ゆうあ・あたたか通信

そっと手をさしのべて・・・

ケアプランあい
ケアレンタルかなう
ゆめケアサービス
介護タクシーみらい
まごの手サービス
ままの手サービス

11月号
Vol.23

ゆうあ
あたたかな気持ちをおとどけします

朝晩はだいぶ涼しく感じられるようになりましたね。
皆様いかがお過ごしでしょうか？株式会社ゆうあです。
気温や湿度が高い夏に多いと思われがちな食中毒、実は最も発生件数が多いのは9～10月なのはご存知でしょうか？
今回は、食中毒についてお話をしていこうと思います。

食中毒の主な症状は下痢や嘔吐です。
・高齢者の場合、激しい下痢や嘔吐が続くと、脱水症状や嘔吐物を喉に詰まらせてしまう場合がある為、特に注意が必要です。

もし食中毒になってしまった場合
脱水症状にならない為に
水分補給を行ったり、
市販薬は症状によっては副作用をおこしてしまうこともあるので、必ず医師の判断のもとで薬を出してもらいましょう

気温や湿度が高い夏に多いと思われがちな食中毒。
実は最も発生件数が多い時期は9～10月です。
一旦発症すると、激しい下痢や嘔吐が起こるため抵抗力の弱い高齢者にとっては、一歩間違えると命にかかわる可能性もあります

食中毒を予防するには

食べ物に食中毒の原因となる細菌をつけないこと
食べ物に細菌をつけない為に、調理する前に食材を触る手をよく洗うこと。特に細菌が付着しやすい、生肉や青魚、卵の殻を触った後や、まな板に置いた後は、その手やまな板を洗うことが大切です

食べ物についた細菌を増やさない
高温多湿などジメジメとした環境は細菌にとって最良の活動場所になります。生肉や鮮魚を買ったらすぐに冷蔵庫にしまいましょう

食べ物についた細菌をやっつける
細菌をやっつける基本は、まず加熱することです。
生野菜にも食中毒の細菌が付着している場合があるのでよく洗いましょう

11/22　小雪（しょうせつ）

小雪とは、24節気の第20。
期間としての意味もあり11月22日から次の節気の大雪（12月7日）までです

冬の季節ですが、まだ雪はそれほど降っていないという意味です。

細菌に対する、免疫力と抵抗力が弱いご高齢者が食中毒を発症することは、ひとつ間違えると重篤な状態になる場合があります。
日頃から、食中毒に注意すべき食材や予防法を意識し食中毒にならないように過ごしましょう