

みどりヶ丘訪問看護

ステーションニュース



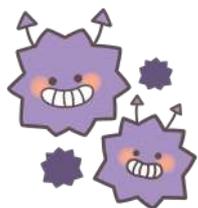
- コロナとインフル
- 満足度調査締切
- 花粉症
- おれんじすまいる通信

28号



社会医療法人 祐生会
みどりヶ丘訪問看護ステーション

コロナとインフル



2月に入って、全国的に新型コロナウイルス感染症とインフルエンザが増加していましたが、下旬になって減少傾向となり、共にピークは過ぎたと考えられています。大阪でも1月末から2月初めにかけてがピークでしたが徐々に下がっています。

しかし、新型コロナウイルスについては**80歳以上の入院患者が増えて**おり、感染者数が減少していても安心できる状態とは言えないようです。

インフルエンザは、例年のシーズンのように先行してA型が広まり、B型に置き換わって減少傾向に転じていく流れをたどっているようですが、今シ-

ズンは新型コロナウイルスが同時流行していることもあり、このままの推移かどうかは分からないためしばらくは注意が必要なようです。**昨年A型に罹患した人でも今年B型にかかることもあります。**大阪でも**注意報レベル**になっていますのでしっかり予防しましょう。

テレビなどと言われることが減り他人ごとに思いがちですが、**まだまだ流行は続いています!**しばらくは**手洗い**や**換気などの予防策**をしっかりと行って欲しいと思います。また、体調が悪いときは自宅で療養し、高齢の方や症状が長引いている人は早めに受診してほしいと思います。



みんなで予防
インフルエンザ

マメゾウくん
マスク
ティッシュ・ハンカチ、
そでなどで鼻と口を
おおきましょう。

マメゾウくんの咳エチケットと
コマメちゃんの手洗いを
お手本にしてや!

咳エチケット
マスク、
ティッシュ・ハンカチ、
そでなどで鼻と口を
おおきましょう。

コマメちゃん
手洗い
指先、指の間、親指、手首は
特に注意して手洗いをしましょう。

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

インフルエンザに関する情報
今季 インフルエンザ
ホームページの最新情報は、厚生労働省のホームページで
ご確認ください。

【インフルエンザ予防】
http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/inkaku/syokusanhou/dl/infkaku/infkaku_01_000_0001.pdf
このポスターはCC0ライセンス、一部改訂済みです。 2017年10月作成

厚生労働省HPより ご当地キャラコラボ版

「満足度調査について」

1月にお渡ししました「満足度調査票」ですが、まだお手元にありましたら記載をお願いいたします。記載したものは担当のスタッフへお渡し頂けたらと思います。 よろしくをお願いいたします。



え〜い、この！ 黄色い悪魔めっ！！ (>_<)

今年も時期が来てしまいました…。「黄色い悪魔」こと花粉です。今年の近畿は「やや多い」だそう…。スギ花粉のピークは3月上旬～中旬、ヒノキ花粉は3月下旬～4月上旬とのことですが、そこはピークなだけで、アナタたちずっと飛んでますよね???



もちろん春だけでなく秋にも花粉症が出る方もおられると思います。本当に大変だと思います！！花粉症に罹患している日本人は全人口の約42%（自己申告）。おおよそ2.3人に1人は花粉症ということになります。トホホ。

今や花粉症は社会問題。政府も出張ってくる重要対策対象の一つです。30年後には花粉の発生量を半減させるとのことですが、30年後ですか…。

特に40歳以上に多いのですが、それは戦後復興の為に成長速度の速いスギをいっぱい植えたところ、何十年もたってからしか出ない花粉が30年を過ぎて一気に「ぶばあっ」と花粉を飛ばすようになったことが発端であり、国土の狭い日本は森林との距離が近いため、あれよあれよという間に罹患者が増えたようです



ところで、アレルギー反応が強く出ている時、**普段はどうもないのに何かを食べたら口の中がイガイガしたり、のどがむずかゆくなったり唇が腫れてしまったり、**またそういう人を見たことはありませんか？

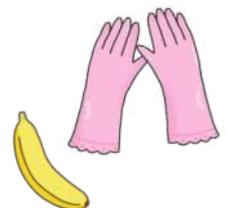
特定のフルーツや野菜を食べた時にそういった症状が見られたら、その時は「**交差反応**」という反応が出ています。

アレルギーの原因物質である「**アレルゲン**」にはタンパク質などが含まれますが、その構造がよく似ているもの同士では免疫細胞が**間違っ**て異物とみなし、**アレルギー症状を起こしてしま**うことがあります（表参照）。

花粉症の方で交差反応が出る割合はさほど高くないのですが、多くの場合はかゆみや腫れなどの症状で、**しばらくすると収まる**そうです。しかし原因となったものを食べ続けてしまうと、**血圧が低下してショック症状を引き起こす場合があります**ので、特に花粉症の時期は食べることを避けた方がいいでしょう。

花粉		交差反応を起こす可能性がある食べ物(アレルゲン)
カバノキ科	シラカンバ ハンノキ	リンゴ モモ キウイ サクランボ 西洋ナシ アーモンド セロリ ニンジン ピーナッツ 大豆 ジャガイモ など
ヒノキ科	スギ	トマト
イネ科	カモガヤ	キウイ オレンジ メロン スイカ ピーナッツ トマト など
キク科	ヨモギ	マンゴー ニンジン セロリ トマト ジャガイモ など
	ブタクサ	バナナ メロン スイカ キウイ ズッキーニ キュウリ など

食べ物同士（エビとカニと貝 モモとリンゴなど）や、**ゴム製品**（ゴム手袋等とバナナ・キウイ）、**ダニ**（ダニと甲殻類）などでも起こりますので、「あれっ？何かおかしい?!」と思ったら食べる事をやめ、**何を食べたかを確認し医師に相談**しましょう。



外出しなければやり過ごせると思いきや、食べ物にも異があったとは…！！ 私達の免疫の問題で、花粉にそんなつもりはないとわかっているにもかかわらずにはいられないのです…（涙）

おれんじすまいる通信

おれんじすまいる😊です。

今回はおれんじすまいるの活動について紹介します。

おれんじすまいるでは定期的にミーティングを実施し、知識を深めるとともにスタッフへの伝達講習や事例検討を実施しています。

2月は認知症の方への対応について事例検討をグループワークで行い、「こんなときあなたならどう対応するか？」を考え、全体で共有しました。短時間ではありましたが、様々な意見が飛び合い看護師目線とリハビリ目線での考え方が異なったりと新しい発見もあり、有意義な時間になりました。



対応方法は100点満点の完璧な答えはありません。その時その人に応じた対応が必要になるからです。基本は起きている現象には「必ず理由がある」ということ！！これを紐解きながら対応していくことが大切になります。

今後も定期的にこのような活動を実施していき、知識・対応力向上を目指して努力していきたいと思っています。

何か気になることがあれば、訪問スタッフやおれんじすまいるにお声かけください。

みどりヶ丘訪問看護ステーション 理念

「私たちは、看護・リハビリの
発想と技術を駆使し、
あなたが生活の場において
笑顔で過ごせるよう支援していきます」

社会医療法人 祐生会
みどりヶ丘訪問看護ステーション

〒569-1127 高槻市西真上1-35-17
Tel : 072-681-5605

❖編集後記❖

今年は暖冬ということでしたが、暖かい寒いが入り乱れてかなりしんどいですね(^_^;) 2月は1年で一番寒い時ではありますが、寒いなら寒い！で統一して欲しいところです…。

表紙のスイセンは事務所横の土手で撮りましたが写真、難しいですね…。グランドモナークというオランダからの品種の様です(多分)。スイセンって可憐ですよ…。皆さんからも表紙に載せたい写真や絵など、何でも寄せてもらえたらうれしいです。

久々にコロナとインフルエンザについて記載しました。インフルエンザは収束傾向かな？と感じるのですが、コロナは相変わらず私たちの周囲でも出続けています。今のコロナの型はとにかく感染しやすいそうなので、人の多いところへ行く時は、再度マスクと手洗いをよろしくお願いします m(_ _)m