



## 急病のときどうしますか 私達の回りは危険で一杯です



小児科 部長 藤野 修  
(ふじの おさむ)

お子さんでの心配ごとの一つに、熱が出たなど、急な病気のとときにどう対応したらよいのか？ということがあります。どうしてよいかわからない。このまま様子を見ていいのか、明日受診すればいいのか、すぐ診察を受けたほうがよいのか迷うことがあります。誰に意見を聞けばよいのか？近くの急病診療所に駆け込むのも一つの方法ですが、そんな時、「日本小児科学会」ではオンライン救急としてホームページを開設しています。

て物を口に入れてしまう・気管に吸い込んでしまう、とがったものをもって歩かせていて口の中や目を傷つけるなど、命にかかわらなかつたとしてもかなりの事故が、注意することによって予防できるとされています。「ちょっと目を離したすきに」、「危ないことは知っていたが、ついさせてしまった」、「ついやってしまった」など。こどもに自分で注意するように教える、守ってあげるのは大人の役目ではないでしょうか。日本(世界)の将来を担ってくれるのはこどもなのです。改めて注意したいと思います。

日本小児科学会、こどもの救急  
おかあさんのための救急&予防サイト  
(ONLINE-QQ)  
<http://www/kodomo-qq.jp/>

また、千葉県では小児科医師の集まり：小児科医会が中心になって小児の急病電話相談事業を行っています。

まずアクセスしてみてください判断しましょう。

もう一つはいやなお話で恐縮ですが、お子さんにかかわるよくないニュースがマスコミで毎日のようにとり上げられています。

犯罪に巻き込まれることも怖いのですが、お子さんで問題になることの一つに「事故」があります。毎年出される「厚生労働省人口動態統計」の死亡原因をみますと、成人では病気が第一位になりますが、1歳～14歳の小児の死因の第一位は「不慮の事故」です。その中では交通事故、転落、転倒、溺水などが主なものですが、ドアなどではさむ、やけど、誤っ



日本小児科学会、こどもの救急  
おかあさんのための救急&予防サイト  
トップページ

## 病気の話

## 整形外科の診察はまず犯人探しから

整形外科 部長 南 和文  
(みなみ かずふみ)

整形外科の診察を通して皆様とお話をしていると、思いもよらないことでお叱りを受けたり、不快な思いをされている方がいらっしゃる事に、驚かされることがあります。整形外科では受診されるとどこがどの様に具合が悪いのか、その原因はなにかと色々伺います。この原因が一番重要で、重いものを持った、階段でつまずいたなどはっきりしている場合は、悪い部位の特定も簡単に出来ます。ところが気づいてない事が原因になっている時が問題です。気づいていないから考えてもすぐには出てこない。首ですと健康のためと思って、首をグルグル回している方が結構おられます。ところが首の構造では、首から肩や背中そして手にかけて支配している神経は、首の両側の斜め前にある骨で囲まれた小さな神経孔から出てきます。この穴が経年変化によって、骨棘と言った骨の出っ張りなどによって穴自体が変形して狭くなると、そこを通る神経はグルグルと首を動かすたびに少しずつ圧迫され摩擦を受けるのです。同じようにゴルフの練習をやりすぎたり、高すぎる枕やソファの肘掛を枕にして寝たりすると、これが原因となって神経が圧迫されこすれて炎症が起ることになります。普段から特別に意識をしていな

い動作や姿勢なので、まさかこれが原因だと気づく方はそう多くはなく、手指の痺れの真犯人が首にあるとは青天の霹靂かもしれません。

しかし、私たち医師がこの原因となった出来事を診察時に知っていなければ、どこがどの様に悪いかと診断を下すまでに、結果的に余計な検査をしたり余計な時間を費やしたりすることになります。症状を診た時に医師の頭のコンピューターの中には、幾つもの可能性のある病名が浮かんできます。この中から確実な病名を引き出すには、整形外科では原因が重要なのでしつこくお尋ねすることになります。中にはあからさまに不快な顔をなさる方もおられます。レントゲン写真を撮ればわかるだろう。しかし、中高年になるとあなたにもそれなりに骨の変化がありますので、画像だけでは判断できません。運動器の病気には原因がある場合がほとんどです。原因となる動作を止めることが最高の治療となることもあります。治療のためにも、予防のためにも予診で原因についてお尋ねすることは重要な事なのです。



## 病気の話

## 「胸が痛い」話

集中治療室 医局長 横山 真也  
(よこやま しんや)

「胸が痛い」と感じた時、皆さんは「心臓が原因だったらどうしよう？」と不安になることがあるでしょう。何故なら心臓は、急いで治療をしないと命が危ない病気の代表だからです。急性心筋梗塞、不安定狭心症、急性肺血栓塞栓症、急性大動脈解離、そして胸が痛いというより苦しくなる急性心不全、重症不整脈などなど、全て心臓に関係します。もう、読んでいるだけで胸がギュッと痛くなってきませんか？



今日はそんな「胸が痛い」話です。色を例にとってみましょうか。「あお」色は、「青」「蒼」「碧」と書かれ、青色、水色、空色、紺色、藍色、群青色など、それぞれが少しずつ異なる「あお」色を連想させます。また、その色を見ている色の源も色々です。日本語



の表現の豊かさに驚かされます。ひとことで「胸が痛い」といっても、その痛み方は様々に枚挙に遑がありません。その原因も皮膚の病気から筋肉、肺、心臓、食道や胃、脾臓、胆石や便秘まであらゆる可能性を秘めています。ただ幸いなことに、心臓以外の病気の多くは一刻を争うことはありません。

では、私たちが感じる胸の痛みが怖いものかどうか分からないのでしょうか。「胸が痛い」様子だけから病気を断定するのは危険ですが、「胸が痛い」と感じたときは、慌てずに深呼吸をして、少し感じてみてください。

まず、深呼吸をすると痛む、咳をすると痛む、身体をひねると痛むけれど、何もしなければ痛くない場合は胸膜炎（昔でいう肋膜炎）や筋肉、関節、神経などが原因であることが多いです。そして、チクチク痛い、ドキッとすると、一瞬もしくは数秒だけ痛いなどは、軽い不整脈や原因のはっきりしないものが多く、命に直結しないでしょう。まずはかかりつけ医にご相談ください。

まず、深呼吸をすると痛む、咳をすると痛む、身体をひねると痛むけれど、何もしなければ痛くない場合は胸膜炎（昔でいう肋膜炎）や筋肉、関節、神経などが原因であることが多いです。そして、チクチク痛い、ドキッとすると、一瞬もしくは数秒だけ痛いなどは、軽い不整脈や原因のはっきりしないものが多く、命に直結しないでしょう。まずはかかりつけ医にご相談ください。

例えば、お腹がすいてグーっと痛くなったり、辛いキムチを食べた後などに胸が焼けるのであればまず心臓ではないでしょう。また、ストレスがあって考えあぐねて胸が苦しい、悲しくてぐっと胸が痛くなるような場合は、美味しいものを食べてゆっくり休みましょう。それで解決されるなら、心配ありません。

胸の奥が痛い、みぞおちが痛い、激しく痛い、焼けるように痛い、重く痛い、胸が締め付けられる、圧迫される、心臓がつかまれているような感じの痛みは、その症状だけでは判断が難しいです。このような時は、明日などと言わず、可能な限りすぐにかかりつけ医に相談するか病院を受診して下さい。場合によっては救急車を呼んで下さい。特に、胸の痛みが喉から顎の方に広がる、



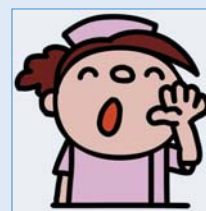
もしくは歯が浮くような感じになる、胸と同時に背中や左肩も痛い、冷や汗が出る、少し動くだけでも息が苦しい場合などは、要注意です。なるべく急いで、そして救急車で病院にいらして下さい。救急車を呼ぶこと



に気が引けて自家用車で来られる方がいますが、病院に向かっている途中で心臓が止まってしまうことがあり、危ないのです。「大騒ぎしてしまっただけど大丈夫だった。」のならば大いに結構ではありませんか。

そして、「胸が痛い」と感じる中で、一刻を争う心臓の病気がわれわれ集中治療室（ICU & CCU）の宿敵です。北総地区を中心に、患者様を救命するため、体力と根性、そして愛情を持って日夜を問わず励んでおりますので、安心してご来院ください。もちろん、「胸が痛い」病気とは縁が無いのに越したことはありませんが、

そして、「胸が痛い」と感じる中で、一刻を争う心臓の病気がわれわれ集中治療室（ICU & CCU）の宿敵です。北総地区を中心に、患者様を救命するため、体力と根性、そして愛情を持って日夜を問わず励んでおりますので、安心してご来院ください。もちろん、「胸が痛い」病気とは縁が無いのに越したことはありませんが、





病気の  
話

口からうまく食べられない!?

## 摂食・嚥下障害(せっしょく・えんげしょうがい)とは

摂食・嚥下障害看護認定看護師 篠田 朋美  
(しのだ ともみ)

私たちにとって「食べる」こととはどういうことでしょうか?あまりに日常的なことであらためて考えたことがない人も多いと思います。

「食べる」という行為は、栄養を体に取り入れ生命を維持することや、活動するためのエネルギーを得ることだけでなく、食べる楽しみや人との交流を楽しむといった、人間らしく生きるために大切なことです。

そのような大切な行為である、食べることが、なんらかの原因で、うまくできなくなってしまう障害を、「摂食・嚥下障害(せっしょく・えんげしょうがい)」といいます。

この障害があると、「安全に美味しく食べる」ことは難しくなり、のどに食べ物がつまって呼吸が困難になったり、肺炎を起こしたりすることがあります。

原因はさまざまですが、脳梗塞などの脳血管障害、パーキンソン病などの神経の病気、口や首周囲のがん、薬の副作用などによる口腔乾燥、単なる老化によっても障害されることがあります。まずは、原因となっている病気の治療が必要となります。

ではどのような症状があると、摂食・嚥下障害のうたがいがあるのでしょうか?うたがいがあるいくつかの症状をあげてみました。

1. 物が飲み込みにくいと感じることがある。
2. 食事中にむせることがある。

3. 食事中や食後、それ以外のときにものどがゴロゴロ(たんがからんだ感じ)することがある。
4. のどに食べ物が残る感じや、胸につまった感じがする。
5. 硬いものが食べにくくなった。
6. 口から食べ物がこぼれることがある。
7. 口の中に食べ物が残ることがある。
8. 食べ物や酸っぱい液が胃からのどに戻ってくることがある。
9. 夜、せきで寝られなかったり、目覚めてしまうことがある。
10. 最近やせてきた。

このような症状がある場合、摂食・嚥下障害のうたがいがありますので、医師にご相談ください。私は、このような障害のある患者様に対して、適切な食事形態や食事の仕方などについてアドバイスをさせていただいています。

「食べる」ことは、私たちにとってかけがいのない大切な行為ですが、1つ間違えば窒息や肺炎などの命の危険もあります。また、高齢者の方は、口腔やのどの機能が低下したり、予備力の低下から、食べたり飲んだりすることを安全にできない場合が多くみられます。特に、ご高齢の方やそのご家族の方は、普段の食事の場面などで、心配な症状がないか確認していただきたいと思います。



## お金の話

## 医療費控除について

医療連携室（医療福祉相談室）ソーシャルワーカー 青戸 美穂  
（あおと みほ）

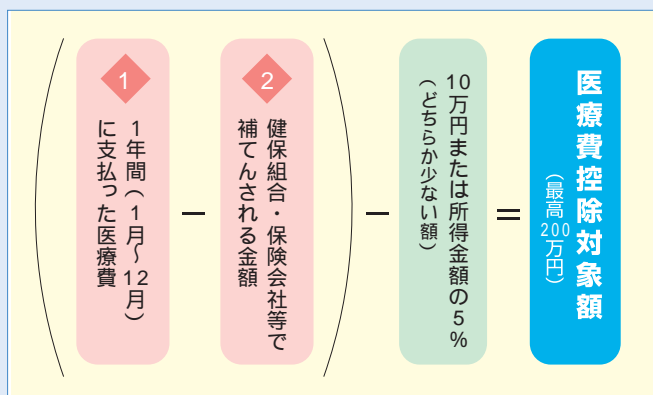
病気や障害を負うと、健康なときにはなかったような心配ごとがいろいろ起こってくる場合があります。医療費や生活費などお金のことから始めて、仕事のこと、就学のこと、退院後の生活のこと。または家庭内での役割分担の調整や、治療に対する心配事等、数え上げればきりがありません。

ソーシャルワーカーは患者さんやご家族が抱えられている心配事についての相談をお受けし、社会福祉の立場から専門的な知識や技術を用いて、よりよい解決の糸口を見出していくお手伝いをするのが仕事です。

これから年末年始に向けての準備と共に、サラリーマンの方には源泉徴収票が届く時期でもあります。サラリーマン以外の方でも今年度末の確定申告に慌てないためにも、今回は医療費控除について触れていきたいと思います。

## 【医療費控除とは】

自分自身や家族のために支払った医療費自己負担額の総額が10万を超えた場合、（または所得金額200万未満の場合は、所得金額の5%を超えた場合）一定の金額の所得控除を受けることができます。医療費控除は、所得金額から一定の金額を差し引くもので、控除を受けた金額に応じた所得税が軽減されます。



その年の1月1日から12月31日までに支払った医療費であること  
健康保険で支給される高額療養費・出産育児一時金、移送費など（傷病手当金・出産手当金は除きます）、生命保険契約等で支給される医療保険金・入院給付金（休業補償金、所得補償保険に基づく保険金は除きます。）

【医療費控除の対象】※詳しくは管轄の税務署へご確認ください。

- ・医師、歯科医師による診察費・治療費
- ・治療・療養のための医療品の購入費
- ・病院、診療所、介護老人保健施設、指定介護老人福祉施設、助産所の入院・入所費
- ・治療の為のあんま、マッサージ、指圧、はり、きゅう等の施術費
- ・看護師等による療養上の世話の費用
- ・助産師による分娩の介助料
- ・介護保険制度のサービスを利用した費用



以下の費用で診察や治療を受けるために直接必要な費用（領収書などは捨てずに保管しておきましょう。）

- ・通院治療にかかる電車・バス・タクシー等の交通費  
※小さなお子さんの通院に付き添う場合の交通費も控除の対象になります。
- ※自家用車で通院する場合のガソリン代や駐車料金は含まれません。
- ・入院時の差額ベッド代・食事負担金
- ・コルセット等の医療用器具の購入代やレンタル料・義手、義足、松葉杖、補聴器、義歯等の購入費  
※装具の証明が必要です。
- ・6か月以上寝たきりの人のおむつ代／ストマ用装具  
※医師による使用証明が必要です。

## 【医療費控除を受けるための手続及び持ち物】

医療費控除に関する事項を記載した確定申告書と印鑑を持って管轄の税務署へ提出してください。

その際、医療費の支出を証明する書類、例えば領収書などについては、確定申告書に添付するか、提示してください。また、給与所得のある方は、このほかに給与所得の源泉徴収票（原本）も付けてください。

ソーシャルワーカーへのご相談は原則予約制です。  
ご希望の方は事前に当院代表電話までお電話下さい。

## 医事課だより

解説  
します!

## 「医療費控除」について

## Q 「医療費控除」とは

医療費控除とは、自分や家族の医療費の支払いで一定以上の金額を支払ったときに所得控除を受けることができる制度のことです。

## Q 「医療費控除の対象となる医療費」とは

- (1) 自分又は同居の家族のために支払った医療費であること。
- (2) その年の1月1日から12月31日までの間に支払った医療費であること。

## Q 医療費控除の対象となる金額

医療費控除の対象となる金額は、次の式で計算した金額（最高で200万円）です。

（実際に支払った医療費の合計額 - (1) の金額） - (2) の金額

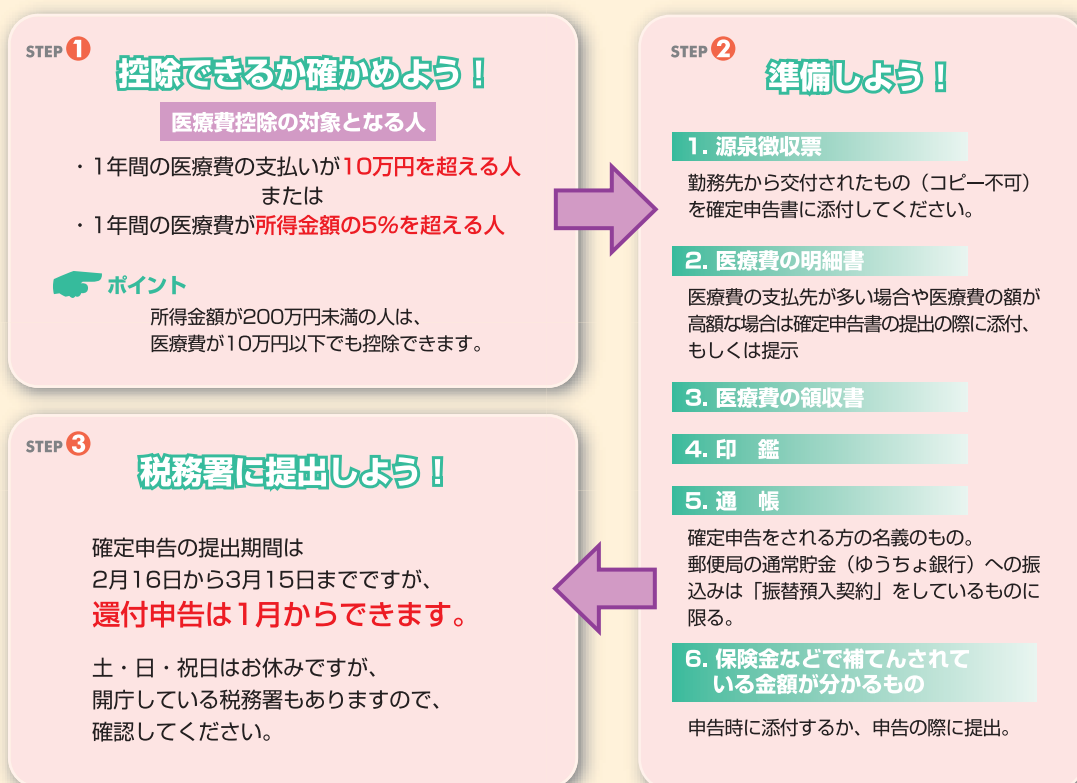
- (1) 保険金などで補てんされる金額  
(例) 生命保険契約などで支給される入院費給付金や健康保険などで支給される高額療養費・家族療養費・出産育児一時金など  
(注) 保険金などで補てんされる金額は、その給付の目的となった医療費の金額を限度として差し引きますので、引ききれない金額が生じた場合であっても他の医療費からは差し引けません。
- (2) 10万円  
(注) その年の総所得金額等が200万円未満の人は、総所得金額等5%の金額

## Q 入院に伴う一般的な費用が医療費控除の対象となるかの判断

- (1) 入院に際し寝巻きや洗面具などの身の回り品を購入することがありますが、これは医療費控除の対象になりません。
- (2) 医師や看護師に対するお礼は、診療などの対価ではありませんから医療費控除の対象になりません。
- (3) 個室に入院したときなどの差額ベッドの料金は、医師の診療、治療を受けるために通常必要な費用かどうかで判断します。本人や家族の都合だけで個室にしたときは医療費控除の対象になりません。

- (4) 付添人を頼んだときの付添料は、療養上の世話を受けるための費用として医療費控除の対象となります。所定の料金以外の心付けなどは除かれます。また、親族などに付添料の名目でお金を支払っても控除の対象になりません。
- (5) 入院中は病院で支給される食事を摂ることになります。これは、入院代に含まれますので医療費控除の対象になります。しかし、病院の食事が気に入らず、他から出前を取ったり外食したもののまでは、控除の対象にはなりません。

## Q 医療費控除の流れ



### 【お問い合わせ先】

**成田税務署** 〒286-8501 千葉県成田市加良部1丁目15番地  
TEL **0476-28-5151**（代表）

（交通機関） \* JR成田線成田駅( Narita )徒歩15分  
\* 京成線京成成田駅( Keiseinarita )徒歩20分

（管轄区域） 成田市、佐倉市、四街道市、八街市、印西市、白井市、富里市、  
印旛郡( 酒々井町、印旛村、本埜村、栄町 )

土曜日、日曜日、祝日及び年末年始（12/29～1/3）は執務を行っておりません。  
税務署の開庁時間は、月曜日から金曜日の午前8時30分から午後5時までです。



## 患者様の声

「ご意見箱」に寄せられた患者様のご意見と病院としての改善例についてご案内致します。

1

かぜやインフルエンザが蔓延しやすい時期となりましたが 院内でうがい等出来るところはありますか？

急に寒くなりかぜやインフルエンザが多くなる季節となりました。当院でも患者さまに注意喚起をさせて頂いているところです。その一環として総合外来1の前と1階エレベーター前女性用トイレ内にうがい器をまた、ロビー内にマスクの販売器を設置しておりますので、併せてご利用ください。



マスクの販売機

2

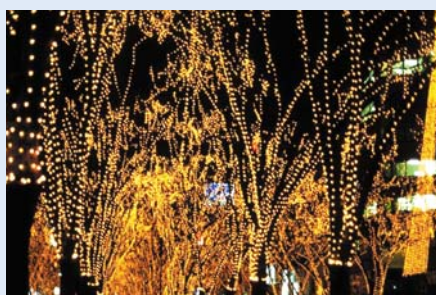
ホームページのバスの時刻表を確認したところ、古いままでした。

ご意見ありがとうございました。今後は、時刻表改定があった場合には、最新の情報をご提供できるよう対応いたします。

3

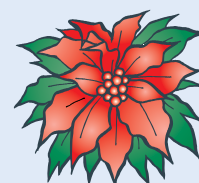
食事の摂取量に制限がある者ですが、院内のコーヒーショップの軽食等にカロリー表示がなく困っています。

ご意見有難うございました。早速、軽食（サンドイッチ）等にはカロリー表示を付けさせていただきました。また、レストランでは、塩分も併せて表示させていただいておりますので是非ご利用ください。



本誌についてのご意見は、ご意見箱にお入れ頂くか、下記までお寄せ下さい。

日本医科大学千葉北総病院 庶務課  
〒270-1694 千葉県印旛郡印旛村鎌苅1715  
電話0476-99-1111/FAX 0476-99-1911



編

集

後

記

医療崩壊、救急医療崩壊などの言葉がマスコミを賑わせています。日本医大千葉北総病院はドクターヘリが飛んだり、テレビに出たりしていますが、やはり医師、看護師、薬剤師、検査技師、事務員等々、どれもギリギリの人数で運営しています。でも、何とか地域の皆様にご迷惑がかからないように頑張り続けたいと思います。 (広報委員会)