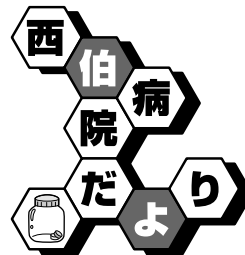


南部町訪問看護 ステーションです!



新しい西伯病院は、「在宅・メンタル・IT」をキーワードとして改築を進めてきました。

今回は、その中で「在宅医療」の中心的役割を担う、訪問看護ステーションについて紹介させていただきます。

訪問看護とは、病気やけがなどで寝たきりになる心配のある方、脳卒中の後遺症でリハビリが必要な方など、自宅において医療処置が必要だと医師が認めた方について、医師の指示書により、看護師が患者様のご自宅を訪問させていただくことです。

患者様ご自身の持てる能力にに応じて、療養生活を支援し、心身の機能の維持・回復を図り、より快適に、より満足のいく在宅での療養生活を送っていただくためにお手伝いさせていただきます。

年齢に関係なく、次のような方が訪問看護をご利用いただけます。

病気やけがなどで寝たきり又は寝たきりになる心配のある方

寝たきりではないが、自宅で継続して療養が必要な方

難病、癌、カテーテル管理の必要な方

かかりつけの医師が訪問看護の必要を認めた方

新病院の配置について

皆様のご協力により、新病院への引越しが無事に終わり、10月25日（火）から新病院での診療業務を始めました。

旧病院を取り壊して、駐車場整備が完了する来年3月末までは、時間外出入口が病院をご利用いただく皆様の出入口になるため、受付・外来の位置などがわかりにくく、たいへんご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。



3階ガーデンテラスの写真



上左から 小谷看護師、宮本看護師
下左から 前田看護師、秋田所長、玉田看護師

訪問看護の利用を希望される方は、かかりつけ医師、南部町訪問看護ステーション、在宅介護支援センター又は居宅介護支援事業所にご相談ください。

【南部町訪問看護ステーション】

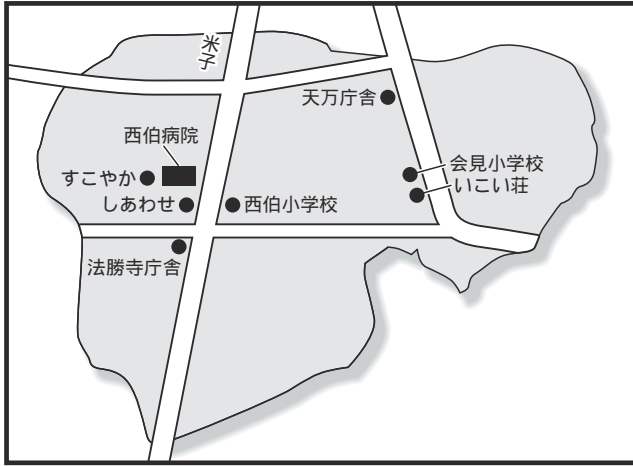
電話：66 - 2211

営業日：月曜日～金曜日 8：30～17：15

休日：土・日曜日、祝祭日、年末年始
必要な方には休日も訪問します。

新病院案内図

5階	精神科療養病棟	【面会時間】 平日 13:00～20:00 休日 10:00～20:00 面会の際には、エレベーターをご利用ください。
4階	精神科一般病棟	
3階	一般病棟、療養病棟	
2階	外来（精神科、物忘れ外来、歯科、耳鼻咽喉科、婦人科）、認知症デイケア、精神科リハビリ、言語療法室、薬剤部、手術室、中央材料室、管理部門、医療局	
1階	受付、会計、外来（内科、外科、整形外科、小児科、リハビリテーション科）、健診センター、救急医療室、中央処置室、中央検査室、レントゲン、地域医療室、訪問看護ステーション、通所リハビリテーション、栄養管理部、売店、レストラン	



No.13

すこやかだより

南部町健康管理センター「すこやか」

〒683-0323 南部町倭482 FAX: 66 - 5523

電話 健康福祉課: 66 - 5522 保健対策室: 66 - 5524

合併症	熱	主症状	初期症状	区分
気管支炎 肺炎 など	38 〜 40度	発熱 全身痛 倦怠感	悪寒 頭痛	インフルエンザ
合併症にかか ることはあま りない	微熱	鼻水 鼻づまり せき	のどの乾燥感 くしゃみ	風邪

インフルエンザと風邪の違い

風邪やインフルエンザは
違います！

風邪やインフルエンザが流行する季節が近づきました。そろそろ体調を崩す人が目立ちますが、冬は元気に乗りきりたいものですね。



風邪やインフルエンザに

かからないために

睡眠をしっかり

日頃から十分な睡眠をとりましょう。睡眠不足があるとウイルスに立ち向かう体の抵抗力が落ちてしまいます。



栄養をとりましょう

栄養が偏ると風邪をひきやすくなります。卵、豆腐、魚、肉などのタンパク質、ビタミンを多く含む食品（レモン、ほうれん草、にんじん、かぼちゃなど）をしっかりととりましょう。



うがい、手洗いを忘れずに！

粘膜に付着したウイルスや細菌を取り除くにはうがいと手洗いが最適です。外から帰ったらうがい、手洗いは習慣にしましょう。

予防接種を受けましょう

予防接種を受ければ、8割程度の方がインフルエンザにかからずに済むか、症状が軽くなるのが証明されています。特にインフルエンザにかかると重症化しやすい乳幼児や高齢者は、インフルエンザの予防接種をしておくのが安心です。



65歳以上の方には、インフルエンザ予防接種の受診票を送付していますのでご利用下さい。

もしもインフルエンザに

かかってしまったら...

- 早めに受診して治療を受けましょう。特にインフルエンザの場合は早期受診が早めの回復につながります。
- 安静にして、十分な睡眠を取りましょう。
- 熱がでて汗をかいたので、水分を補給するようにしましょう。
- からだを十分あたため、のどが乾燥するので部屋の湿度を60〜80%に保ちましょう。