



利用者さま、ご家族さまへ情報をお届けします



発熱とリハビリテーション



日本リハビリテーション医学会による「リハビリテーション医療における安全管理・推進のためのガイドライン」の**リハ中止基準**として「安静時の体温が**38℃以上**は積極的なリハビリテーションを実施しない。」との基準が定められています。発熱を生じる疾患で頻度が高いものと緊急性があるものは次の通りです。

① 敗血症

感染に起因する全身症状を伴った症候で、体温の上昇がみられ、ときに**悪寒戦慄**や**脱力**が伴います。敗血症は救急疾患ですので、疑いがあるときは、すぐに医療機関を受診してください。

② 熱中症

熱中症の重症度Ⅰ度（めまい、失神、手足のしびれ、筋肉痛）であればクーラーで冷えた場所へ移動、氷嚢などでクーリングします。Ⅱ度（**頭痛・吐き気・嘔吐・倦怠感**など）であれば病院への搬送を必要とします。

③ 肺炎

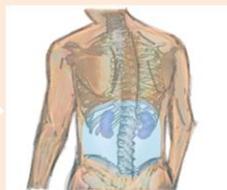
肺炎は、発熱、痰、呼吸困難があり、身体所見としてSpO₂低下肺雑音があります。**SpO₂90%以下、意識障害、収縮期血圧90mmHg以下**の場合はすぐに医療機関を受診が必要です。

④ 尿路感染

尿路感染は高齢者において発生頻度が高く、症状として頻尿、排尿時痛や血尿、尿混濁がみられます。敗血症リスクのある腎盂腎炎では**肋骨脊椎角（CVA）**部位に叩打痛があります。

⑤ 髄膜炎

髄膜炎は髄膜や髄腔に細菌やウイルスが感染し炎症を生じている状態です。脳に感染すると**髄膜脳炎**や**脳炎**と呼ばれます。髄膜刺激症状として**項部硬直**がみられます。頭を持ち上げて顎が胸につかなければ陽性です。



体温には個人差がありますが、発熱とは一般的に体温が**37.5℃以上**の状態を指します。

発熱時に自己判断による手持ちの抗菌薬を内服することで、検査結果に影響を及ぼす場合があります。また耐性菌を誘導する可能性があるので勝手な服用はしないように、まずは医療機関の受診をお勧めします。

（熊澤・理学療法士）



看護師 Quiz みちくさ



先日、子どもの小学校初めての運動会がありました。幼稚園とは違う雰囲気の中で頑張っている我が子に成長を感じました。

クイズ①

運動会や遠足の前になると窓の近くによくぶら下がっているよ。これだーれ？

ヒント：私も運動会前日に子どもと一緒に作りました。

クイズ②

運動会で前にすすむほどまけてしまうものってなんだ？

クイズ③

かさがひっくりかえったのはどこだ？

6月に入り、そろそろ梅雨の時期となり外出がしにくくなりますね。皆さんも雨の中での外出にはくれぐれも気をつけて下さい。

（山中・看護師）



中部メディカル 訪問看護ステーションの理念

- **こころを大切に**（ご本人とご家族のこころを大切にします）
- **連携を大切に**（地域のケアチームと親密で良好な関係を築いていきます）
- **スピードを大切に**（出来る限り早く対応して信頼されるステーションを目指します）



訪問看護、訪問リハビリについてのご質問ご相談のお電話、メールをお待ちしております。ホームページからもお問い合わせできます

中部メディカル 訪問看護ステーション



〒463-0048 名古屋市守山区小幡南三丁目 17-31B-3
TEL 052-792-9802 FAX 052-792-9803
携帯 080-5298-9513
E-mail chubucare@arion.ocn.ne.jp
HP <http://www.chubu-med.com>
事業所番号 NO.2361390186





中部メディカルのスタッフ便り



愛岐トンネル群 春の特別公開

4月26日～4月30日に開催されました「愛岐トンネル群 春の特別公開」に行ってきました。愛岐トンネルとは、**1900年**に開通した岐阜県**多治見市**と愛知県**春日井市**間に残るトンネル群の事です。**1966年**に廃線となりましたが、

市民ボランティアの手により2年がかりで散策路が整備されて、2008年からは春と秋に一般公開されるようになりました。

定光寺駅を降りて、約**1.7キロ**の往復約**2時間**のコースを散策出来ます。足下はゴロゴロとした砂利があり歩きづらですが、手つかずの自然と不思議な静寂とを感じられる素敵な体験でした。ボランティアの方が愛岐トンネルについての豆知識を教えてくださいました。次回の秋の特別公開時は、紅葉も綺麗だと思しますので、是非皆さん行って見てください。歩きやすい靴を履いて、暗闇を照らす懐中電灯を持っていく事がおすすめです。

(中村・看護師)



* 味覚障害とは？ *



料理をしていても今までと同じように作っていても塩辛くなったり、甘くなりすぎたりする事はありませんか？また、「何を食べても味がしない」「実際とは違う味に感じる」事はありませんか？

舌の上には「**味らい**」という組織があり、若い頃は約**1万2千**個あると言われていますが、**60歳**を過ぎるとほぼ半分になります。そのため、高齢になると味覚に異常を訴える人が多くなります。

原因で多いのが**亜鉛不足**です。亜鉛が不足すると新しい「味らい」を作ることができず、味覚の低下をもたらします。

味覚障害を改善したり予防するには亜鉛の摂取が欠かせません。**カキ**や**ホタテ**などの貝類、**牛肉**などの肉類、**そら豆**や**えんどう豆**にも多く含まれます。

味覚障害は発症から治療までの期間が長いと味覚が戻るまでに時間がかかると言われています。

食は人生の大きな楽しみです。味覚障害はその楽しみを損ない、生活の質の低下にもつながります。「**味覚がおかしい**」と感じたら医師に相談し早期に治療しましょう。

(松本・看護師)



スタッフのほっと一息

今回は守山区にある「**吉根食堂**」さんを紹介いたします。「定食屋」という大きな看板が目印の地元の人達に愛されるお店です。メニューも豊富で、土日は予約しての来店がおすすめです。管理者松本おすすめは、「**鶏もも肉おろしボン酢定食** (918円)」で、写真はお持ち帰り用のお弁当です。私は「**極上海老フライ&かにクリームコロッケ定食** (1188円)」のお弁当をいただきました。海老は尾頭付きのフライです。ボリュームもたっぷりです男性でも満足できる量だと思います！お店で食べるとお味噌汁も付いてきます。



野菜あんかけうどんもおすすめのようなので、次はぜひお店へ行ってみようと思います♪みなさんのおすすめのお店もぜひ教えてくださいね♪

(三宅・看護師)



私の18のビリーフ 17 節約



先月は真夏のような暑い日が多くあって、衣類や日用品など一気に夏仕様に替えました。片付けをしていると、使っていない物があったり忘れていた物などがあり、色々反省します。

物を大切にする事は優しさの原点との教えを守り、シンプルに必要な物だけにして**物を泣かせずの精神**で生活していきたいと思ひます。

(熊澤真・専務)

