



舞鶴赤十字病院

舞鶴赤十字訪問看護通信 Vol.2

残寒の中にも早春の訪れを実感する季節になりました。
しかし、新型コロナウイルス感染症をはじめ、さまざまな感染症が流行しており、当ステーションでも感染対策を行いながら訪問しています。ご利用者様、ご家族様も体調には十分気を付けてお過ごしください。

地震や大雪～自然災害への備え～

能登半島地震や大雪など、自然災害が相次いでいます。防災対策は色々ありますが、今回は皆様のお役に立つ自然災害への備えについてご紹介します。

◆ 持病の薬

非常用に3～7日分準備しておくと言われています。雪や大雨で受診ができない時もあるかもしれません。

そのような時の為に「予備薬」として数日分多く、お薬をもらっておくと安心です。

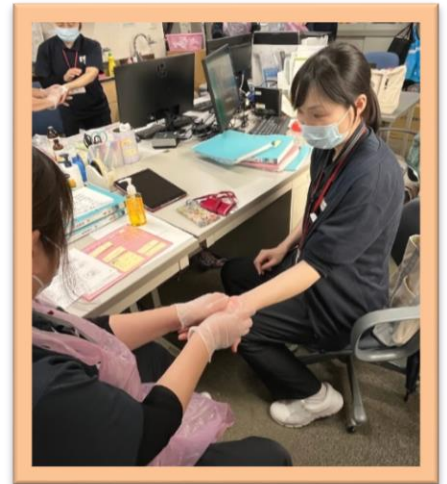
◆ 停電時のエアマットレス

ご自宅で使用されているエアマットレスの対応方法を知っておくと、いざというときに安心です。停電時に空気抜けを抑えるための対策が必要なマットレス、高性能で停電の長さに関わらず特別な対策が不要なマットレスがあります。

訪問看護ステーション勉強会（ハンドマッサージ編）

手はツボがたくさん集まっている場所です。ハンドマッサージには、リラックス効果や血行の促進、睡眠の質改善などさまざまな効果があります。また、脳を活性化し認知症の予防や記憶力の向上にも効果が期待できるとも言われています。

ご利用者様の体調に応じて、皆様がリラックスできる時間を作っていきたいと思います☆



ご意見やご要望がございましたら、お気軽にお問い合わせください。



発行 2024年2月吉日
舞鶴赤十字訪問看護ステーション

TEL 0773-78-2384

訪問看護認定看護師 滝川・佐藤