

広報ちゅんぎん



インフルエンザ

日本でインフルエンザは一般的に2～3月に流行します。これは、温度が低く乾燥した冬には、空気中に漂っているウイルスが長生きできるからです。また、乾燥した冷たい空気で私達の喉や鼻の粘膜が弱る事と、年末年始の人の移動でウイルスが全国的に広がるのも一つの原因だと言われています。これらの原因が重なって流行しやすい時期となっているので、これから年末にかけてインフルエンザ感染から身を守り、皆様が健康に生活出来るように、インフルエンザの症状・感染予防等についてお話しします。

インフルエンザの症状は急な高熱(38.0～)・頭痛関節痛・筋肉痛など全身症状が強いのが特徴です。また、感染性が非常に強くあつという間に人から人へ移り、広範囲で流行することや、症状が重症化しやすいことなどからも、予防策と発生した後の対応が重要になります。次に、インフルエンザ感染予防の心得として「手洗い・うがい」の衛生習慣を徹底して下さい。主な感染経路は、感染者のくしゃみ・咳によりウイルスが空气中に飛び散り、周囲の人がそれを吸い込むことで飛沫感染が起こります。これはマスクにより防ぐ事が出来ますが、飛び散ったウイルスが付着している物(手すりなどに触れ、手洗いをしないまま目・鼻・口などに無意識に手をもっていくこと)により、粘膜からウイルスが侵入し接触感染が起こります。よって、手洗い・うがいに飛沫・接触感染を予防する事が重要となります。

最後に、インフルエンザの一番の予防策はワクチンを接種して免疫力をつけておくことなので、流行する1～2ヶ月前に接種する事をお勧めします。特にインフルエンザに感染すると、重症化・合併症を引き起こす可能性が高い方々のハイリスク群(65歳以上の高齢者、妊娠8週以降の妊婦、慢性肺疾患(肺炎腫、気管支喘息、肺線維症、肺結核など)、心疾患(僧帽弁膜症・鬱血性心不全など)、腎疾患・慢性腎不全・血液透析患者・腎移植患者など)、代謝異常(糖尿病・アジソン病など)、免疫不全状態)に当てはまる人は、日頃から予防を心がけるだけでなく、重症化を防ぐためにも医師と相談のうえワクチンを接種することが望ましいと考えられます。

感染対策委員会 三浦敦子

嗜好調査結果

栄養課 管理栄養士 ブラウン章子

今回、患者さんの嗜好の把握と今後の献立作成の

参考のため、嗜好調査を行いました。

【方法】聞き取り調査

【期間】平成23年8月8日～8月22日

【対象】入院患者・通所リハビリ者

(男56名、女87名 平均年齢73歳)

【結果】メニュー、量、味付け、硬さ、温かさについては約8割の満足度が得られました。

【まとめ】

味付けについては、丁度良いが89%、薄い

8%でした。最初は薄いと感じたが、薄味になったという方が多くもいました。今後

も減塩食への理解を求めるとともに、減塩食の工夫に取り組んでいきます。

温かさについては、冷たいが10%、丁度良いが86%でした。配膳方法などを検討し、

より温かい食事

を提供できるよう努めていきたいと思えます。

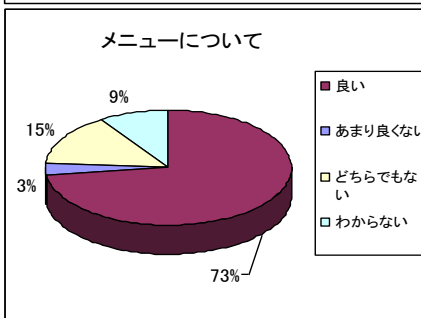
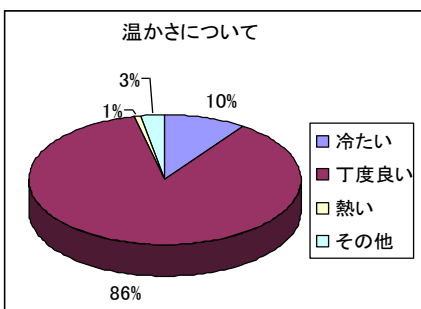
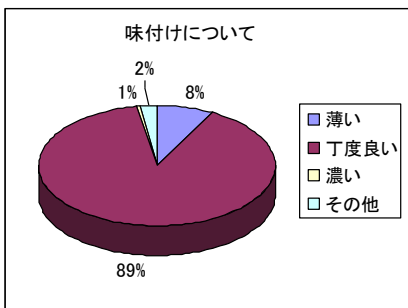
メニューについては、良いが76%、あまり良くないが3%でした。今後も栄養面を考

慮しメニューの再検討を行って行きたいと思えます。

今回、調査を行うことで様々な意見を伺う事ができました。すべてにお応えするこ

とは難しいですが、より満足して頂ける食事の提供が出来るよう日々努力し

いきます。調査へのご協力ありがとうございました。



褥瘡について

褥瘡をご存知ですか？

褥瘡とは床ずれとも呼ばれ、体重の集中する骨と寝具に挟まれた皮膚組織が圧迫され、血の流れが悪くなり皮膚やその下にある組織が死んでしまうことを言います。

私達は普段寝返りが出来ませんが、脳血管疾患、脊損などによるマヒの為に痛みなどの知覚が低下していることや、自力で体位変換ができないことで発生しやすくなります。

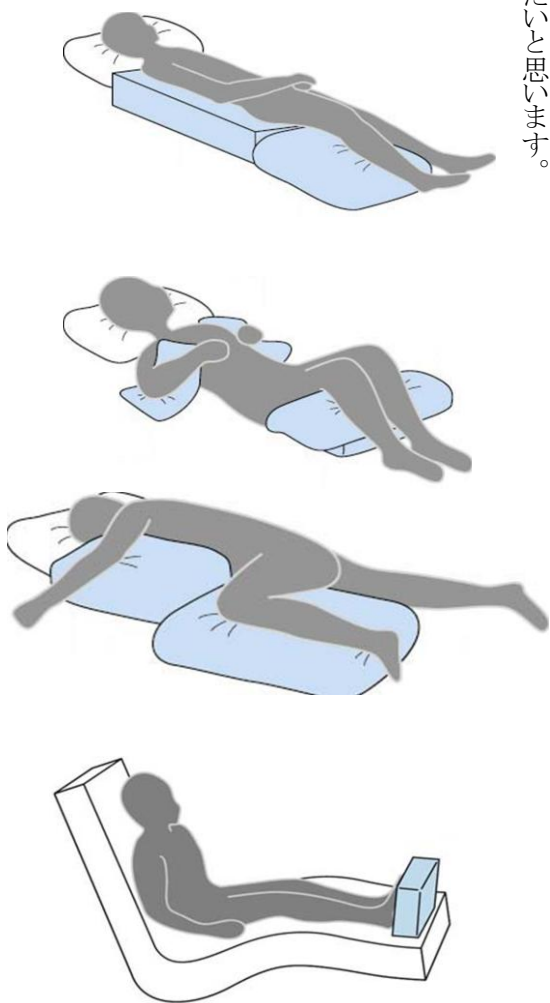
また、栄養状態の低下は体重減少を招くと同時に骨が突出し、さらに危険となります。長期間ベッドに寝ている患者様や車椅子を利用している患者様に多くみられます。

褥瘡委員は各病棟の褥瘡のある患者様手術後の創部がある患者様を回診し、行っている処置が適切かどうか、看護師の処置の手技確認、ポジショニングの検討、勉強会を行い知識の共有・向上を図っています。

褥瘡の好発部位は、仙骨（お尻の中心）、坐骨（座ったときにあたるお尻の両脇）、大転子部（横にあたる腰の部分）などです。一般的な治療は清潔を保つこと、除圧です。病棟では体圧分散用具（エアーマット、キュービークッションなど）の使用、時間毎の体位変換を行い、褥瘡予防に務めています。創が深くなったら軟膏の使用や外科的処置になります。

在宅療養の患者様で皮膚の赤みがひかない、傷が治りにくいなどの症状がありましたら、医療従事者に相談をお願いします。

早期発見、早期対応が大事です。今後も院内褥瘡0（ゼロ）を目指し、活動をしていきたいと思えます。



平成29年二月6日(日曜日)
午後2時～5時ちゅうざん祭り開催します。

外来リハビリテーションとは

在宅で機能障害や日常生活、職場復帰に支障を期待している方に理学・作業・言語聴覚士が、医師の指示のもとに社会復帰や、より充実した生活を送っていただくためのリハビリテーションを行っています。

当院外来では、訓練以外にも、高次脳機能評価、身障・年金手帳等の身体測定や自宅での自主訓練も指導しながら行っています。