

# 彦根中央 リハビリぽすと

平成31年 2号

〒522-0054 彦根市西今町 923-1

Tel 0749-22-7005 Fax 21-3981

<http://www.hikone-rehacl.com/>

## 受付から

今年の寒さは例年のごとく厳しいものではありますが、雪の影響はこの原稿を書いている時点では見舞われずに済んでおります。一昨年は、節分のころに十年以上ぶりに大雪にみまわれ、当院はもとより隣のデイケアも何日と休業することがありました。市内の交通網も完全にマヒしたことが思い出されます。

今年もおととしのような気候が起きないことが望まれますが、まだまだこれからが雪のふる時期ですので、皆様も十分にご用心くださいませ。足元が悪い日にはくれぐれもご注意ください。

昨秋ごろに発表された長期の天気予報では、この冬は暖冬との予想でしたが、予想通りであれば高齢者の方にとっても、働く現役世代も身体にとってもありがたいことなのかもしれませんがいかがになりますことでしょうか……

## 健康コラム

### 高齢者の風邪が危険なワケ！！

風邪ウイルスに感染し炎症が起こると、発熱物質が作られ体温が上昇します。高齢者は発熱物質を作る機能が衰えているので、熱があまり出ないと考えられています。また高齢者は気道の働きが弱く、痰がたまって咳で外に出しにくいことが多いので、細菌が気道の奥へと侵入し、気管支炎や肺炎を起こしやすくなります。

#### ●高齢者の潜在的風邪悪化の原因

- ・抵抗力が弱い
- ・風邪の引きはじめに気付にくい（はっきりとした症状が出にくいです）
- ・普段から漠然とした全身症状が多い

#### ●特に注意が必要な人

基礎疾患がある人は普段以上に悪化しやすくなるので注意が必要です。

- ・ぜんそく（呼吸器の病気） ・心臓病 ・糖尿病

#### ●風邪のサイン

周囲の人が普段との違いに気付くことが肝心です。

- ・横になる時間が長い ・食欲がない ・ボーッとしている

#### ●合併症の恐怖

- ・風邪が引き金となって発生してしまう合併症。

要介護度を引き上げることになってしまったり、最悪の場合は命を落とす原因になることも。

### 診察医のご案内

	月	火	水	木	金	土
午前	吉田	吉田	吉田	×	吉田	新庄
午後	吉田	吉田	×	×	吉田	新庄

午前診察 9:00～12:00 休診日：日曜・祭日

午後診察 4:30～ 6:30

### ご連絡

インフルエンザの流行る時期となりました。

急な発熱時には最寄りの医療機関にかかりましょう。うがい・手洗いで予防をお願いします。

