



新型インフルエンザが大流行！！

患者と家族は寝室を分けること、あるいは出来る限り布団を離すだけでも家族への感染を防止することができるそうです。食器などの共用は避け、看病の後はその都度手を洗うこと。また、高齢者の場合は高熱が持続する時期が長引きがちなので「呼吸が苦しい」「一度下がった熱が再び上がる」「3日以上、食事が取れない」といったことがあれば重症化のサインとみて、受診することが必要。インフルエンザだからしんどくて当たり前と見逃さないようにしましょう。

金井先生お薦め、インフルエンザ患者の家庭での看護のポイント

1. インフルエンザ、子どもは発症初期 72 時間が要注意。
成人は症状が長く続くと要注意です。重症化のサインは、呼吸が苦しい、呼吸回数が多い（肺炎）、うわごとを言う、意識がもうろうとする（脳症）などです。
2. 一度、新型インフルに一度かかったら、もう感染しないか？
この時期に罹っていたとしても新型かどうかははっきりしない。ウイルスが変異しなければこの冬の感染はないが、来年以降は状況が変わる可能性があります。
3. 急激に熱が上がる「発熱期」の看護の仕方は、病院に行くときは事前に連絡し、マスクを着けて向かいます。悪寒がするときは厚めの布団をかける。看病する人もマスクを着ける。看病後はしっかり手を洗い、ドアノブはこまめに拭き掃除をしましょう。
4. 高熱が持続する時期は、脱水症状にならないよう水分補給を。
水分が取れなくなると入院が必要なサインです。呼吸が苦しい、一度下がった熱が再び上がる、食事が2日以上取れないときは肺炎の可能性あります。食事を食べられる場合はゼリー飲料やアイスクリームがお薦めです。
5. 熱が下がり始める「解熱期」は、布団は一枚外す。食事は、おかゆ、うどん、卵豆腐、温泉卵、バナナミルク、フレンチトースト、煮魚など食べやすく栄養があるものを取りましょう。また、処方された薬は最後まで服用することが大切です。
6. 肺炎を防ぐ「肺炎球菌ワクチン」の料金は8,000円程度。
全国100以上の自治体で費用の助成が始まっている
→詳しくは、肺炎球菌感染症コールセンター 0120-66-8910
※2010年3月23日まで開設 是非検討してください。



武庫川接骨院 かない鍼灸接骨院

☎ 0798(41)3460

☎ 06(6499)2450

<http://www.8897060.com>