

彦根中央 リハビリぽすと

平成29年 新春 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 ◆◆◆

謹賀新年

皆様、新年あけまして おめでとうございます。

旧年中は皆様には、何かとお世話になりましてありがとうございます。早いもので、当院が開設以来今年で、12年目を迎える事が出来ました。ひとえに、ご利用頂きました患者様や各居宅支援等の事業所施設の皆様の支えがあってだからこそと考えます。あらためて、感謝の言葉に堪えません。

さて、新年を迎えて当院は昨年と変わることはございませんが、ご来院頂きます患者様はもとより、ご病気や後遺症等にて来院いただけない方々にとって、ご家庭で安心して過ごしていただけるお手伝いを訪問診療や訪問リハビリなどで充実を図りたいと考えております。どうか本年も宜しくお願い申し上げます。

健康コラム

どうして冬になると感染症がはやるの？

冬に感染症が流行しやすい理由の1つに気温と湿度が考えられます。低温・低湿度を好むウイルスや細菌、微生物などにとって、寒くて空気が乾燥する冬は最適な環境です。高温・多湿の夏よりも長く生存できるようになるため、感染力が強くなるのです。さらに、空気が乾燥していると、咳やくしゃみの飛沫が小さくなり、飛沫に含まれたウイルスが遠くまで飛びやすくなります。そのため、一度の咳やくしゃみによる感染範囲が拡大し、感染スピードも上がります。一方で、冬は寒いので、人の免疫力が低下します。また、外気の乾燥に加えて、夏場ほど積極的に水分をとらなくなるため、体内の水分量も少なくなりがちです。結果、体内外の乾燥によって、本来は粘液でウイルスの侵入を防いでいる鼻や喉の粘膜が傷みやすくなり、ウイルス感染を起こしやすくなるのです。

家の中で、ウイルスの感染源になりやすいのが、ドアノブ、トイレ、キッチン、おもちゃです。ウイルスは人の手から手へと感染する機会が多いので、感染しやすい場所はすすんで除菌をすることが重要です。ドラッグストアなどに「酸性アルコール消毒剤」が売っていますので、それらをつかって除菌するようにしましょう。

とびくす

鏡割り・鏡開き

刃物で餅を切るの切腹を連想させるので手や木槌で割り、「切る」「割る」という言葉を避けて「開く」という言葉を使用します（「開き」は「割り」の忌み言葉）。鏡は円満を、開くは末広がりを意味する。また、鏡餅を食すことを「歯固め」といいこれは、硬いものを食べ、歯を丈夫にして、年神様に長寿を祈るためという願いもあるようです。

診察医のご案内

	月	火	水	木	金	土
午前	吉田	山崎	吉田	×	吉田	松井
午後	吉田	山崎	×	×	吉田	松井

午前診察 9:00～12:00 休診日：日曜・木曜・祭日

午後診察 4:30～ 6:30

ご連絡

いよいよインフルエンザの流行る季節です。

手洗い、うがいなどでしっかりと予防に努めて下さい

