



青い鳥通信3月号



青山訪問看護ステーション

〈手足の冷え〉

寒いときは、体温が下がるのを防ごうとして体の中心部に熱を集めるため、体の端に近い手足は、血流が悪くなり冷たくなります。

体が寒さを感じた時や、下着や靴で体を締め付けているときに冷えは起こりやすくなります。

対策は、ぬるめのお風呂にゆっくり浸かって全身を温めましょう。



〈低温やけどに注意〉

低温やけどとは、熱さを感じない程度のものに長時間触れて、皮膚の奥まで傷ついた状態のことをいいます。

カイロ、湯たんぽ、ホットカーペットなどの暖房器具に直接、長時間触れると起こりやすくなります。

カイロや湯たんぽは、皮膚に直接触れないようにすることが大切です。特に寝るときは感覚が鈍るので注意が必要です。



看護 空き状況	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:00	○	△	○	△	○	△	△
午後 13:00~17:00	△	○	○	○	○	△	△

- 空きあり。
 - △ 若干、空きあり。
 - × 対応できる場合あり。
- お問い合わせください。

リハビリ 空き状況	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:00	○	△	△	△	○	△	△
午後 13:00~17:00	○	○	○	△	△	○	○

訪問エリア

- * 羽曳野市
- * 藤井寺市
- * 松原市
- * 堺市 東区
- * 堺市美原区
など。

ブログ 随時更新中!!

スタッフのプライベートな話が満載(?)
ぜひ、遊びに来て下さい。



<http://www.aoyama-care.jp/nurse/index.htm>



青山訪問看護ステーション

藤井寺市野中 2-5-14

TEL 072-952-4174

FAX 072-952-4175

青山訪問看護ステーション羽曳野出張所

羽曳野市伊賀 4-6-1

TEL 072-931-4174

FAX 072-931-4175

営業日：月～土（祝日あり）

営業時間：8:45～17:30

管理者：山内

