


訪問看護便り 11月号


北海道の本格的な冬がやってきましたね。
真冬では、同じ家の中でも暖房をつけている部屋とつけていない浴室やトイレの温度差は10℃を超えるといわれています。温度差により、血圧は急に上昇したり下降したりしています。（ヒートショックです）その予防には「入浴前に脱衣所や浴室を温める」「湯温は41℃以下、湯船につかる時間は10分を目安に」「浴槽から急に立ち上がらない」「食後すぐの入浴は控える」「入浴する前に同居者に一声かける」等で、出来る事から始めましょう。

A.H



豊生会で働き始めて15年。年齢を重ね、気づくとステーションで一番古い存在になっていました。身体の変化やデジタル社会から押し寄せる波にのまれそうになりながら、周りの若いスタッフの方々の助け船があって何とか今日の自分があります。身体と頭が続く限り、頑張っ続けていきたいです。そして、世界遺産や絶景が大好きなので、身体が動くうちまづは道内でそういったところをめぐって旅行したいです。

H.O



東苗穂訪問看護ステーションに勤務在籍は林さんに次いでNo2になってしまいました。古いものは大事に、新しいものは取り入れられる柔軟な心で仕事に取り組みたいと思っています。どうぞよろしくお願いします。

《空き状況》

看護師、リハビリともに曜日にも空きがあります。

STも在籍しております。ご相談・評価も可能ですのでご連絡お待ちしております。

東苗穂訪問看護ステーション

札幌市東区東苗穂9条3丁目1-33

TEL:011-790-3011