

慶心会『かいごの玉手箱』



この「かいごの玉手箱」では、慶心会の施設での介護職員や看護職員、栄養士などの取組みの一部を皆様にご紹介していきます。在宅で介護をされているご家族様にも参考にさせていただければ幸いです。

インフルエンザ予防の取り組み

毎年11月～3月にかけて流行するのが「インフルエンザ」です。ご高齢者がインフルエンザウイルスに感染した場合は、一般の風邪に比べて重症になる危険性が高くなるため注意が必要です。

今回は、インフルエンザ予防のポイントや慶心会の取り組みをお伝えします。



慶心会グループの取り組み

1. 10月中旬から、ラ・デュースクリニックでご利用者様及び職員のインフルエンザワクチン接種を行っています。
2. 職員はご利用者様のケア前後に手洗いと手指の消毒を行っています。
3. 消毒容器は清潔を保つために2週間ごとに中身を交換をしています。
4. 空気が乾燥する季節になるため室内は、加湿器を使って適切な湿度(50%～60%)を保ち、換気をしながら適切な温度(20～25℃)を保っています。
5. ご利用者様がインフルエンザに罹患した場合、日常のケアは全て居室対応としています。
6. 全施設にオゾン発生器(エアバスター)を設置して、フロア内は除菌空間を保っています。

ご家庭でのインフルエンザ予防ワンポイント



- 栄養バランスのよい食事を心がけることが大切です。特にきのこ類に多く含まれるビタミンDはウイルスを防ぐ抗菌ペプチドを作って免疫力を向上させる働きがあります。
- 空気が乾燥すると喉が渇くためこまめな水分補給を心掛けましょう。特に緑茶はカテキンを多く含んでおり、ウイルスが体内の細胞に吸着するのを阻止する作用があります。他にも抹茶や紅茶がおすすめです。
- インフルエンザウイルスは口や鼻あるいは目の粘膜から体の中に入ってくることから始まります。ウイルスが増えると、発熱やのどの痛み等のインフルエンザの症状が出現します。ワクチン接種をすることで「重度化」を予防する効果があります。
- 寝ている間は唾液量が減り、細菌が増殖しやすい状態になるため、寝る前の歯磨きを丁寧に行うことが効果的です。

～ご不明な点や質問があれば、お気軽にご相談ください。～ 担当/栗林・佐藤

