

高齢者におすすめワクチン

川島整形外科病院 薬剤科長 六鷲 晶子

新型コロナワクチンの秋接種が9月から始まりました。XBB.1.5株のワクチンに切り替わり、初めての人もこれを接種できます。

今年4月から、高齢者と高リスク者を対象に春接種を行いました。接種率はあまり伸びていません。中津市では、新型コロナワクチンを1度も接種したことのない人が1万人

もいるようで、もっとワクチンの必要性を理解していただき、接種を勧めていく必要があります。

新型コロナワクチンの副反応に不安を感じて接種に踏み切れない人もいますが、重篤な副反応は頻発しているわけではなく、ほとんどの人が安全に接種できています。主な副反応は、発熱、倦怠感、接種部位の疼痛などで、1～2日で落ち着きます。副反応の発現は比較的若者に多く、高齢者には少ないようです。

新型コロナワクチンを含め、高齢者におすすめするワクチンは4種。ワクチンは、万が一感染したとしても軽症ですむためのものです。実際、コロナ感染者の中で肺炎など重篤な症状がみられたのは、ワクチン接種をしてなかった人がほとんどであったという報告を聞くと、ワクチン接種の重要性がわかります。秋から冬にかけては感染症のシーズンとなりますから、ワクチンで予防に努めましょう。

いずれも当院で接種できます。



新型コロナワクチン

9/20から秋接種開始。

当院窓口でも、コールセンターでも申し込み可能です。(コロナワクチンの入荷状況で変わります)

インフルエンザワクチン

10月から接種が始まります。今シーズンは、ワクチンも充分にあります。

肺炎球菌ワクチン

通年にわたり接種が可能です。

公費で負担してくれるワクチンがありますが、対象の年齢があるので、接種する年を検討されるとよいと思います。(5年間効果が続きます)

带状疱疹ワクチン

コロナ禍で、なぜか带状疱疹が増えています。高齢での発症は、症状がひどくなる傾向にありますから、ぜひ予防したいものです。生ワクチンと不活化ワクチンの2種類ありますから、どちらが適しているかはご相談ください。

かわしまさんの介護のすゝめ

かわしま介護保険サービスセンター 介護支援専門員 中村 舞

当法人には、看護師・理学療法士・作業療法士・介護福祉士・社会福祉士・介護支援専門員等、さまざまな職種の職員がいます。

それぞれの専門職が、日々感じたことや思いを、『かわしまさんの介護のすゝめ』と題したアメーバブログに、2011年6月から投稿を始めました。以降、2023年8月末現在までに約900回に渡り投稿を続けております。

興味を持たれた方は、ぜひ一度見ていただけたら幸いです。
川島整形外科病院的ホームページからもご覧いただけます。

スタッフのほのぼのブログ
毎週更新中です

<https://ameblo.jp/kawashima-care/>

かわしま 介護 ブログ 検索

こちらからもアクセスできます→



ヒートショックについて

かわしま訪問看護リハビリステーション
作業療法士 川上 大輔

Q ヒートショックとは？

A 急激な温度変化で血圧が変動することによって、失神や心筋梗塞、脳卒中などの血管の病気を引き起こすことです。



Q ヒートショックはどういった場合に起きますか？

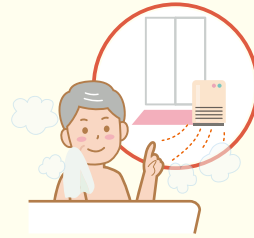


A 入浴時に多く起こると言われています。寒い脱衣室で服を脱ぐと、身体の表面温度が下がります。すると、身体は寒冷刺激によって血圧が上がります。その状態でお湯に浸かると血管が拡張し血圧が下がります。この血圧の変動によってヒートショックが起こりやすくなります。

Q ヒートショックの予防策を教えてください。

A ヒートショックを防ぐポイントを5つ紹介します。

- 1 入浴前に脱衣所や浴室を暖めましょう。
- 2 お湯の温度は、41度以下にしましょう。
- 3 食事直後や飲酒後の入浴は控えましょう。
- 4 日没前の暖かい時間に入浴しましょう。
- 5 家族が居る時間に入浴しましょう。



冬場になると、ヒートショックによる事故を耳にします。ヒートショックを防ぐポイントを参考にして、予防に励んでください。

スタッフ★クローズアップ

Q. 今夢中になっていることは？

川島整形外科病院 地域医療福祉連携室

看護師 太神富士子

私、「がちりマンデー !!」に嵌っています。毎週日曜日の朝7時30分～30分間のOBSテレビ放送番組です。有名企業の社長さんや、商品はよく見るが良く知らない会社の社長さんが、成功するまでの過程等紹介してくれます。社員は少なくともアイデア次第で儲かる企業など、夢が有ると感じています。



かわしま介護保険サービスセンター

介護支援専門員 秋本登志美

コロナ前に旅行に行き、その時から御朱印を集め始めました。

コロナ禍で暫くはそのままになっていましたが、最近また少しずつ始めています。

まだ1冊も終わっていない状態なので、これからまた再開していきたいと思っています。



川島整形外科病院 通所リハビリテーション

介護福祉士 松井 貴美

私が夢中になっている事は、この春から息子が就職の為自宅へ戻った事をきっかけに飼いだした息子の愛犬です。飼う前は室内犬を飼うことに大反対しており、息子の部屋から一歩も出さないことを条件に許可したものの…。飼ってしまうと私の方が溺愛しています(笑)。これには息子も呆れてました。今ではかけがえのない家族です！今年の12月25日のクリスマスで1歳になります。



ミニチュアシュナウザー♀
「セレン」

川島整形外科病院 通所リハビリテーション

介護職員 櫻木 優

私がハマっている事は、観葉植物です。引っ越しをしたときに、母から実家にあるウンベラータを分けてもらい育てだしたのがきっかけで観葉植物の魅力にどっぷりハマリ、数ヶ月の間で何種類も増えてしまいました。まさに“今”ハマっている事です！観葉植物には厳しい冬が来るので枯らしてしまわないようにしっかり管理していこうと思います。

