



公立芽室病院 第55号

だより

ホームページアドレス
http://memuro.com
又は芽室町ホームページのトップページから
アクセスできます。



赤ちゃんに やさしい 病院認定

Baby Friendly Hospital



ピカソデッサンの「母子像」が描かれたBFH認定書

8月東京で、約1,200名の多職種(医師、助産師、看護師、薬剤師、管理栄養士、会社員、学生、母親など)の方の参加のもと第15回母乳育児シンポジウムが開催され、当院の母乳育児の取り組みについての発表と、「赤ちゃんにやさしい病院」の認定授与式がありました。



認定授与式の様子

日本母乳の会はユニセフより日本における Baby Friendly Hospital (BFH: 赤ちゃんにやさしい病院) の認定審査業務を委嘱され、その審査を行い、ユニセフに申請する事業を行っています。

当院では1997年から完全母子同室を始め、BFHを目指しスタッフ一同勉強会を重ね、2004年からは「BFH導入検討委員会」を設置し病院の取り組みとしての活動となり、この取り組みが認められ、この度のシンポジウムで認定を授与することができました。今年には新たに3施設が認定を受け、全国で43施設となりました。認定証にはピカソデッサンの「母子像」が描かれています。

当院の取り組みとしては、母乳育児を通してお母さんと赤ちゃんの絆が深まることを願い、妊娠中には母乳の利点、乳房の手入れ、授乳方法の説明、バースプランの作成、出産直後にはカンガルーケアを行い早期に授乳できるように援助し、分娩直後から母子同床を勧めています。退院後は2週間健診、母乳育児外来を通して様々な不安の軽減につとめ自信を持って母乳育児が継続できるように援助します。育児サークル「めむろ☆はぐ Hug の会」ではテーマに沿ってお話させていただき、お母さん方との交流を大切にしています。今後もさらにお母さんと赤ちゃんに育児のスタートをやさしくお手伝いし、十勝の中で、楽しく子育てができるような地域社会を目指して、活動の輪を広げていきたいと考えています。

「赤ちゃんにやさしい病院」認定にあたり記念講演会をします。母乳育児について多くの方にご理解をいただけますように是非ご参加お願いいたします。

BFH認定記念講演

- 日 時: 2006年10月14日(土)
開場 13:00 開始 13:30
- 場 所: 芽室町中央公民館 2階講堂
- 入場料: 無料
- 講 師: 山内 芳忠 先生
(日本母乳の会運営委員長・国立病院機構岡山医療センター小児科医)
テーマ「母乳育児: 母子から家庭、地域そして社会へのメッセージ」
- 永山 美千子 先生
(日本母乳の会運営委員・フリージャーナリスト)
テーマ「子育て力をつくる母乳育児、そして話しかけ子育て」
- 主 催: 公立芽室病院(芽室町)
- 後 援: 日本母乳の会



麻疹・風疹ワクチン、 定期予防接種スケジュールの改正について

小児科医長 住谷 晋

麻疹と風疹の定期予防接種が今年になって変わりました。2006年4月1日から麻疹・風疹混合ワクチンが採用され、第1期(1歳児)、第2期(5歳以上7歳未満で小学校入学前1年間の者)の年齢で麻疹・風疹混合ワクチンのみが定期接種の対象とされました。第2期は今年の1歳児が5歳になった時点で対象になるとされていました。ところが、6月2日にふたたび政省令の改正が公布され、麻疹(単独)ワクチン、風疹(単独)ワクチンが定期接種として使用可能なワクチンに戻され、さらに来年小学校に入学する予定の児に対する第2期の麻疹・風疹混合ワクチン接種が開始されました。

今回の改正の背景には、WHOが日本を含む西太平洋地域における麻疹の排除を2012年と設定したこと、日本における麻疹や風疹の予防接種率が低く、いまだに流行が続き、麻疹による死亡や先天性風疹症候群が発生していること、また外国に感染患者が流失し麻疹輸出国といわれ非難されていることなどがあげられます。

2回接種する意味は①1回の接種ではうまく免疫がつかない率が5~10%あること、②弱毒ワクチンのため、自然罹患に比べて抗体のつきが弱く、麻疹、風疹の患者さんとの接触がなくなると免疫が下がる一方になり発病を阻止できないレベルまで低下することが考えられ、2回接種することでこれらの問題を解決しようということです。すでにアメリカでは10年以上前からMMR(麻疹・おたふくかぜ・風疹の混合)ワクチンを2回接種し、これらの疾患の排除に成功しています。

芽室町では2歳までに麻疹、風疹のワクチンを受けていなかった7歳6か月未満の児は平成19年3月までは麻疹、風疹の単独ワクチンを無料で受けることができます。この機会を逃さず受けるようにしてください。

また、予防接種について分からないことは当院小児科外来または保健福祉課保健推進係へお問い合わせください。

メタボリックシンドローム vol.4

管理栄養士 楡木由美子

運動を心がけ食事に気をつけるようになった二人ですが、開始から半年経ちましたが目立った数値の変化が見られなくなりました。これは減らした食事や運動に体が慣れてしまったからです。今の状態が数か月続き運動をしっかりとすると、体脂肪が減り、筋肉が増えてきます。

しかし40代以降は脂肪より筋肉の方が落ちやすくなるので、運動を怠けると肝心の体脂肪を減らすことができません。

長いスタンスで体重減を目指していますので、今一度目指す数値を掲げ、それを目標に食事を見直し、運動のチェックをしましょう。

体重や血液検査は、計っていればよいというものではなく、計ることで自分の体を見つめなおす。そして自分なりの成功パターンを見つけ出すことがポイントです。



健診で「肥満」「高脂血症」「高血糖」を指摘される人は多い。食事と運動の調節で健康な体を取り戻せないか。医師・栄養士の指導を受けながら二人がどのように変化していくかを追う。

Aさん(54歳♂)			Bさん(45歳♀)		
3月	7月	9月	3月	7月	9月
161	119	124	96	92	***
5.4	5.4	5.4	4.3	***	***
213	204	***	252	236	250
83	82	***	372	161	175
56	56	***	60	71	70
98	92.5	92	77	74	74
85	83	83	55	53	***
28.4	27.7	27.7	20.9	20.2	20.2