



岡野クリニック にゅーす

医療法人社団 貴昌会

岡野クリニック

〒343-0808

越谷市赤山本町7-2

☎048-969-0223 FAX048-969-0224

特集コーナー

予防接種のすすめ

冬が近づくと、風邪やインフルエンザをはじめ、様々な感染症が流行しやすくなります。感染症シーズン前に、私たちができる予防対策の一つがワクチン接種です。冬は寒さ乾燥で体温が低下しやすくなり、免疫力が低下しがちです。免疫力が低下すると、風邪やインフルエンザ、新型コロナウイルスなどに感染しやすくなるため注意が必要です。十月から、65歳以上の高齢者、また60～64歳で基礎疾患ある方に向けたインフルエンザ、新型コロナウイルスの予防接種が始まっています。高齢者は免疫力が低下しており、感染症にかかるリスクも高く重症化しやすい傾向があります。また、糖尿病や心臓病、呼吸器疾患などの基礎疾患のある方は重症化のリスクの高まりと共に基礎疾患を悪化させる可能性もあります。かかりつけ医に相談の上、予防接種をお勧めします。

訪問看護日誌

痛みを訴え続ける患者さんのお話です。痛み止めの薬を服用しても、一向に治まらず、血液検査をしても異常は見つからず、痛みの原因がはつきりしません。担当医師のアドバイスもあり、薬だけに頼らない方法を試してみることになりました。湿布を貼ったり、軽くマッサージをしたり、気分転換に外に出ることを勧め、一緒に風に吹かれて



みたりしました。そんな何気ない時間を積み重ねていくうちに、痛みを訴えることが減ってきました。痛みは身体だけでなく、心の状態にも大きく影響されます。「寄り添うこと」「触れること」「話すこと」それらも立派な「治療」の一部なのだと思えて痛感しました。手と手のつながり、人と人の信頼感、「手当て」とは良く言ったものです。薬だけでは届かない部分に手を差し伸べ、患者さんに寄り添うのが私たち看護の力。非薬物療法の大切さを実感した出来事でした。

ひげどくらむ



厳しい残暑が先月前半まで続き、やっと過ごしやすくなったのも束の間、急に冬の寒さの到来です。朝晩の冷え込みと日中の気温差による免疫力の低下、空気の乾燥、夏の疲れなどで体調を崩しやすく、感染症にかかりやすい状況が整っています。既にインフルエンザや新型コロナウイルスの流行は始まっています。マスクの着用、手洗い・うがいといった基本の生活習慣に加えて、栄養バランスの良い食事、適度な運動、十分な睡眠を取り生活リズムを整えるようにしましょう。尚、重症化のリスクを回避するためにも、特集コーナーで紹介した予防接種をお勧めします。

リハビリケア岡野です



この夏からマシン運動の合間に、新たな活動としてフィニッシュ発祥のスポーツ「モルック」を取り入れています。モルックとは、数字の書かれた木製のピンを狙って、同素材

である木製の棒をなげ、倒したピンの数字の合計で得点を競うゲームです。年齢や体力に関係なく誰にでも楽しめることから、高齢者の健康増進に役立つスポーツとして世界的に注目されています。当施設では、安全性を考慮し、木製ではなく、軽量素材の用具を使用しています。また、本来は立って行なうスポーツですが、座ったままでもできる工夫をしています。導入してみると、得点を計算する、利用者さん同士が応援し合う、といった身体を動かすだけでなく、効果がみられました。高齢者になっても、年齢を重ねても、新しい事に挑戦することは脳への良い刺激になります。これからも安全に楽しく、利用者さんの心身の健康につながる支援をしていきたいと思います。

すたっふ便



三日は文具の日。「文具と文化は歴史的に同じ意味をもってきた」ということから文化の日を記念日としています。本来「文具」は「文房具」を短くした言葉ではありません。読書や書き物をするための部屋を「文房」と呼び、文房に備えておく道具(筆・墨・紙・硯)を文房具、文具はそれ以外のものを含める言葉でした。現在では、辞書・辞典にも文房具・文具は同じ意味で掲載されており、「文房具」文具」となっています。

十一月の予定ー霜月

休診日 二日・三日・九日・十六日

二十三日・二十四日・三十日



医療事務パートスタッフを募集しています。
お問い合わせください。