



皆さんこんにちは。つい先日、年が明けたと思っていましたが、早いもので2月になってしまいました。先日は数年ぶりに大雪となり大変驚きました。まだまだ寒い日が続きますから風邪などひきませんように体調管理にはくれぐれもお気をつけ下さい。



ノロウイルスが流行しています！ 先月号つづき

先月号では誰にでも簡単にできる予防法として「手洗い」についてを紹介しましたが、今月号ではその他の予防法について若干ではありますが紹介いたします。特效薬がないので感染しないように予防することがとても重要になります。どうして感染するのか(感染経路)をよく理解して予防に臨みましょう！

冬なのになぜ多い？

食中毒といえば普通は夏が多いですよ。でもノロウイルス食中毒はどうして冬に多いのでしょうか？

答えは？

ノロウイルス食中毒の多くは、生のカキや二枚貝をふくむ料理によっておきています。日本で生のカキをよく食べるのが冬なので、この時期に多いと考えられています。

ノロウイルスの感染経路



こんなことに注意しましょう！

①カキなどの二枚貝は、内部までしっかり加熱する。
生で食さずに中心温度85℃以上で1分以上加熱して食べましょう。



②調理器具や調理台は、いつも清潔に！
まな板、包丁、食器、ふきんなども使用後すぐ洗うとともに熱湯(85℃以上)で1分以上消毒することが有効です。またノロウイルスは石鹼やエタノール類では除去できません。では、何が消毒として有効なのかといいますと、次亜鉛酸ナトリウム。いわゆる塩素系消毒液(ハイターやキッチンハイターなど)です。常備しているご家庭も多いと思いますので、上手に使用して除菌して下さい。(ご使用の際には使用上の注意をよくお読みになって正しくお使い下さい)



③『手洗い』『うがい』をしっかり行う！
特に食事前、トイレの後、調理の前後はよく手を洗いましょう。ノロウイルスは空気中に飛散して経口感染もしますので、『うがい』も有効となります。



かかったかな？と思ったら

ノロウイルスの感染が疑われる症状が現れましたら、早目に病院受診をして感染を広げないように注意しましょう。

さくらのクリニックでもノロウイルスの迅速検査を行っております。お聞きになりたいことやご相談がございましたら、お気軽にクリニック受付までお問い合わせください。

お問い合わせ：0285-37-1221 担当 佐藤

花粉症のシーズンを迎えて

春の花粉症は、主にスギとヒノキがありますが、花粉飛散量は近年増加傾向になっていて、(地球温暖化の影響か)今年関東で2012年の2倍以上になり、地域によっては7倍になるところも出るかも知れません。



花粉症の症状

症状はくしゃみ、水様性鼻汁、鼻づまり、眼のかゆみがあることはご存知だと思いますが、人により症状が強くなると、咳、頭痛、発熱、めまい、のどの痛みや腹痛、下痢、嘔気、耳の中や顔にかゆみを伴う皮膚炎を起こすことがありますので注意が必要です。



かゆみ

充血

花粉症の治療

症状が軽いうちに治療しないと重症化してからでは症状をおさえることが難しくなる傾向があります。そのため、以前より初期治療(季節前投与)といって花粉が飛ぶ日より2週間程前より抗アレルギー剤を服用することがすすまられています。ただ、症状がない時からの服用に抵抗がある方は、ほんの少し症状が出た時点での服用を特におすすめします。



鼻水

くしゃみ

- ・花粉の飛散が始まる前、もしくは直後からの治療が効果的です。
- ・重症化する前の治療が大切です。



花粉症予報によると2月中旬より始まるそうですので、ご参考にして下さい!



さくらのクリニック耳鼻咽喉科 長江大介
毎週金曜日 9:00~12:00
14:30~17:30



皆さん真剣です!!



初詣 ~グループホームさくらの家~

グループホームさくらの家では1/22(火)、1/24(木)に須賀神社へ初詣に出かけました。入居者の皆様お一人お一人が今年の願い事を一生懸命お祈りされていました。願いが叶うといいですね!



さくら会年頭挨拶

1/4(金)年頭にあたり田中理事長、柴崎常務理事の挨拶がありました。

今年は『巳年』干支の6番目という節目です。3年目までは不安等ありましたが、何とか軌道に乗ってきました。ここでマンネリ化せず向上していくことが大切です。向上していくために為すべきことは患者様、利用者様、ご家族様への対応です。何気ない言葉や態度が相手を傷つけてしまうことがあります。日頃からもっと親身になって対応するように心掛けていきましょう。

巳年は『再生の年』とも言われています。さくら会設立当初に植えた思川さくらが太く大きく成長したように、さくら会また職員一人ひとりが向上・成長していく年にしましょう。



職員一同、深く心に受け止め実行してまいりますので、本年もどうぞよろしくお願いいたします。



医療法人 さくら会

〒323-0061 栃木県小山市大字卒島244番地1

TEL:0285-37-1221 FAX:0285-37-1640

http://www.sakura-ac.com

お問い合わせ : 0285-37-1110 担当 三村・戸澤

採用に関するお問い合わせ : 0285-37-1221 担当 唐沢

さくら会 携帯サイト

