



巻頭言 循環器内科・^{たんの}丹野 ^{かおる}郁

◆新型コロナウイルス感染症はいつまで続く

～忘れてはいけない循環器疾患～

2020年5月25日に緊急事態宣言が解除されました。ようやく、街に日常が戻りつつあります。しかし新型コロナウイルスが世界から消えたわけではありません。このウイルスは存在しています。しばらくはウイルスと共存する、“新しい生活様式”が求められています。現在の感染症の鎮静化は、皆さんの自粛努力の結果です。命令や罰則規定などなく、政府・首長からの自粛要請だけでこれだけの成果をあげられる日本人の民度をあらためて誇りに思います。有効なワクチンが実用化されるまで、“新しい生活様式”は続くでしょう。

ところで、新型コロナウイルス感染症はどれほどこわいのでしょうか？志村けんさん、岡江久美子さん、岡本行夫さんなどの著名人が感染から数日のうちに亡くなるという事実を目のあたりにすると恐怖を感じます。

しかし、死亡数をみてみると、新型コロナウイルス感染症はこれまで886人（2020年5月31日）です。一方、日本の死因第1位がんは年間375,437人、第2位心疾患は208,210人、第3位老衰は109,606人、第4位脳血管疾患は108,165人です（厚生労働省：平成30年人口動態統計月報年計の概況）。死因数だけ比較すると、がんや循環器疾患（心疾患+脳血管疾患）で死因が多いことが分かります。感染症だけではなく、循環器疾患も十分に予防と対策が必要です。2018年12月10日、国会で脳卒中・循環器病対策基本法が可決・成立しました。これは日本脳卒中学会と日本循環器学会が連携して作成した「脳卒中と循環器病克服5か年計画」の一環です。この計画は、脳卒中と循環器病による年齢調整死亡率を5年間で5%減少させること、健康寿命を延伸させることを大目標と設定して、2016年12月16日に厚生労働省から公表されました。脳卒中と循環器病は、高齢者での発症率が高く、寛解と増悪を繰り返し、患者本人、家族を含めた介護者の生活の質を著しく損なう予後不良の疾病群であります。我々循環器医は、脳卒中と循環器病医療の質の向上を図ることが、健康で安心した老後に寄与することが大きいと信じております。

新型コロナウイルス感染症は、自宅にいて人に会わなければ感染はしませんが、心臓病や脳血管疾患は自宅にいたるだけでは予防できません。健康寿命延伸のために循環器疾患に対して、しっかりとした予防と対策をたてましょう。



昭和大学江東豊洲病院

第75号のトピックス

- ・巻頭言(循環器内科)
- ・からだを動かそう⑥
- ・江東豊洲病院へのご支援へのお礼
- ・江東区救急業務連絡協議会功労賞を受賞しました
- ・厚生労働省 DMAT 事務局より感謝状が授与されました
- ・「ご意見・ご要望」についての回答
- ・編集後記

世界有数の超高齢社会である日本では、平均寿命と健康寿命の乖離が大きいです。

この乖離の要因としては運動器の機能低下も大きな割合を占めており、神経筋系および代謝系といった生理学的要因、さらには臥床および体の不活動時間が多いといった生活的要因に起因する骨格筋減少症(サルコペニア)が問題となっています。また、昨今では新型コロナウイルスの影響による自粛により、自宅での不活動時間がより一層高まっていると予測されます。そのため、この運動プログラムは自宅で不活動時間の減少を狙ったものとなります。是非ご活用ください！！

①つま先立ち

10回×2セット

※つま先が外側や内側に向かない
ようにすることが重要。
リズムよくやりましょう！！



②スクワット

10秒間維持×2セット

※膝がつま先より前に出ない
ことが重要。



③足踏み

10回×2セット

※ももを高くあげましょう！！
リズムよくやりましょう！！



④サイドラウンジ

10回×2セット

※左右ともに実施。
※踏み出す足に体重をかけ
ましょう！！



⑤足踏み

10回×2セット

※ももを高くあげましょう！！
リズムよくやりましょう！！



⑥フロントラウンジ

10回×2セット

※左右ともに実施。
※膝が足より前に出ない
ことが重要。



いかがでしたでしょうか？

毎日、少量でもいいので継続することが重要かと思えます。

コロナに負けないための体づくり、栄養、睡眠をしっかり取ってください！！

昭和大学江東豊洲病院へのご支援のお礼

新型コロナウイルス感染症の治療にあたる医療従事者に対して、多くの皆様から労いのお言葉や心温まるご支援を頂戴しています。当院職員一同、温かいご支援に厚く御礼申し上げます。

現在、昭和大学江東豊洲病院では、医師、看護師の他、多くのスタッフが治療や院内感染防止に一丸となって取り組んでいます。今後も私たちは皆様からのご支援を力に変え、地域社会の皆様のご期待に沿うべく引き続き安全・安心な医療の提供に努めてまいります。



江東区救急業務連絡協議会功労賞を受賞しました



左から3番目：三浦看護師
左から2番目：笠間病院長

救急外来・三浦 良太 看護師が、長年に渡って救急医療に従事し地域住民の健康増進に寄与したとして、その功労を称えられ、江東区救急業務連絡会より表彰を受けました。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため表彰式が中止となったため、笠間病院長より表彰状が授与されました。

厚生労働省 DMAT 事務局より感謝状が授与されました



左から3番目：大嶺看護師、
4番目：森田医師、
5番目：出水係員

厚生労働省 DMAT 事務局の派遣要請を受け、2020年2月18日、19日の2日間、泌尿器科・森田 将医師、救急病棟・大嶺 麻衣子看護師、管理課・出水 拓歩係員(業務調整員)の3名が、新型コロナウイルス感染症対応(政府チャーター機帰国者の健康管理等)のため出動しました。

厚生労働省 DMAT 事務局より協力に対する感謝状が贈られ、病院長から DMAT 隊員に授与されました。

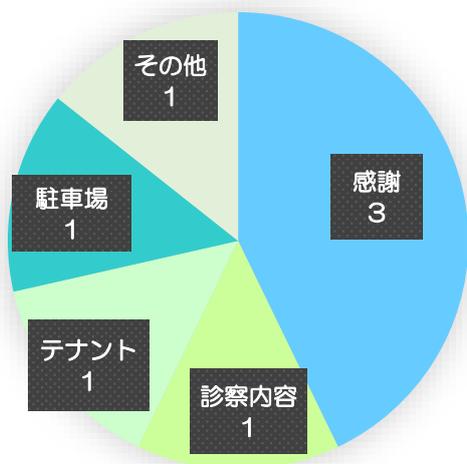
※DMAT(災害派遣医療チーム)

大規模災害や多傷病者が発生した事故等の現場に急性期から活動できる機動性を持った医療チーム

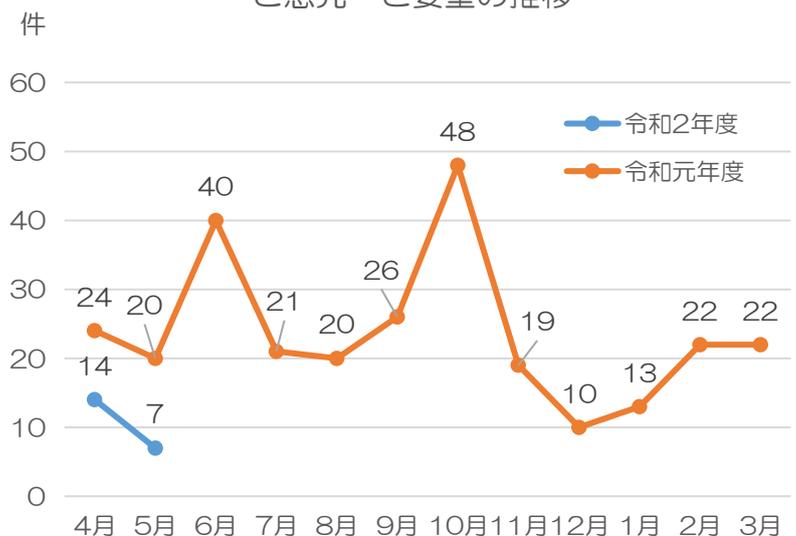
「ご意見・ご要望」についての回答

ご意見・ご要望	回答・改善策等
<p>新型コロナウイルスが騒がれている中、熱がある人が院内にいることは異常ではないですか。意識が低いと思います。</p>	<p>この度は貴重なご意見ありがとうございます。当院では現在、正面入口と駐車場入り口にて来院された方全員に検温を行っております。新型コロナウイルス感染症以外の疾患による発熱の可能性も考えられるため、患者さんの状態によって異なった対応をしています。なお、新型コロナウイルス感染症が疑われる場合は、発熱外来へご案内しています。ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。</p> <p>回答部署：クオリティマネジメント課</p>
感謝	回答
<p>いつも笑顔で対応してくれてありがとうございます。気を張り詰めた業務が続きますが、お気を付けください。私も気を付けます。 ウイルスなんかかけちらせー！</p>	<p>この度はお気遣いいただきありがとうございます。職員一同、今後も体調管理に気を付けてまいります。患者さんもお家族の方もお体に気をつけてお過ごしください。</p> <p>回答部署：クオリティマネジメント課</p>

令和2年5月分
ご意見・要望の内訳
総件数7件



ご意見・ご要望の推移



編集後記 薬剤部・柘植 縁理佳

今年もあっという間に夏が到来します。例年、夏と言えばフェスなど楽しいイベントが盛り沢山でしたが今年は新型コロナウイルスの影響でイベントが続々と中止となっています。しかし、今月はお家で楽しめるイベントがあります。7月7日【七夕】です。この日は年に1度、天の川のほとりで彦星と織姫が逢える特別な日。小さい頃は、父が望遠鏡を持って帰ってきて、ベランダでたくさんの星が輝く空をずっと見ていました。真っ暗な夜空に小さな星が集まるとこんなに明るく、光り輝くのかとひたすら感動していたのを覚えています。今年の七夕は家族みんなで星空を眺めながら素敵なおうち時間を過ごしてみたいかたがたでしょうか。七夕の夜はどうか晴天でありますように。そして、皆さんの願いや祈りが届きますように。



昭和大学江東豊洲病院 <http://www.showa-u.ac.jp/SHKT/>
〒135-8577 東京都江東区豊洲 5-1-38
TEL03-6204-6000(代表)
発行責任者：笠間 毅 編集責任者：大槻 克文



昭和大学江東豊洲病院
Facebook ページ

