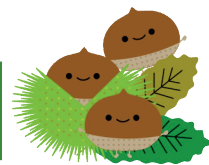


こ っ ぽ っ ぽ



平成30年 霜月号

秋も深まり冬の気配が感じられます



認知症ナビ



前回は、認知症は防ぎようのないことも事実で、認知症の正しい知識を持ち、偏見をなくし、地域で支えあうことが重要というお話でした。

今回は認知症の症状についてのお話です。まず病気が原因で起こる中核症状があります。認知症になるとまず始まるのが物忘れです。認知症の物忘れと老化による物忘れの違いは、体験自体を忘れてたり、時間や場所の認識が混乱して、日常生活に支障が出てしまうことです。新しい事が覚えられなくなりますが、昔の記憶や感情は比較的最後まで残ると言われています。また、時間や場所が分からなくなる、考えるのに時間がかかる、一度に色々なことが出来ないなどの症状です。次に行動・心理症状があります。道に迷って帰れない、トイレで失敗する、物盗られ妄想、イライラして大声を出したり、暴れたりする、うつ状態などです。これらの症状は本人の健康状態、周囲の人の接し方、環境の変化に伴って起こります。周囲の人が認知症を正しく理解し、適切に対応する事で和らげられる症状でもあります。困った事があれば、ご相談下さい。



咳エチケット
(マスク着用)

インフルエンザ予防をしましょう

ワクチン接種

手洗い



インフルエンザの流行時期が近づいてきました。しっかり予防対策を心がけていきましょう！！



都筑区医師会訪問看護ステーション	TEL 045-913-5181
都筑区医師会ヘルパーステーション	TEL 045-913-3577
都筑区医師会24時間在宅ケアステーション	TEL 045-913-3577
都筑区医師会居宅支援センター	TEL 045-910-6327
都筑区医師会福祉用具センター	TEL 045-911-6100
都筑区医師会ナーシングホーム	TEL 045-913-6321

看護・介護・福祉用具・24時間在宅ケア	居宅
FAX 045-911-6700	FAX 045-910-6506

☆☆パソコンから在宅事業部門の活動内容を見ることが出来ます。ぜひご覧下さい☆☆
http://www.tsuzuki-med.org/wp/center/zaitaku_features/
『ヨコハマつづき健康生活ナビ』の『在宅事業部門』からお入り下さい。

健康まめ知識



ノロウィルスの事、知っていますか??
 ノロウィルスは11月～3月の冬場を中心に発生する感染性胃腸炎の原因になるウィルスです。非常に感染力が強く、ごく少量のウィルスでも口から体内に入ると言われています。生の魚介類や感染者の嘔吐物から感染が広がり、感染後24～48時間で吐気・腹痛・下痢などの症状が現れます。早ければ2・3日で回復しますが、ウィルスが排出されるまで1週間程度かかるため症状がなくなっても注意が必要です。ノロウィルスの特徴は、多数の遺伝子型が存在するため、一度完治したから大丈夫とはいえません。家庭での対応としては、共有部分は清潔にし、ウィルスに強力に働く「次亜塩素酸水」で消毒しましょう。もし罹ってしまったら下痢止めは禁忌です。ウィルスを体外に出さないといけないので、脱水にならないよう水分をとりながら回復を待つのみです。また、栄養を摂ろうとすると胃腸に負担をかけるので、固形物は控えましょう。

わた知って!

濱崎さんからバトンを受けました看護師の濱田です。我が家には高校受験真っ最中の息子と猫2匹が居ます。毎月、模試の結果が出る度に数学とニラメッコしながら日々追われています。対照的な息子と猫達ですが猫のマイペースのお陰で癒されています。



日々の暮らしの中で心が和む時間は大切ななあとと思う今日この頃です。

次はケアマネジャーの牧野さんよろしく～

編集後記

11月！早いですね！今年もあと2ヶ月。時間が過ぎるのが早いと感じる今日このごろ。歳を重ねるごとに一年一年が本当に早くて、振り返る間もなく一年が過ぎていきます。だからこそ、その日1日を大切にしていきたいと思えます。



初めてのテーマは「フレイル」です！フレイルとは、高齢者が筋力や活動量が低下した状態（虚弱）を指し、健康と要介護状態の中間に位置づけられています。



病気や怪我がなかったにも関わらず、歩くのが遅くなった、体重が減った、出かける回数が減った、などがあればフレイルの可能性があります。重要なのは予防策や対応法になりますので、次回詳しく載せていきます(*^^*)

ワンポイント介護

ベッド上で洗髪をする時に前回紹介した洗淨ボトルが役に立つんです。シャワーのように髪の毛を濡らし洗い流す事が出来ます。お風呂のシャワーのような水圧とまではいきませんが、さっぱりと洗い流してあげるには十分です。タオルで拭くだけよりずっと、さっぱりすると思います。詳しい使い方は、また次回紹介したいと思います！！

ナーシングだより

10月は新規に登録をされた方が2名で登録者18名になりました。

ご登録者は、お泊りのご希望が多いため通いの方達が、横になってお休みいただく場所の確保も大変ななっています。しかし、職員一同、皆様にゆっくり寛いでいただき、ご迷惑をおかけしないように日々努めています。



ご意見、ご要望などは、いつでもご遠慮なく、ご連絡いただけますようお願い申し上げます。

913-5181 統括管理者 吉井