

さくらだより 第15号

2024. 春

在宅介護支援拠点 link

ケア・ステーション

リンク訪問看護ステーション狭山

〒589-0011

大阪狭山市半田3丁目471-1

TEL:072-368-7552

FAX:072-349-7556

向春の候、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。動きやすい季節となりました。新生活の始まりに心がワクワクしますね。今月は「花粉症・黄砂対策」「介護タクシーを使ってみよう」を特集にしています。新しいスタッフも入社していますので宜しくお願い致します！

花粉症・黄砂対策

うららかな春の陽気に喜ぶも、アレルギー体質の人には辛い花粉や黄砂が気になる季節がやってまいりました。

皆さまはどのような対策をしているのでしょうか。

黄砂は従来、自然現象と理解されてきましたが、近年、大気汚染物質とともに飛来することから呼吸器疾患等の健康被害や農作物の被害も出ており、対策が必要になっています。

花粉症・黄砂等で起きるアレルギーの一般的な症状はくしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみですが、悪化すると皮膚症状・頭痛・うつ、などといった症状も現れます。また、ぜん息が悪化したり、果物を食べると口のかゆみなどが生じる口腔アレルギーも起こることがあります。症状がひどくなってから対策を始めるのでは遅いため、症状が出る前から対策することが大切です。

対策1 黄砂・花粉との接触を避ける

予防の基本はアレルギー源との接触を避けることです

- ・ マスクの着用 ・メガネの着用
- ・ 服装 ・手洗い、うがい、洗顔 ・室内干し
- ・ 空気清浄機の活用

対策2 市販薬の使用

症状が出始めているのに受診を先送りにすると症状が悪化する場合があります。そのような場合にはドラッグストアで市販薬の「のみ薬」「点鼻薬」「点眼薬」を使うのも手です。最近の市販薬は処方薬と同量の成分を含んでおり、同じ効果を期待できるものも多いです。

対策3 医療機関の受診

市販薬にはない有効成分の含有された薬が医療薬の中にはあります。治療方法も日々進歩しているため、市販薬が効かない場合や症状が辛い人は、医療機関を受診することをおすすめします。2020年に保険適応となった抗IgE抗体療法は今までの薬で効果がなかった重症な人でも症状を軽減させる効果が期待されます。

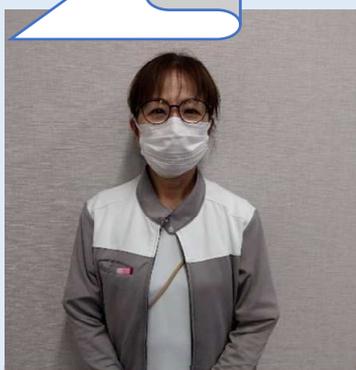
花粉症用
メガネ

PM2.5
対応

目薬

新スタッフ紹介

新しく看護師さんが入社しました！！



石田美和です
訪問看護の経験はありませんが利用者様に寄り添った看護を心掛けていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

介護タクシーを使ってみよう

■利用対象者

要介護1～5の認定を受けた方で自宅や老人ホームなどで暮らしていて、ひとりで公共交通機関に乗ることができない方、車の乗降に介助が必要な方が主な対象者です。要支援1～2、要介護1以上でも介助なしで車の乗降ができる場合は対象外となります。

■利用可能な目的

通院や役所での手続きなど、日常生活上または社会生活上必要な行為が伴う外出に限り、介護タクシーを利用することができます。習い事、趣味や嗜好を目的とした外出には利用できません。

■受けられるサービス（例）

出発時

着替えなどの外出準備介助、室内・玄関からタクシーまでの移動と乗車の介助

目的地到着後

降車介助・移動介助、病院での受付対応、会計、薬の受け取り、タクシーまでの介助

帰宅時

降車介助とタクシーから玄関・室内までの移動介助 など

*自費サービスで趣味や娯楽目的の外出に対応したタクシー会社もあります。



※SNS もよろしくお願いいたします♪



SAKURA.HOKAN