



11月号
なごみん看護部

朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。1日の寒暖差が激しいと自律神経が乱れ、元々弱いとされるところに負担がかかり病気が発症する、皮膚の抵抗力も下がるため、病気をもらいやすくなるなどで体調を崩しやすくなります。コロナ禍によってまだまだ人の免疫力があがっていないうちは、大人も子どもも気温気圧の変化にも十分な対策が必要です。

インフルエンザワクチン接種のすすめ

インフルエンザワクチンは、インフルエンザ罹患と発病後の重症化を予防することとしてすすめています。愛知県では9月14日に流行入りが発表され、全国で感染が拡大しています。接種予約が殺到し、コロナ禍の前は薬剤が不足することもありました。ただ感染を完全に阻止する効果はなく、あくまでも任意です。接種にはよく医師と相談し、日常では手洗いや咳エチケット、早寝早起き、十分な栄養と運動で予防をしていきましょう。

なごみんでは緊急時の対応として、一次救命処置対応の訓練を行っています。

10月は、食物アレルギーの基礎知識と緊急時の対応、エピペンの取り扱いについて講習を行いました。エピペンはデモ器がありますので、職員が演習を行いました。演習を受けた職員は、「思った以上に力がある」、「一次救命の流れを知る事ができた」「エピペンを初めてみた」「実際に子供に行うのは勇気がいる」などの感想がみられました。

