



中部メディカル 訪問看護ステーション

中部メディカル新聞

令和3年8月
第99号

利用者さま、ご家族さまへ情報をお届けします



ワクチンの種類、違いは？

皆さまが受けられた、mRNA（メッセンジャーRNA）ワクチンでは、ウイルス周囲のスパイク（細胞に入る鍵、トゲ）の遺伝情報（設計図）のみを筋肉細胞へ投与します。その設計図をもとに、ヒトの細胞内でウイルスのスパイク（トゲ）だけ複製を作り、そのスパイクに対する抗体（トゲの蓋）が作られることで、細胞内の侵入を防止して感染から守ります。

日本で使う新型コロナワクチン3種



ファイザー社製
(米国)

▶ ファイザー社とビオンテック社
の共同開発
▶ mRNAワクチン

✓ 2021/2/14 特例承認
「コミナティ筋注」



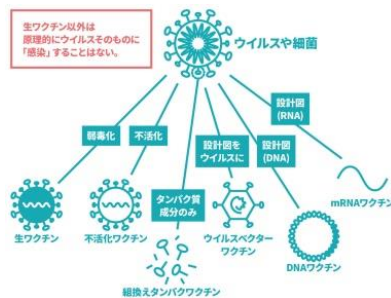
モデルナ社製
(米国)

▶ モデルナ社と国立アレルギー
感染症研究所の共同開発
▶ mRNAワクチン



アストラゼネカ社製
(英国)

▶ アストラゼネカ社とオックス
フォード大学の共同開発
▶ ウイルスベクターワクチン



(厚生労働省ホームページより)

	未接種に比べて...	mRNA	アストラゼネカ
発症	症状が出るコロナを予防するか	95%	70%
無症候性感染	無症状病原体保有を予防するか	80-90%	(効果なし)
入院・重症	入院・重症例を予防するか	90%	70-90%
重症化	接種後の感染でも重症化を予防するか	高齢者で半減	高齢者で半減
他者への感染	未接種の人も間接的に守られるのか	半減	半減
変異株	種々の変異株も予防するか	まずまず	一部減弱

(日本プライマリケア連合学会 令和3年6月25日現)

ワクチンに対しては、様々な情報がメディアより流され、不安を持たれる方が多いと思います。いかに信憑性の高い情報を見つけるかは、現代では非常に難しくなっています。ご参考のひとつにして頂けたら幸いです。

(理学療法士・熊澤)



看護師 Quiz みちくさ



暑いが続きますね。今月は夏祭りに関するクイズです。①～③のそれぞれのお祭りは何祭りでしょうか？ 答えは下から選んで下さい！

第一問

京都の八坂神社のおまつりで、日本三大祭りの一つに数えられています。豪華絢爛な山車が練り歩く山鉾巡行が有名です。



第二問

岐阜県のある町で開催される、400年の歴史を持つ盆踊りです。とくに有名なのが、「徹夜踊り」。夜から明け方まで、みんなで夜通し10種類の曲目を踊り続けます。

第三問

東北三大祭りの一つ。青森市中心部を「人形ねぶた」と呼ばれる山車が運行し、踊り子たちが「ラッセラー、ラッセラー」と掛け声を上げながら踊り歩きます。

A : ねぶた祭り B : 祇園祭 C : 郡上おどり

(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)



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 17-31
カーサ・ルーチェ B-3
TEL 052-792-9802
FAX 052-792-9803
NO.2361390186



中部メディカル新聞は皆さまの情報をお待ちしております

中部メディカル新聞 第99号 (2021年8月) 発行日/2021年7月31日 編集・発行/中部メディカル 訪問看護ステーション



中部メディカルのスタッフ便り



新人紹介

こんにちは、はじめまして！

7月より中部メディカル訪問看護ステーションに入職しました、**大西 美和**です。**福岡県**出身ですが、両親の都合で、小・中学校時代は守山区に住んでいました。今は数年前から**長久手市**に住んでいます。長久手市は愛知地球博以後、整備され新しい街に変わってきています。月に1～2回、早朝より**ジョギング**して体力作りしていますが、最近は一気に体重増加してしまい、かなりきつくなっています。

以前、介護保険がスタートしたばかりの頃に、在宅訪問看護を経験していましたが、結婚・出産・主人の転勤などの理由で、暫く病院・クリニック勤務していました。

最近までは、施設内で訪問看護をしていましたが、在宅と施設内での訪問看護のギャップを感じ、再び在宅訪問看護をやってみたいという気持ちが高まりました。

また、ここ15年間、曾祖母と祖母の在宅看護をしてきました。そんな中、先日祖母も亡くなり、祖母に十分に出来なかった分、今後、利用者様のお世話をさせて頂けたらと思っています。まだまだ未熟者ですが、一日でも早く、皆様のお役に立てるように、ご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願い致します。

(大西・看護師)



スタッフのほっと一息

今回は名古屋市守山区・志段味に人気和菓子店『**よし乃**』に行ってきたのでご紹介します。このお店はSNSで話題となっている『**ピーナッツ餅**』が大人気のお店です。新しくオープンした『サガミ 志段味店』に併設されています。私も早速「ピーナッツ餅」を買ってみました。

柔らかいお餅に粉々に砕いたピーナッツがまぶされていて、中にはピーナッツペーストが入っています。いろいろな食感を楽しめ、とても美味しかったです。皆さんもお近くにきた際は是非お土産に買って帰ってみてくださいね。



(中村・看護師)



* 脳梗塞は夏にも多い！ *



脳梗塞は夏にも多いということをご存じでしょうか。夏は汗をかいて水分不足になりやすく、血液もドロドロの状態になり血栓ができやすくなるのです。また夏は体の熱を放出しようとして血管が拡張しやすくなります。血管が拡張すると、血流が遅くなるので、ゆっくり流れているうちに、血栓ができやすくなり血管の詰まりにつながります。

脳梗塞の症状は、軽症の場合は「**少しおかしい**」と感じる程度のことも少なくありません。そして脳梗塞が起きた時にみられる「**半身の麻痺、脱力、しびれ、ろれつが回らない**」などの症状は、夏に起こりやすい熱中症の症状とよく似ています。次の兆候があったらすぐに医療機関を受診しましょう。

- ・片方の手足が動かなくなったり、しびれる
- ・顔の半分が動かなくなったり、しびれる
- ・ろれつが回らなかったり、うまく言葉を発することができない

夏の脳梗塞対策

1 こまめな水分補給が大事

- ・日中は1～2時間に1回と時間を決めるなどして定期的に水分補給
- ・就寝前と起床時にコップ1杯の水分補給

2 多量の飲酒は避ける

3 適切なエアコンの使用

4 夏に限ったことではありませんが食生活の改善、適度な運動、禁煙をする

夏の脳梗塞を起こさないために普段の生活の中で対策の意識を持ち、元気に夏をすごしましょう。

(伊藤・看護師)



私の18のビリーフ 11 立腰



立腰とは腰骨を立てて背筋を伸ばした姿勢のことです。

昨今はコロナウイルス感染予防のため、在宅ワークや事務所でも1人で仕事をしたりと、人目を気にせず過ごす時間が多くなりました。

そのような時でも、立腰を意識して姿勢を正すことで、怠惰や疲労を防止でき、集中力が高まるそうです。いよいよ夏本番ですが、立腰で少しでも疲労軽減し夏バテせず、元気に暑い夏を乗り切りましょう。

(熊澤真・専務)

