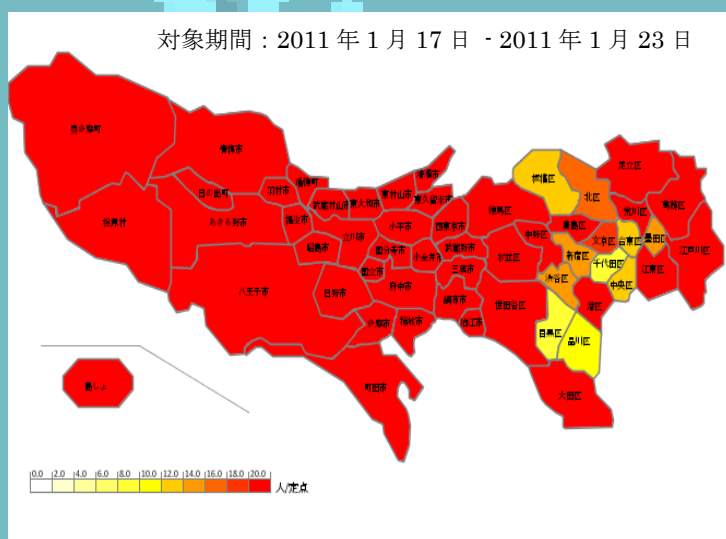


感 染 管 理

インフルエンザが流行しています！！

東京都定点報告インフルエンザ週報告分布マップ



西多摩保健所管内では、
 定点当り報告数は **30.14**
 となりました！

予防

マスク

- うつさない、うつらないための必需品

咳エチケット

- 周囲の人からなるべく離れる（2mくらい）
- 咳やくしゃみをするときは、他の人から顔をそむけ、ティッシュペーパーなどで口と鼻を覆いましょう
- 咳やくしゃみをおさえた手を洗いましょう

手洗い

- 普段から帰宅時、外出先での手洗いを習慣づけましょう

熱っぽい、だるい等の症状があったらすぐに上司に報告を！！



～～～ 昨年キャリアアップ研修へのご参加、ありがとうございました！！～～
エンゼルメイクに関しては、「実技があればよかった」という声もあり、今後の研修に取り入れていきたいと考えています。
他にも、ご希望のテーマなどがありましたら、是非、お聞かせください。来年度の研修の参考にしたいと思います。

～～～ 終末期がんの患者さんのケアで、困っていることはありませんか？～～
どんなことでも結構です。ご相談ください。
院内メール（くじら）で、連絡していただければ、できるだけ早めに病棟にお伺いします。



～緩和ケア 豆知識～



オピオイドの副作用対策 その②・・・嘔気・嘔吐

オピオイドを内服し始めた患者さんの30～50%に嘔気・嘔吐がみられます。オピオイドによる嘔気・嘔吐は、CTZ（化学受容器引金帯）に存在するドパミン（D₂）受容体が刺激されて生じます。通常、2週間ほどで催吐作用に対する耐性ができ、改善しますが、短期間に大幅な増量が行われた場合にも認められることがあります。がん患者さんが嘔気・嘔吐を経験すると、オピオイドの拒薬につながることもあるため、オピオイドの内服開始と同時に制吐薬も内服することで、苦痛を緩和することができると思います。

オピオイドによる嘔気・嘔吐には、ドパミンD₂受容体拮抗作用が相対的に強いノバミン[®]や、プリンペラン[®]が用いられます。しかし、これらの薬物で制吐作用が不十分の場合には、セレネース[®]を用いることもあります。

その他には、室温や室内の匂い、明るさなどにも配慮し、患者さんがリラックスできる環境づくりを心掛けていきましょう。

