

看護師 野中 洋子です！ 看護師1名が新たに仲間に加わりました！！



お世話になっております。  
今月からオムソーリの一員として入職いたしました。  
日々楽しく訪問させていただいております。  
皆様に元気を届けられればと思っております。  
どうぞよろしく願いいたします。  
ご挨拶に伺わせていただきます。

## 今月のオムソーリ

## 【今月のアロマ】

### オムソーリができる5つのこと

- ①ハプティックセラピー
- ②精神訪問看護
- ③小児訪問看護
- ④認知症のケア
- ⑤脳卒中、神経難病のリハビリテーション

何かお困りのことがございましたら  
お気軽にご相談くださいませ！

お問い合わせ：042-310-9748

～花粉症のケアにおすすめのアロマ～

《ユーカリ・ラディアタ》

学名 Eucalyptus radiata



感染症対策のため、街はマスクをしている方で溢れていますが、花粉症の方もこの時期はマスクが必須アイテムですね。

ユーカリ・ラディアータは、辛い鼻づまりを緩和してくれます。マスクに1～2滴垂らすと鼻の通りが良くなりますよ。お湯を入れたマグカップに1滴垂らして吸入したり、お部屋に香らせるのもGoodです♪

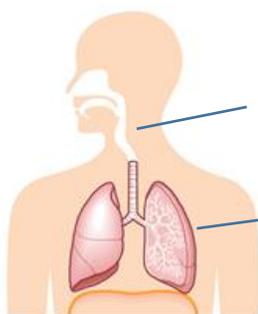
免疫力を高める作用もあるので、感染症対策も同時にできてこの時期にピッタリですね！

おすすめの購入サイト【Mont Saint Michel】  
<https://www.aromastore.jp/>

世界を騒がせ、全く収束の目途が立たない、新型肺炎!! 新型肺炎に関しては連日メディアで大きく報道されています。今回は「肺炎」について考えていきます。

## 肺炎と風邪の違いは？

肺炎とは何でしょう。日本呼吸器学会は「細菌やウイルスなどの病原微生物が感染して、肺に炎症を起こす病気」と定義しています。私たちが体調不良で最もよく使用するいわゆる「風邪」は正式には「急性上気道炎」とも呼ばれ、主に上気道(鼻腔、咽頭、喉頭)に起こる急性感染症のことです。一方「肺炎」は肺を構成する肺胞を中心に起こる炎症のことです(下図)。このように風邪と肺炎は基本的に炎症の起きる場所が異なり、病状は酸素を取り入れるための重要な部分に感染症が起こるという点で、肺炎の方がより深刻になるのです。



上気道

肺(肺胞)

年(西暦)	1位	2位	3位	4位	5位
1995	悪性新生物	脳血管疾患	心疾患	肺炎	不慮の事故
2000	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	肺炎	不慮の事故
2005	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	肺炎	不慮の事故
2010	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	肺炎	老衰
2015	悪性新生物	心疾患	肺炎	脳血管疾患	老衰
2016	悪性新生物	心疾患	肺炎	脳血管疾患	老衰
2017	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	老衰	肺炎
2018	悪性新生物	心疾患	老衰	脳血管疾患	肺炎

実は・・・7位  
誤嚥性肺炎

## 肺炎による死亡数は減っている？

ご存じの通り肺炎は死亡数の高い疾患です。厚生労働省が人口動態統計では2011年には死亡数は脳血管疾患を抜き、第3位になっていました。しかし、2017年に3位から5位に突然順位を下げています。肺炎は死亡しづらくなったのでしょうか？

…いいえ

実は肺炎死亡率が急減した要因は、「肺炎」から「誤嚥性肺炎」を独立して集計するようになったためです。ちなみに、「誤嚥性肺炎」は7位で、両方を足すと3位の死亡数になります(上表)。確かに肺炎はワクチンの改良などで今後死亡数は軽減する可能性も考えられますが、一方で、高齢化により老衰として肺炎、誤嚥性肺炎などはどうしても減らすことができないと思われます。肺炎、やはり今後も十分注意すべき疾患です。

### 【編集後記】

みなさまこんにちは！事務員の福井です。

今、世の中はコロナの報道一色です。

政府からの発表もあり、学校が休校になったり、イベントが軒並み中止になったりと、皆様の生活にも何かしら影響が出ているのではないのでしょうか。

目には見えないものの感染予防ということで不安も広がりやすいですが、体を温める、十分に睡眠を取る、朝起きたら太陽光を浴びる、など病気に負けない体づくりを継続して行い、普段の生活を再度見つめるという機会にするのも良いですね(^\_^)口角を上げるだけでも免疫力がUPしますので、まさに「笑う門には福来る♪」ですね！

## オムソーリ訪問看護リハビリステーション府中

事業所番号: 1363890185

電話: 042-310-9748 FAX: 042-310-9749

営業時間 8:30~17:30 (土日休み)

府中市緑町2-3-1ヒルクレストホリエ103

サービス提供エリア 府中市全域、調布市、三鷹市、小金井市、国分寺市の一部