

ざいたく 在宅の風

～在宅医療の新しいかたち～

第42号

平成30年3月発行

ご自由にお持ちください

ホームページへ
簡単アクセス♪



3月

猛威を振るったインフルエンザが下火になる春。
陽が伸び、日中は暖かくなる春は、心が浮き立ちます。
しかし、意外と病気をしやすい季節が春です。



春にかかりやすいとされてい
る風疹・麻疹

◎麻疹(はしか)

空気感染、飛沫感染、接触感染などどの方法でも発症するととても危険な病気です。

特徴は、発疹が現れて2日以内に、口腔粘膜に白い粘膜疹が現れることです。

病気の経過中が一番感染力が強く、その後一旦解熱傾向がみられるのですが、すぐに耳後部付近から発疹が現れ、さらに39℃以上の高熱がまた数日続きます。その後、顔面、身体、手足に広がって全身に広がり、数日をかけて色素沈着を残して回復へ向かいます

◎風疹(三日はしか)

特徴は38℃程度の発熱、目の充血、喉の炎症といった風邪のような症状とともに、小さな赤い発疹が全身に現れる病気です。

発疹にかゆみはほとんどなく、麻疹のように発疹が大きくなることもありません。耳の後ろのリンパ節が腫れるのも特徴の一つです。

実は風疹は子供より大人、特に高齢者のほうが症状が重くなる傾向があり、感染すると発熱や発疹の期間が一週間以上続いたり、ひどい関節痛が続いたりします。

感染の主な原因は飛沫感染と言われています。
気になる症状があれば、医師・看護師にご相談下さい。

医療法人社団伍光会

北村山在宅診療所



〒999-3702 東根市温泉町二丁目5番3号

TEL:0237-41-0583/FAX:0237-41-0584

<http://www.denenchoufuiin.net/kitamurayama/>



新年会

2月1日に天童ホテルにて当診療所の新年会を行いました。

八鍬医院の八鍬直先生、宮崎外科胃腸科クリニックの高橋則好先生、つばさ皮膚科の橋本秀樹先生を始め、近隣の医療機関の地域連携担当部署の方々に多数ご参加いただきました。

例年にもまして力の

入った余興について

は別の機会にご紹介す

るとして、今回の目玉、飲み比べとして全国からさまざまな日本酒を取り寄せました。日本酒好きの方には楽しんでいただけたかと思います。例年の約2倍の参加者となり、かなり盛り上がったと自負しております。ありがとうございました(院長橋本)



季節の変わり目～室温管理について～

この時期、部屋の温度管理が難しいですね。どのようなことに注意したらいいのか少しご紹介します!!

・室内の温度は高めに設定する

高齢者は寒さを感じやすい

ので、目安として室内の温度

は通常より1～2℃高めに設定するのが基本です。



・適度に換気する

暖房器具を付けると、室温を維持するためにずっと窓を閉め切ってしまうがちです。室内の空気中には、人の呼吸から発生する二酸化炭素、細かなホコリ、風邪などが漂っているので、健康維持の為に適度に換気する必要があります。

外気と室内の温度差がありすぎると自律神経の動きが悪くなり、だるさを感じたり関節痛になったりなど体調を崩しやすくなるので、出来るだけ外気と室温の温度差をあげないように心がけましょう。

編集後記(奈良)

早いもので 年度末の3月になりました。

新年度も在宅の風をよろしく願いいたします★