

新型インフルエンザ

対策

7月10日から対応方針が変わりました

①インフルエンザの症状(鼻水・鼻閉、のどの痛み、咳、発熱など)がある人の診療は、原則、全ての医療機関で行います。

→医療機関にまず電話!

②新型インフルエンザと診断された場合は、原則として、自宅療養のうえ、外出自粛となります。

③妊娠されている人で、インフルエンザの症状がある場合は、必ずかかりつけの産婦人科医に電話で連絡して、受診先などについて指示を受けてください。

自宅での看病の仕方

家庭で看病する際に大事なことは、看病する人が感染しないことです。新型インフルエンザは感染力が強いので、しっかりとした準備で臨みましょう。

●1時間に1回は換気を!

部屋には、ウイルスが多数います。空気中のウイルス濃度を下げることは、感染しないために大切なことです。

●湿度を60%に保つ!

バスタオルを部屋に干すなどして、湿度を保ちましょう。

自宅での看護の注意点

●しっかりした装備で臨む

マスク・ビニール袋をつけて看護します。※1手洗い・うがいを頻繁に行いましょう。

※1.『広報なごみ7月号』掲載

●消毒の方法

感染者の手が触れたところやものは、消毒をしましょう。

- ・熱湯消毒(80℃以上、10分)
- ・市販の塩素系漂白剤(ドアノブなどには、300倍に薄めて使用する)
- ・消毒用エタノール(タオルや脱脂綿などを用いてふき取り消毒をする)

●感染者が使ったティッシュなどにも注意

鼻水・痰などがついたティッシュは、素手で触らずにビニール袋に入れて廃棄します。
また、感染者が利用したドアノブやトイレは、しっかり除菌しましょう。

●食事・飲み物

食事は、消化がよく栄養のあるものを選びます。水分は、患者自身でも取れるように枕元にストローをつけて用意しましょう。

◇便利な食品◇

- ・レトルトのおかゆ
 - ・果物の缶詰(シロップでの栄養補給もできます)
- 水分はスポーツ飲料が最適(粉タイプは保存も便利)

●その他の注意

できれば、個室ではほかの家族と生活空間を分けて看病しましょう。また、感染者とタオルの共用はやめましょう。

※薬で解熱する際の注意として、脳症を引き起こす可能性があるため、15歳未満の患者にアスピリン系の解熱鎮痛剤を与えてはいけません。

子育てワンポイントアドバイス

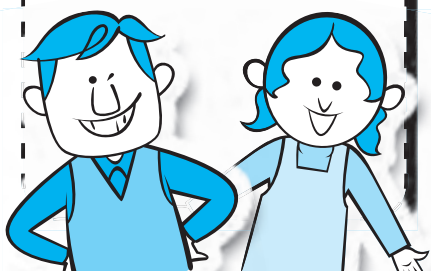
ようこそ わが家へ

さあ！ いよいよ赤ちゃんが我が家にやってきました。
お父さんや家族は「ハラハラドキドキ」「どぎゃんしたらよかと！」と戸惑いや不安を隠せないお父さん。
そんなお父さんに「カッコいいお父さんになるため」の
ワンポイントアドバイスです。

お父さんってどんな存在？

子育ての主役

子育ては家族みんなで、
その中でもお父さんとお母さんが主役です。



子どもにとって大樹

子どもが自立(チャレンジ)しようとして、失敗したり、不安になったりした時も大きな懷で迎え入れ、安心感を与えてくれるような存在です。
(子どもの安全地帯)

家庭のなかのおひさま

子育てに悩み、苦労しているお母さんがまだまだ多いのが現実です。たまには、お母さんのグチも聞いてあげましょう。



カッコいいお父さんになるための3つのポイント

子どもと本気で向き合い、愛情表現はたっぷり！

いっぱいふれあって、いっぱい抱っこして、いっぱい遊んでね。



コミュニケーションはたっぷり！

仕事で忙しいかもしれないけど、子どもはお父さんといっぱいお話がしたいのです。

夫婦仲良く、家族仲良く、子育て楽しく！

夫婦や家族の関係がうまくいってこそ子育てもうまくいきます。夫婦・家族でよく話し合い、お父さんが上手に舵取りをして子育てしましょう。