

訪問看護ステーション亀田 秋の瓦版

お久しぶりで元気でですかー!! 元気があっても…暑いもんは暑い!!

今年の夏は「暑い!」と何度言ったことか…。ただ単に「異常気象」とか「地球温暖化」ではすまないくらいの気候変動ですね～(ー;)

まだまだ暑い日が続いてへへですが、涼しい秋までもうすぐですよ(ー)v 頑張っって乗り切りしよう! …でもホントは春が好き♡

★ささやかな、お勉強コーナー★

【気になる病気 — 肺炎】

- * 肺炎とは、様々な原因菌の感染によって肺に炎症が起こった状態のことです。一般的には体力が落ちているときや、免疫力が弱くなってくる(加齢・罹患中)にかかりやすいと言われています。
- * 感染菌は呼吸と共に鼻や口から侵入します。健全な方は感染する前に菌を殺したり排除したりできますが、上記のかかりやすいケースの方は排除することができずに肺まで到達してしまい、炎症を起こしてしまいます。
- * 日本では年間**8万人**が肺炎により死亡し、その**死亡率は8.6%**になり、死亡順位は第4位を占めています。



【肺炎の症状】

- * 主な症状は**咳・悪寒・胸痛・喀痰・呼吸困難**などで、数日間続きます。しかし高齢者ではこれに加えて**食欲不振**や**元気が無くなったり**します。高齢者の特徴として、体温がそれほど高くならなかつたり症状が明確に出なかつたりと、つい通常の場合と勘違いし、見逃しがちになりますのでより注意が必要となります。
- * 年齢や身体状態等をよく考慮しながら正常時と比較し、早急な判断と対処が必要です。 **疑わしいと思ったらすぐにかかりつけ医に相談しましょう!**



続いて、胃瘻の豆知識 vol.1

もうすでに知っている方もいるとは思いますが、復習の意味も込めて話させていただきます。

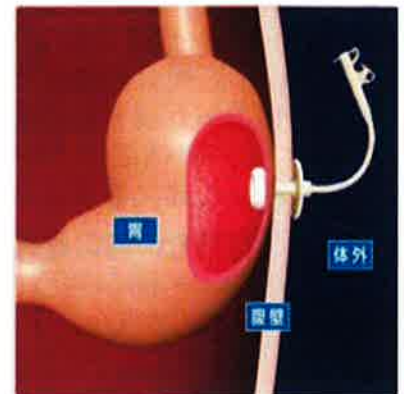
* 胃瘻とは、口から食物の摂れない方、又は摂れるが肺炎などのリスクが高い方に用いる栄養摂取法です。

現在胃瘻は手技が簡単で、患者さんへの肉体的・経済的負担が軽いことから、多くの方に行われています。

古くは1850年頃に、開腹しての胃瘻増設術が行われてましたが、現在は内視鏡手術にて行われます。

(PEGと書いて“ペグ”と呼んでいます)

* 大量の腹水がある場合や極度の肥満など、技術的に困難な場合、胃カメラが通過困難な病変がある場合を除いて適応になります。



【胃瘻のメリット】

1. 不快感が少ない
2. 誤嚥のリスクがない
3. 喉の周りが不潔にならない

秋といえば…芋煮会!! そんでもって焼き肉! カレー! 焼そば!

…これでカンベンしてくれますか? お嬢さん方(>_<)

★今回は芋煮会やBBQにモッテコイの野外宴会場をご紹介します!
たまには自然に囲まれて、ノビリ・ゆったり過ごしてみても
どうでしょうか?



ホントに
食べちゃうの?

《猪苗代湖畔、亀田お勧めキャンプ場》

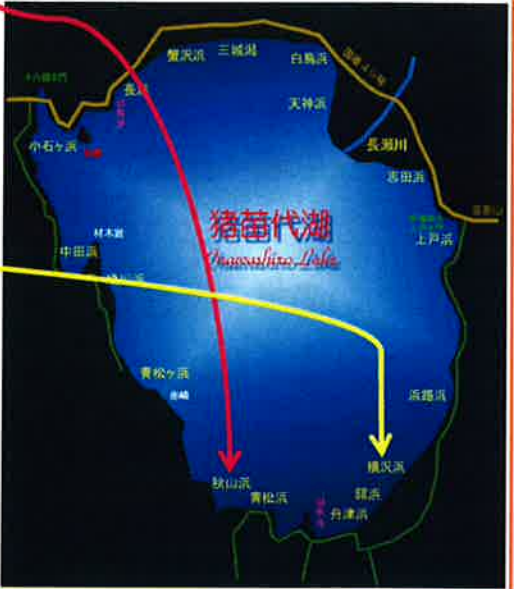
【秋山浜】

- 猪苗代湖の南側、青松浜(青松ヶ浜ではありません)の西側にあります。
水道・トイレ(水洗)・炊事場完備! 地元の方の協力で、清掃も行き届いてます(車椅子用トイレもあり)。
- 50m以上の遠浅(1m前後)ですが、その先は急に深くなり水温も落ち、流れも変わるので要注意!
- 風の吹き抜けはよく、食後の昼寝にはモッテコイです(^_^)v
- 夜になるとタヌキやイタチが食べ物を拝借にきます。



【横沢浜】

- 同じく南側ですが、三森峠を下りて正面が館浜。その南側に位置しますが、浜辺が連続してあるのでお間違えないように!
- 水道・トイレ(水洗)・炊事場完備! 地元の方の協力で、清掃も行き届いてます。
- 浅瀬の範囲は狭いですが、東側に位置しているため涼しい風が吹き抜けますよ(〜)



亀田のボヤキ

9月15日は十五夜なんですよ 十五夜って言えば“満月”というイメージが強いですが、一番キレイに見える時期といわれていますが…実際完全な満月の時って無いんですよ(〜) そもそも「十五夜」とは旧暦の8月15日のことであって、月齢がピッタリ合う時は少ないんです(>_<) 江戸時代には「中秋の名月、十年に九年は見えぬ」とまで言われておりました。今年はずっと見えますよ!!

《世界での月の見え方》

日本 → 餅つきうさぎ、カナダ → バケツを運ぶ少女、ヨーロッパ → 本を読むおばさん、アラビア → 吠えるライオン、ドイツ → 薪を担ぐ男



【編集後記】

皆様、暑い日が続いておりますが如何お過ごしでしたでしょうか。不定期発行になってから、初めての発刊です。まだ内容がまとまりきれてないので、盛りだくさんになってしまい、読みづらくて申し訳ありませんm(_)_m 今後はもっと洗練した情報をお届けしたいと思っております。ちなみに次回は11月予定です。

