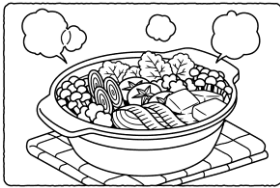


天寿荘ヘルパー便り



2024年 12月発行 313号
文責 天寿会 訪問介護課
武富里美<74-3101>



「冬の感染症に注意しましょう」

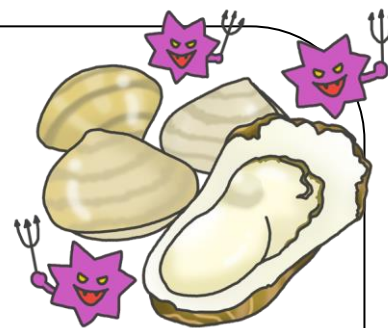
インフルエンザ

30℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、喉の痛み、倦怠感等全身症状が現れます。人によっては、高い熱が出なかったり、微熱等の症状が出ることもあります。インフルエンザの予防接種が有効と言われています。コロナ対策の効果もあり、感染者は少なくなっていますが、引き続き注意が必要です。



ノロウイルス

ノロウイルスに汚染された牡蠣などの海産物を十分に加熱しないで食べた場合に感染する事がありますが、人から人にうつることが多くあります。嘔吐や下痢、発熱などの症状があらわれます。抵抗力の弱い高齢者がかかると、治るのに時間がかかります。



朝晩は急に寒くなってきました。これからの季節に流行するのがインフルエンザやノロウイルス等です。抵抗力の弱い高齢者が感染すると、治るのに時間がかかるので注意しましょう。そこで今回のテーマは「冬の感染症に注意しましょう」です。

感染症を予防する為に

- ①手を洗う。
- ②マスクを着用する。
- ③ドアノブ等、人が多く触る所は消毒をする。
- ④嘔吐物や排泄物を扱う時は、手袋をする。
※ノロウイルスは食べ物に触れる前や、食事の前に本人、同居家族も含めて、しっかり手を洗う事が有効です。
- ⑤喉がイガイガする時は、部屋の加湿も大切です



※新型コロナウイルスも引き続き注意が必要です

下痢がある時は、脱水を予防する為にも、水分を摂ってもらうようにします。白湯やお茶、スポーツドリンク、みそ汁やスープ、リンゴなどの果汁(柑橘系は避けた方がいいです)などもおススメです。

