

# みっつの輪

みつわ台総合病院ニュース  
VOL.102

●INDEX

- 夏場の入浴に潜んでいる危険とは!? ～お風呂の温度とお酒について～…………… 1～2
- 採血前には、気をつけて！～正しい結果を知るために…………… 3
- 病院からのお知らせ…………… 4

Webサイトでも  
閲覧できます



## \*\*\*\*\* 病院改修工事のお知らせ \*\*\*\*\*

この度、当院では患者さんがより快適に入院生活を送れるように西館病棟の改修工事を実施しております。工事期間中は患者さんをはじめ、来院される皆さんに騒音等、ご不便・ご迷惑をお掛け致しますが、何卒ご理解ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

工事期間	～12月下旬（予定）
作業時間	病棟：8時～17時 透析室：土曜夕方～月曜早朝
工事に関して	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 工事を行うにあたり、入院中の患者さんには部屋の移動をおねがいすることがあります。</li> <li>・ 工事を行うにあたり、建物や敷地、駐車場において制限が掛かることがあります。</li> <li>・ 工事期間中は安全を最優先に、また騒音振動などに細心の注意を払って進めてまいります。工事の都合上、騒音振動が発生する場合があります。</li> </ul>

みつわ台総合病院 病院長

## 夏場の入浴に潜んでいる危険とは!? ～お風呂の温度とお酒について～

入浴中の事故で死亡する人は全国で年間 約5,000 人ほどにのぼります。要因は、転倒などもありますが、入浴中に生じた体調不良が大半を占めます。入浴中の体調不良といえば、寒い時期と感じますが、夏場も危険はいっぱいです。今回は、そんな夏の入浴に潜んでいる危険性とその対策のお話です。

(参考：表中の死亡数は、当該年の「人口動態調査（確定数）調査年月2019年 表番号 下巻1-1 死亡数, 死因（三桁基本分類）・性・年齢（5歳階級）別」を用いて算出。)

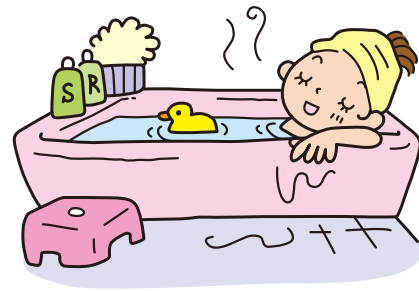
		死亡数	
2011～2014年における死亡数（人）	浴槽内での溺死及び溺水(総数)	2011年	5,033
		2012年	5,606
		2013年	5,245
		2014年	5,322
		死亡数	
2012～2013年における推定死亡数（人）	入浴中の推定急死者数	18,755	

(資料：「浴室内の死亡として報告された事例についての検討」第78回厚生科学審議会 予防接種・ワクチン分科会 副反応検討部会、令和4年度第1回薬事・食品衛生審議会薬事分科会医薬品等安全対策部会安全対策調査会 2022年4月13日)

## お酒とお風呂の相性は!?

暑い日の一日の終わりには、お酒を飲んで、心も体も癒したい。その後はお風呂に入ってリラックス…。しかし、ここに「血圧の低下」という落とし穴があります。

入浴で血液循環が良くなると、アルコールはさらに回ります。要するに、ますます酔っ払った状態になります。そして、血圧は、お風呂でお湯につかることでも、お酒を飲むことでも下がります。



つまり、「お湯につかる」と「飲酒」という血圧を下げる要因を重ねしまうのです。もし、お風呂で気を失ったら、転倒事故や溺死という事故の危険性が出てきます。また、それだけではなく、脳や心臓へ送られる血液量減少により、不整脈や心臓発作などさまざまな危険が発生します。

飲酒後に入浴をするなら、酔いが醒めるのを待ちましょう。晩酌程度の飲酒であれば1～2時間おいてください。ただし、時間を置いても体調がすぐれなければ、その日の入浴はやめたほうが良いでしょう。

「酔っていてもどうしても入りたい!」そんな気分の時は、入浴ではなく、少し熱め(40～42℃)のお湯で、足湯や手浴を楽しんではいかがでしょうか。ちなみに入浴後の飲酒も30分以上空けた方が酔いも回りにくいですよ。

## 熱いお風呂に要注意



猛暑が続いているため、一日中冷房をつけて過ごさねばなりません。「エアコンで冷えたから、あつついお風呂につかりたい!」そんな気持ちになりますよね。しかし、冷えた体で、熱いお湯(42℃～)に浸かると、体は急な温度変化に対応しようと、血圧や心拍数を急激に上昇させます。すると、心臓に負担をかけ、脳出血や心臓発作の危険が増してしまいます。

また、前述のとおり、お湯につかると血圧は下がります。エアコンで冷え切った体を温めようと長時間の入浴をすれば、今度は血管が拡張し、どんどん血圧が下がります。こうした血圧の急激な上下で、めまいや心筋梗塞、脳梗塞の危険が発生します。

このようなことから、お風呂の温度は高温浴(42～44℃)ではなく微温浴(36～39℃くらい)をお勧めします。そして、入浴時間も10～15分としましょう。また、入浴前にコップ一杯程度の水を飲み、脱水症状を予防しましょう。

しかし、どんなに気をつけていたとしても、体調の変化が起こってしまうことがあります。意識が薄れるなどして「危ない!」と思ったら、すぐに浴槽の栓を抜いて、排水してください。また、立ち眩みを起こしたら、しゃがんで落ち着くまで待ちましょう。

対策や注意点を知っていれば重大な事故を防ぐことができます。正しい入浴方法で体の疲れを取り、暑い夏を乗り越えていきましょう。

## 医療現場の素朴なギモン 10

## 採血前には、気をつけて！～正しい結果を知るために



病院や健診など、血液検査をする機会はたびたびあると思います。今回は採血に関わるギモンにお答えします。

## ● 採血前に食事をしても大丈夫？

採血の際に、「朝ごはんを食べないで来てくださいね」とお願いされることは少なくありません。ですから、「何も言われていないけど、今回は食事をしても大丈夫かな」と戸惑うこともあるかと思えます。

食事によって影響を受ける検査項目で代表的なものは「血糖値」と「中性脂肪」です。これらは、糖分や脂肪分を摂取することで食後に高くなります。ですから、正しい数値を知るために、食事を摂らず空腹の状態での採血することが望ましいとされています。



このように、血液検査で数値は様々な要因で変わってきてしまいます。だからこそ正しく評価するためには、検査の内容に応じて、考慮をしなければなりません。こうして、食事や運動、服薬などを我慢していただくお願いをすることになります。

どうなのかな？と疑問に感じたときは、医師や医療スタッフに、食事の摂取や服薬についてお尋ねいただければと思います。

## ● 採血前に水やお茶を飲んでも大丈夫？

前述のように、食事によって採血の結果は変わります。食事を制限されているときですが、水やお茶は少量であれば飲んでも問題ありません。

避けるべきは、脂肪分・糖分を含む牛乳、ジュース、清涼飲料水、加糖コーヒーなどです。飲むと、血糖値や中性脂肪などが空腹時より高い値になる場合がありますので、お控えください。

## ● 採血結果が出るまでどのくらい時間がかかるの？

採血した後に医師に報告が行くのは大体1時間を目途にいただければと思います。採血した血液は、検査室で受付→検体処理→機器で測定→結果報告の流れとなっています。

「血液検査」は様々な検査項目を調べるものです。このため、採取した血液を、項目ごとに専用の採血管へ分け入れて(検体処理)、それぞれの項目の測定機器で検査をします。結果が出るまでには、項目によってかなりばらつきがあります。院内で検査をしても、5分から10分程度で結果が出るものもあれば30分以上かかるものもあります。

そして、医師への報告は、各項目の結果が出そろった後になるので、血液検査は時間を要するのです。ですから、めどは「1時間」とお伝えしています。



当検査室では迅速かつ正確な検査結果を報告していますが、検体処理に時間がかかる場合や再検査を行う場合などには結果報告までお時間がかかりますのでご理解・ご協力の程よろしくお願い致します。



**来院時のお願い**  
～手指消毒と検温にご協力ください～

西館及び東館入口自動ドア前に、カメラによる自動検温機と自動噴霧アルコール消毒機を設置いたしました。ご来院の際には検温と手指消毒のご協力をお願いいたします。

感染対策へご協力をお願いいたします  
みつわ台総合病院感染対策委員会

**おねがい**

院内では、『マスク着用』をお願い致します。




R5年3月13日よりマスク着用が個人の判断となりましたが当院の方針として『**受診・入院・面会の方はマスク着用**』を求めさせていただきます。  
みつわ台総合病院感染対策室

**外来駐車場混雑のお詫び**

現在、当院駐車場が、外来診療時（特に午前中）大変混雑しております。大変ご迷惑をおかけし申し訳ございません。

「外来受診での予約時間に間に合わない」ということもあるかと思いますが、ご受診に支障をきたすことはございませんので、お気をつけてご来院いただければ幸いです。



**面会について**

入院患者さんを守るため以下の厳守をお願い致します

- 面会人数 **2名まで**
- 面会時間 **15:00～17:00 (平日)**  
**13:00～17:00 (土・日・祝日)**  
(※面会受付開始時間も上記開始時間と同様です)
- 対面時間 **15分まで**
- 対面場所 **病棟デイルーム (病室内対面はできません)**
- 面会制限
  - ・病室での面会は出来ませんので、歩行可能な患者さん、もしくは車いす乗車及び車いす上で座席の状態が保てる患者さんが対象となります。(面会可能か不明の場合はお問い合わせください)
  - ・1日に面会可能な枠が定まっております。(各病棟、30分ごとに2組まで。最大で**平日は16組まで**／**土日祝日は24組まで**となります)
  - ・**面会枠は電話での予約は取れません**。来院された方から順に直近の時間での面会枠を取る為、**枠が埋まった時点で面会をお断りさせていただきます**。ご理解の程よろしくお願致します。
- その他注意事項
  - ・入院患者の方、面会者の方ともにマスク着用
  - ・大きな声での会話・飲食を共にする事は控えてください

**中学生以下の面会は禁止とさせていただきます**  
**【面会制限もしくは禁止となる場合】**  
院内クラスターが発生した場合は、一時的にクラスターが落ち着くまでの間面会を禁止させていただくことがあります。



**面会には許可証が必要です**

御面会の方には『面会許可証』を着けていただくことになりました

- 受付場所 南館1階  
緊急時は受付または看護師へご相談ください
- 面会時間 平日 15:00～19:00  
土日祝 13:00～19:00
- 面会までの流れ
  - ① 1F受付で面会カードを記載してください
  - ② 面会許可証を首から下げてください
  - ③ ナースステーションに声をかけてください
  - ④ ご面会 (1F受付にてタイマーをお渡ししますので時間厳守にてお願致します)
  - ⑤ ご帰宅の際は面会許可証とタイマーを1F受付にご返却ください

◆お子様 (中学生以下) の方のご面会をご遠慮ください

**ご理解とご協力をお願い致します**  
医療法人社団創会みつわ台総合病院病院長

**【健康管理センターからのお知らせ】**  
**新型コロナウイルス感染拡大防止ご協力のお願い**


■ご来院時のお願い

- 病院内では原則として**不織布マスクの着用**をお願いします。  
ただし、体質・体調などの理由で不織布マスクのご使用が困難な場合は、ご使用可能な材質のマスクのご着用をお願いいたします。
- マスクは、特に指示が無い限り、常に着用をお願いします。  
※マスク着用がない場合は受診をお断りする場合があります。ご理解・ご協力のほどお願いします。  
入り口等に消毒液を用意しております。
- 入館時、健診中、退館時には**適宜消毒**をお願いいたします。  
アルコールが使えない方は界面活性剤配合のハンドソープ等による手洗いをお願いいたします。
- 検査中は定期的に換気を行うため、季節・天候により室温が下がる場合がございます。  
必要な方は、カーディガン等羽織るものをご用意ください。
- 健診センター入口等で、非接触型体温計等で体温を測定することがありますのでご協力をお願いします。
- 健診センターでの会話は最小限とし、小声でお願いします。
- 密集、密接を防ぐため、受診終了後はできるだけ速やかにご退館いただけますようご協力をお願いします。

**院内イベント**  
**見合わせについて**

ご好評をいただいております院内イベント（健康教室・院内コンサート）ですが、新型コロナウイルス等の感染拡大の状況を考慮し、当面、開催は見合わせとさせていただきます。

これに伴い、毎年秋の開催の「院内展覧会」も今年度は中止とさせていただきます。ご出演くださる皆様、ご観覧を楽しみにして下さっている皆様には大変心苦しいご報告となりますが、何卒ご容赦・ご理解のほどお願い申し上げます。



上記内容は、今後変更になる場合がございます。適宜、HP・院内掲示にてお知らせいたしますが、ご不明の際はお問い合わせください。

**医療法人社団 創進会**  
**みつわ台総合病院**

**基本理念**  
高い徳性と深い知性を培い  
生命の尊厳に寄与する

**基本方針**  
1. 医療を通じて地域社会に貢献します  
2. 個人の尊厳を尊重した医療を実施します  
3. 常に最先かつ最適な医療を提供します

**受付時間**

午前 8:30より12:00まで	形成外科(火曜)	
	皮膚科(木曜)	8:30より11:00まで
	脳神経外科(土曜)	
	耳鼻咽喉科(土曜)	8:30より11:30まで
午後 13:30より16:30まで	糖尿外来(水曜)	13:30より14:30まで
	皮膚科(木曜)	13:30より16:00まで
	脳神経外科(月曜・水曜・木曜)	15:30より16:30まで

※新患に限る

**2科以上受診の場合は受付終了30分前まで**

千葉県若葉区若松町531-486  
☎043-251-3030 (代)  
ホームページアドレス  
<http://www.mitsuwadaibyoin.or.jp>

スマートフォンの方はこちらから



**UD FONT** みつわ台病院ニュースでは、UDフォントを採用しています  
ユニバーサルデザイン(UD)の考えに基づいた見やすいデザインの文字を採用しています。





日本医療機能評価機構 認定第 JC115号

人間ドック健診施設  
機能評価認定病院

日本医療機能評価  
機構認定病院