



令和7年2月号

ファルマコム便り



2月3日は立春です。冬至と春分の日の間であり、この日を境に徐々に暖かくなるそうですが空気も乾燥し風邪を引きやすくなります。まだまだ寒さも続いており、全国的にインフルエンザが猛威をふるっています。県内の患者報告数は全国的に多く、現在もインフルエンザ流行発生警報が発令中です。ほかの感染症も急に増える可能性もありますので、流行への備えが大切です。保湿・湿度に注意し健康に過ごすために免疫力を高め、感染予防に努めていきましょう。

日頃の予防が大切◆感染症と対策方法

抵抗力が低下しているご高齢者はさまざまな感染症にかかりやすく、感染すると重症化しやすい傾向にあります。ご高齢者と介護する方の健康を守るためには、予防と早期発見が大切です。

★かかりやすい感染症

◆新型コロナウイルス感染症

感染経路は飛沫感染や接触感染が主です。発熱、呼吸器症状、倦怠感などの症状。



◆インフルエンザ

38℃以上の高熱や頭痛、関節痛、筋肉痛などの症状が突然現れるのが特徴。免疫力が低いと肺炎や脳炎になることもある。

◆肺炎

咳や痰、悪寒、発熱、呼吸困難、胸痛などの症状。高齢者には症状がはっきり出ないことがあります。飲み込む力が低下すると、誤嚥による肺炎を起こしやすくなります。

◆結核

高齢の方は発症しやすい。咳、痰、発熱、寝汗、倦怠感、体重減少などの症状。高齢者では全身の衰弱や食欲不振などの症状が主となり、呼吸器症状や発熱などを伴わないことがある。

◆MRSA（メチリリン耐性黄色ブドウ球菌感染症）

黄色ブドウ球菌は私たちの鼻の中や皮膚などにも住んでいる菌ですが、免疫力の低下した方が感染すると治療が難しく重症化することがある

◆ノロウイルス

手指や食品などを介して経口で感染し、おう吐や下痢、腹痛、微熱などを起こします。

◆疥癬（かいせん）

ヒセンダニが皮膚の角質層に寄生しておこる皮膚病。通常は手首や手のひら、指の間、お腹、太ももの内側などに出る赤いブツブツ（丘疹・結節）です。

★日常生活での予防

□手洗い、うがい

- ・外出先から自宅や施設に帰宅したとき
- ・指や爪の間もしっかり洗う

□からだを清潔に

- ・汚れがたまりやすい口の中
- ・陰部の清潔を保つ

□十分な睡眠と栄養

□予防接種

- ・医師の相談のうえ予防接種を受けましょう
- ・効果は接種後1～2週間程度かかります



★介護者の感染予防対策

□手袋やエプロンを使用

咳や痰の症状があるときなどはマスクも着用

□手洗いやうがい

- ・介護の前後、手袋を外したあとも手洗いは徹底
- ・特に調理や食事介助はしっかり手を洗う
- ・介護者も念入りにうがいしましょう

※感染症を予防、早期発見するためには、日頃から健康状態を観察し小さな変化も見逃さないこと



この世をば
ポット生きて
長生きし

←「しのぶ99様」の作品です

★ファルマコムでも「川柳を随時募集」しています！★

お便りに掲載させていただきますので
担当ケアマネージャーにお問い合わせくださいませ！

ファルマコム株式会社 介護支援事業所

〒890-0064

鹿児島市鴨池新町5番1号 鴨池ACアネックス1F

TEL:099-258-1314 FAX:099-258-1315

ホームページ http://www.pharmacom.jp/care/

3月のこよみ

- 3日 ひな祭り
- 7日 消防記念日
- 11日 東日本大震災の日
- 17日 彼岸入り
- 20日 春分の日
- 23日 彼岸明け