと広げて着用しましょう。着用中はマスクの表面は汚れているものと考えて触れないようにし、外した後は手をきれいにしましょう。マスクを外す飲食時は、唾液が飛び散る可能性があります。大人数での会食は避けましょう。



接触感染対策

手は汚れているものと思って、こまめにきれいにしましょう。手をきれいにする方法には、石けんと流水による手洗いと、アルコール製剤による手指消毒の2種類があります。新型コロナウイルスには、どちらも有効です。当院では手指消毒薬を、総合案内の他、喫食スペースにも設置しています。お食事前や食後の診察前などにご利用ください。手は知らない間に色々な場所に触れています。外から帰った時、食事の前、お薬を飲む前などは手をきれいにしましょう。手が汚染しても、手からは感染しません。エレベーターのボタン、階段の手すりなど、多くの人が触れたところに触れた後は、手を洗う前にご自身の顔周りに触れないようにしましょう。汗を拭いたり、お化粧を整えたりする前は、必ず手をきれいにしましょう。



◆病院の中で協力いただきたいこと

- ① 院内に入る際は必ずマスクの着用をお願い致します。医療者の指示があるまでマスクを外さないでください。
- ② 正面玄関では発熱を確認するセンサーを導入しています。必ず立ち止まって確認をお願い致します。発熱や咳など症状がある場合は、正面玄関やブロック受付でご相談ください。
- ③ 待合室では、可能であれば間隔をあけてお座りください。会話は控えめにお願いします。



新型コロナウイルスは、現時点でワクチンや有効な治療法が確立していません。軽視せず、過度に恐れず、正しく感染対策を行うことが必要です。皆様もご協力の程をよろしくお願いいたします。

私たち手指衛生を実践しています！

患者待合にて「診療科部長によるビデオメッセージリレー」を放映中。
全職員が一丸となって手指衛生を強化するという病院長と診療科部長からの強いメッセージです。ぜひご覧ください。

PCR、抗体検査。こうした言葉を日々テレビで聞く日が来るとは夢にも思っていませんでした。院内で検査をする部門は放射線診断科や病理診断科など複数ありますが、血液や尿、痰などの様々な臨床検体の検査や心エコーや脳波などの生理検査を担当しているのが臨床検査科です。その中で新型コロナウイルスなどの病原体を調べる検査は微生物検査室が担当しています。

PCR検査は、ウイルスや菌などの病原体の遺伝子を取り出して、特殊な酵素と反応条件により増幅させることで検出する方法です。ウイルスは菌と違



臨床検査科 チームコロナPCR

コロナ禍の中の 臨床検査科

臨床検査科 医師
うわみの よしゆみ
上 蓑 義典

い培養して増やすことが容易ではないので、PCR検査が新型コロナウイルスの検査で中心的存在になつていきます。

新型コロナウイルス感染症は風邪と見分けのつかない症状を示すこともありますが、全く症状を示さないこともあります。正しく診断するためには、とにかくこのPCR法や抗原検査などでウイルスを検出する必要があります。臨床検査科では、ダイヤモンドプリンス号が停泊していた2月初旬から病院内でPCR検査を行う体制を急ピッチで構築し、2月27日から検査を開始しました。そして3月下旬には全自動の装置を導入するとともに、オーラル臨床検査科体制で検査技師を集めた「チームコロナPCR」を結成し1日100検体以上を検査する体制を構築しました。そして現在も常に、より速く、より簡単に、より大量の検査を行う体制を提供するため、毎日、あたらしい検査法の検証や運用方法の改善などを繰り返しています。

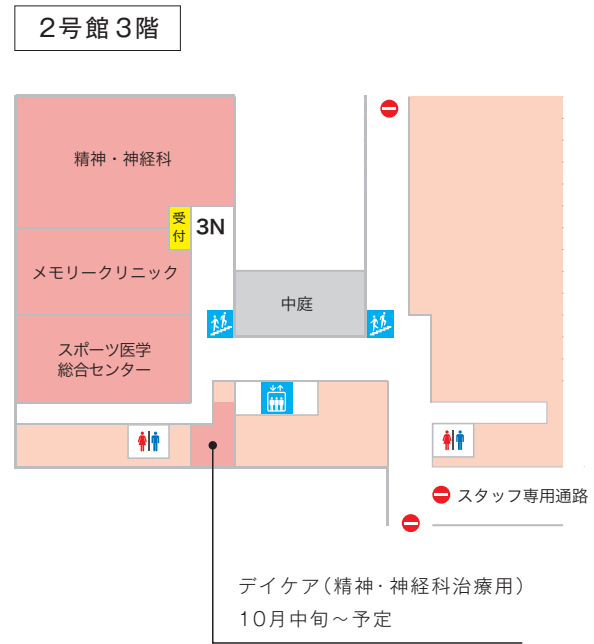
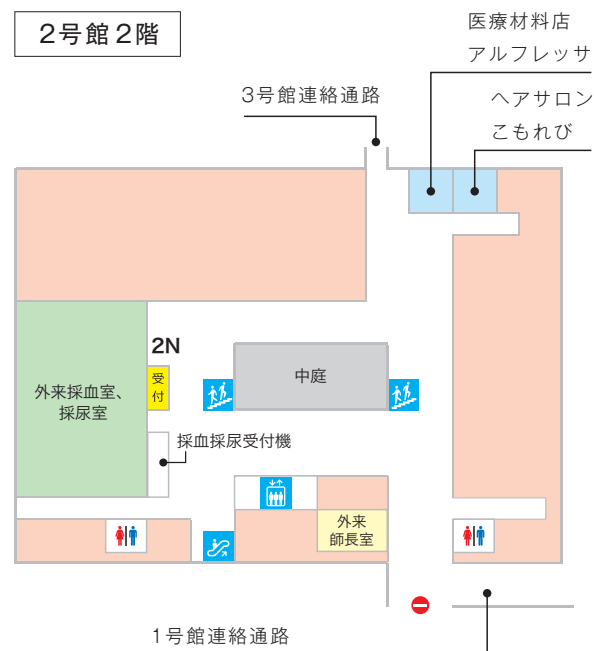
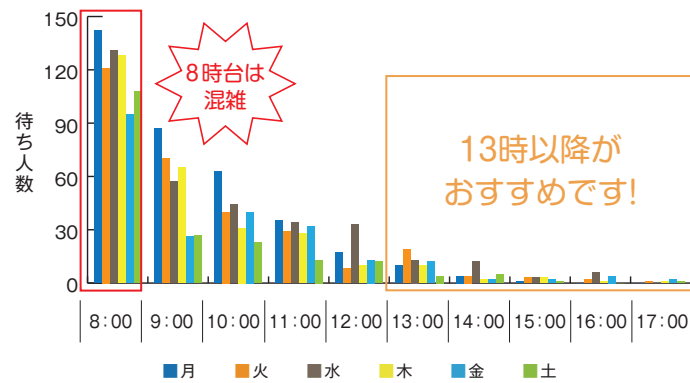
日進月歩の検査の世界ですが、絶対に見失ってはいけないのが正確性です。間違った検査結果が患者さんやご家族、周囲の社会に及ぼす影響は計り知れません。絶対に間違いない検査結果をこのコロナ禍の中でも提供しつづけ、最善の医療が常に行われるよう臨床検査科一同、精一杯頑張っています。

採血室の密集防止のためのお願い

外来採血室では、3月11日より診察予約時間に合わせた採血実施の運用を開始しましたが、いまだに朝の8時台に患者さんが集中しており、密な状況が生じています。このため病院では、患者数を分散させるため、外来予約時間の調整に取り組んでいます。また、診察日以前に採血を行う事前採血への変更をお願いしています。

診察日の前日16時30分までに採血が終了していれば、診察までに結果が間に合います。採血のみのご来院であれば診察料(再診料)は発生いたしません。採血日変更については、担当医にご相談ください。皆様が安全に診療を受けていただくためにもご協力をお願いいたします。

時間ごとの採血待ち人数



※10月1日(木)から、血液内科外来が1号館2階の2Aに移転予定です。詳細は病院ウェブサイトや病院掲示板などでご確認ください。

移転のお知らせ(受付・会計・お薬受取口・外来など)

9月23日(水)から、受付や会計などの窓口、お薬受取口、外来の一部やテナントなど、多くの機能が2号館に移転します。これからも旧病院棟の解体、エントランス棟の建設、駐車場の整備などの工事が続き、皆様にはご不便をお掛けしますが、ご理解、ご協力のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

2号館1階

初診・再診受付、予約外受付、
外来計算、会計、外来予約、
検査予約、文書受付

入院受付、ソーシャルワーカー相談、在宅療養相談、栄養相談、
がん相談支援センター、セカンドオピニオン、かかりつけ医紹介



自動支払機

※自動支払機は1号館受付の付近にも設置されます。

自動再来受付機

正面玄関

変更があった場合には、病院のウェブサイトなどで随時お知らせいたします。

デジタルサイネージを増設しました

病院での時間を少しでも快適に過ごしていただけるよう、病院の情報や、美しい風景などの心を癒す画像を流すディスプレイを、外来のブロック受付にも増設しました。待ち時間などにぜひご覧ください。



LINEを使用した外来の待合呼び出しサービスの開始

外来診察前の待ち時間をより有効に過ごしていただけるように、コミュニケーションアプリ「LINE」を使用した呼び出しサービスを開始いたしました。事前に登録をしていただくと、診察の順番が近くなったときに通知が届くようになります。**チラシはブロック受付で配布しています。**登録方法などご不明な方は1号館1階案内カウンター、総合案内、3号館2階受付にお尋ねください。



- 1 チラシのQRコードを読み取って「慶應義塾大学病院」を友だちに追加する。①
- 2 登録した「慶應義塾大学病院」のトークルームで「登録」と入力して送信。
- 3 **患者番号7桁(ハイフンなし)**を送信。
- 4 **生年月日8桁**を入力して送信。
- 5 登録完了。
- 6 自動再来機で受付をすると、「診察のお知らせ」、診察が近づくと「診察が近くなっております」とメッセージが届きます。②



慶應義塾大学病院へのご支援について（御礼）



新型コロナウイルス感染症が世界中に広がる中、一時、日本全国において、マスクや防護服などの医療物資が不足する事態に見舞われました。慶應義塾大学病院も、医療物資の安定的な確保の見通しが立たず深刻な状況でした。そのような状況下、皆様からご寄付や、マスク、フェイスシールドなどの医療物資のご支援を多数賜りました。また、励ましのお手紙も複数いただき、心温まるお言葉が大変励みになりました。皆様のご支援・ご協力に、あらためて心より感謝申し上げます。

まだまだ新型コロナウイルス感染症との闘いは終わりが見えません。今後も、最大限の防護策を講じ、安心・安全な医療を継続して提供できるように、皆様からのご寄付や、お送りいただいた医療物資を、最大限有効に活用させていただきます。

〈受付時間・休診日〉

外来診察時間 8時40分～12時00分、13時00分～16時00分

面会時間 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、現在、面会は原則禁止とさせていただきます。詳しくは病院のウェブサイトをご覧ください。

休診日 日曜日、第1・3土曜日 / 国民の祝日・休日 / 年末年始(12月30日～1月4日) / 慶應義塾の休日(1月10日)

〈診療担当医表〉

このQRコードをスマートフォンなどで読み取っていただくと診療担当医表がご覧になれます。なお病院入り口脇の電子掲示板にも掲載しています。

