

外来診療のご案内					
令和8年7月現在					
受診については、原則予約制となっています。電話で予約をお願いします ☎0995-22-8511					
診療科	月	火	水	木	金
内 科	村尾 理子	村尾 理子	村尾 理子	村尾 理子	村尾 理子
	中村 優花	中村 優花	中村 優花	中村 優花	中村 優花
	永里 果歩	永里 果歩	永里 果歩	永里 果歩	永里 果歩
	リウマチ・膠原病外来（終日）			駿河 幸男	
	糖尿病外来（午前）		福重 恵利子		
	肝臓外来（終日）		長谷川 将 （第2・4週）		
	生体腎臓病予防検診	当日担当医	当日担当医	当日担当医	当日担当医
	人間ドック			中塩屋 二郎	
呼吸器内科	中塩屋 二郎 小園 智樹	中塩屋 二郎 小園 智樹 田中 修也	中塩屋 二郎 小園 智樹 田中 修也	中塩屋 二郎 小園 智樹	中塩屋 二郎 小園 智樹 田中 修也
呼吸器外科（午前）		田畑 圭佑			
形成外科 NEW			山口 龍之介 （第1・3・5週）		
循環器内科		桑水流 康太			桑水流 康太
脳神経内科	午前	有村 仁志	有村 仁志	有村 仁志	有村 仁志
	午後	有村 仁志	もの忘れ認知症外来	脳ドック	
脳神経外科					永野 祐志 牧野 隆太郎 （第2・4週）
小児科	水流 尚志	水流 尚志	水流 尚志	水流 尚志	水流 尚志
	別府 史朗	別府 史朗	別府 史朗	別府 史朗	別府 史朗
	田中 里香	田中 里香	田中 里香	田中 里香	田中 里香
	検診・予防検診		13時30分～15時		
	循環器外来（午後）				上野 健太郎 高橋 宜宏 （第4週）
放射線科（読影のみ）		名ヶ迫 強			山岸 良司
腹部エコー	午前	検査部		検査部	
心エコー		検査部			検査部 （第4週・午後小児科）
頸部エコー			放射線部 （ドック専用）		有村 仁志 第3週は不可
シンチ	終日	骨シンチ他	骨シンチ他	腫瘍シンチ/骨シンチ	骨シンチ他
内視鏡	午前／上部消化管		重田 浩一朗 舩黒 薫 （第2・4週）	板山 雄亮	
	午後／下部消化管			板山 雄亮	
気管支鏡	午後		小園 智樹		
CT・MRI	終日	終日	終日	終日	終日
栄養相談（9:30～15:00）	栄養管理室	栄養管理室	栄養管理室	栄養管理室	栄養管理室

鹿児島県立北薩病院

〒895-2526
鹿児島県伊佐市大口宮人502-4

TEL : 0995-22-8511
FAX : 0995-22-6785
0995-22-9397（地域医療連携室）
Mail : hok-hos@pref.kagoshima.lg.jp

お知らせ

☆4月から循環器内科外来を再開しています。
（毎週火・金曜日）

☆4月から形成外科を新設しています。
（毎週第1・3・5水曜日）

☆内科（総合診療科）の完全予約制を廃止しています。



さざんか

R8.7月号
No.226
県立北薩病院だより

静かに広がる人類の脅威 薬剤耐性菌

朝の通勤途中、強い日差しの中にもどこか柔らかな夏の気配が漂い、青々とした田畑の向こうには、かすんだ山並みがゆらめいて見えます。湿った空気が肌にまとわりつき、季節が本格的な夏へと移り変わっていくのを感じる頃となりました。

暖かさが増し、湿気を含んだ空気が体にまとわりつくこの時期でも、風邪の症状を訴える患者さんは多いです。診察の終わりに、「念のため、抗生剤もください」と安心を求めて口にする方も少なくありません。しかし今、そんな抗生剤が効かなくなる「耐性菌」という見えない脅威が、静かに広がりつつあります。高齢化の進む伊佐地域では、感染症の重症化リスクが高く、地域医療にとっても重要な課題です。

この特集では、耐性菌がなぜ注目されているのか、そして私たちが地域でできる対策についてご紹介します。夏の始まりのこの時期、未来の医療を守る第一歩として、まずは「知ること」から始めてみませんか。

1. 奇跡のくすり 抗生剤

かつて、感染症は人類にとって命を脅かす最大の脅威でした。肺炎、結核、破傷風などの伝染病は、ほんの100年前までは「死の宣告」と言われるほどのものでした。

そんな時代に登場したのが、抗生剤ペニシリンです。1928年、アレクサンダー・フレミングによって発見されたペニシリンは、伝染病をあっという間に治し、多くの人々の命を救い、「奇跡のくすり」と呼ばれるようになりました。

2. 奇跡の影に

ペニシリンの発見以降、次々に抗生剤が誕生し、医療に限らず畜産業や農業の分野など幅広く使用されるようになりました。しかし、普及されるに伴って、抗生剤が効かない感染症が現れるようになりました。耐性菌の登場です。耐性菌はその身体の作りを変えるなどして抗生剤から生き抜く術を獲得します。そして、新しい抗生剤が開発されるたびに、その抗生剤に対する耐性を獲得してきています。中には、多く抗生剤に耐性を獲得した多剤耐性菌というもの出て来始めました。

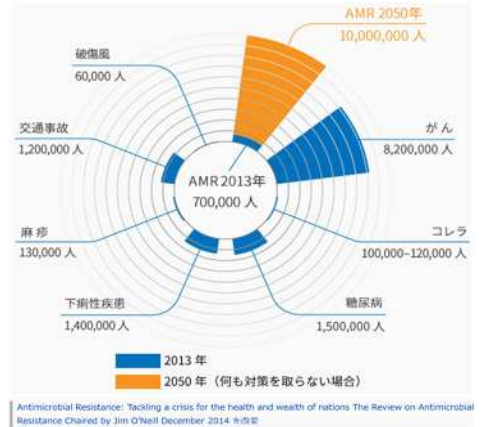
3. 人類の最大の脅威の一つ「耐性菌」

世界保健機関（WHO）は、最も深刻な人類の脅威の一つとして、「耐性菌」を取り上げています。

世界では毎年、約127万人が耐性菌に関わる感染

症によって死亡していると言われ、2050年には、死亡者数が1000万人を超え、がんによる死亡者数を上回ると予想されています。

耐性菌は、治療困難な感染症を増やし、医療だけでなく、経済や社会に対して広く影響を及ぼします。例えば、今まで安全だった手術や治療、出産のリスクが上昇したり、治療可能だった感染症が致命的な感染症になったり、治療期間が延びることで、医療費が増えたり、治療が効かず死亡率が上昇したり、などが挙げられます。耐性菌が広まると人類は脅威に曝されます。



4. 耐性菌を導く人たち

耐性菌は、抗生剤に対して身体の作りを変えることで抗生剤から生き抜くとお話しました。では、なぜこのような現象が起きてしまったのでしょうか。それは、今日までに報告された多くの研究成果によって明らかにされてきており、その最大の理由の一つに、『抗生剤の不適切な使用』が挙げられます。不適切な使用とは、「抗生剤が不要な症状に対して、抗生剤を使用する」、「抗生剤の量が多い、もしくは少ない」、「抗生剤の使用期間が長い、もしくは短い」といったものがあります。

みなさんは、風邪の症状に「抗生剤をください」と言ったり、他者に抗生剤をもらったり・あげたり、症状が良くなったから残りは保険にもっておく、残っていた抗生剤を飲む、などの経験はないですか？これらは、先ほどお話しした不適切な使用に当てはまり、耐性菌の出現を強く後押しする人になります。

★薬を飲むタイミングについて★

薬を飲む時間に迷った経験はありませんか？
服用の目安を右の表に示してみました。

薬を服用するタイミングを守ることで、薬の効果を十分に引き出すことができます。

また、副作用を回避することができますので用法を守ってお飲みください。

コップ一杯くらいの水かぬるま湯で飲みましょう。

5. 耐性菌を防ぐために

耐性菌を防ぐには、正しい知識と行動が重要です。その一つが「適切な抗生剤の使用」です。私たち北薩病院では、定期的に近隣の医療施設と共同でカンファレンスを実施し、適切な抗生剤使用を推進しています。しかし、それだけでは不十分です。そこに加えて、みなさんの協力が必要不可欠です。

ここ、伊佐地域が丸となって、次に挙げている私たちにできることを実践して、耐性菌と向き合ってください。

【私たちにできること】

- ・ 抗生剤は医師が必要と判断した時に使用する。
- ・ 処方された薬は最後まで服用する。
- ・ 自己判断で抗生剤を使用しない。
- ・ 手洗い・うがいを習慣化し、予防接種を受けるなど、感染予防を徹底する。

服用時間の目安

- ①起床時：朝起きてすぐ
- ②食前：食事のおよそ30分前
- ③食直前：食事のすぐ前（5分前）
- ④食直後：食事のすぐ後（5分以内）
- ⑤食後：食事の後30分以内
- ⑥食間：食事のおよそ2時間後
- ⑦就寝前：寝る30分くらい前
- ⑧就寝直前：飲んだらすぐに布団にはいる
- ⑨とんぶく：症状が出たときに飲む



アレルギーの講座を行いました！



令和8年6月24日（水）、伊佐市大口子育て支援センタービジネスで、当院の別府医師がこどものアレルギーに関する講座を行いました。

当日は約10名の方にお越しいただき、こどものアレルギーへの対策や、薬（軟膏やステロイド剤）との付き合い方について学習しました。

講座後の質疑応答では多くの方からご質問をいただき、大盛況となりました。

今後も講座の開催を予定していますのでぜひご参加ください。

災害時の食事について

地震や台風など、いつ起こるか分からない災害。災害が発生すると、ライフライン（電気・ガス・水道）が使えなくなることがあります。非常時こそ「食事」が心と体の健康を支えます。今回は、災害時に知っておきたい食事についてご紹介します♪

● 災害時に必要な栄養素とは？

災害時は、限られた食材・環境の中でも、エネルギー・たんぱく質・水分・塩分の確保が大切です。

- ・ **エネルギー**：体力維持に必要。ごはん、パン、ビスケットなど
- ・ **たんぱく質**：筋肉や免疫維持に必要。魚、肉、豆腐、チーズ、ゆで卵など
- ・ **水分・塩分**：脱水予防に。水、経口補水液、味噌汁、梅干しなど

● 「ローリングストック」で無理なく備蓄！

買い置きしていた非常食も、気付いたら賞味期限が切れていた…という経験はありませんか？そんなときに便利なのが「ローリングストック」。非常用ではなく普段の食品を常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法です♪

期限がわかりやすいように古いものを手前に置いて、大きな字で期限を書いておきましょう！

● 家族構成を考慮した食品も用意しましょう！

乳幼児や高齢者、食物アレルギーのある方については、行政やボランティアの方が準備する備蓄食品だけでは必要な栄養を確保することが困難な場合があります。家族の状況に合った食品を選定し、備えておきましょう！



※ 1人あたり **3日～1週間分**の備蓄が理想です。

インフルエンザワクチン・コロナワクチン接種のお知らせ

令和8年7月1日（水）からインフルエンザワクチン・コロナワクチン接種の予約を開始しました。

「完全予約制」となりますので、接種を希望される方は、事前予約をお願いします。

ワクチン種別	接種可能期間
インフルエンザワクチン	令和8年10月2日（金）～令和9年1月29日（金）
新型コロナワクチン	未定

【接種曜日】月・金曜日 ※当院かかりつけの場合は、受診予定日に合わせて月・金曜日以外も予約できます。

【接種時間】午後2時～3時（受付：午後1時30分～）

＜お問合せ・ご予約＞

☎ 0995-22-8511（電話予約時間：午後1時～4時）

