

なるざ健康新聞

NO.135 令和6年10月

訪問看護ステーションなるざリハビリサービス
〒910-4103 あわら市二面2丁目302番地
TEL: 0776-77-2282
ホームページ: www.naruza.jp/

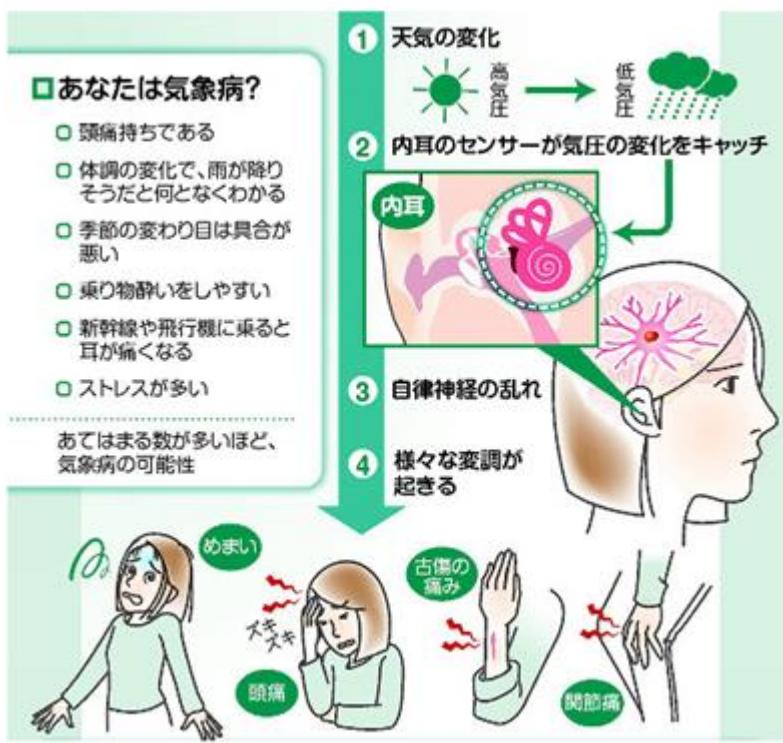
まだまだ残暑が続く時期です。また、台風も発生し、日本にやってくる台風も少なくありません。気圧の変化で起こりやすい気象病！今回は気象病についてお話しします。

また、裏面は先日の満足度調査アンケートの結果になります。結果を踏まえ、より良いサービスの提供に努めていきます。

1. 気象病ってなに？

気象の変化で症状が出現する、あるいは悪化する疾患の総称です。気象病は総称なので、この中にはいろいろな症状が存在します。

【症状が発生するメカニズムは・・・】



気象病として出てくる症状は??

- ・頭痛
- ・肩こり
- ・膝痛
- ・関節痛
- ・古傷の痛み
- ・神経痛
- ・歯の痛み
- ・自律神経失調症
- ・パニック障害
- ・うつ病
- ・不安神経症
- ・不眠
- ・喉の閉塞感
- ・胃腸の諸症状



2. 天気と健康の関係

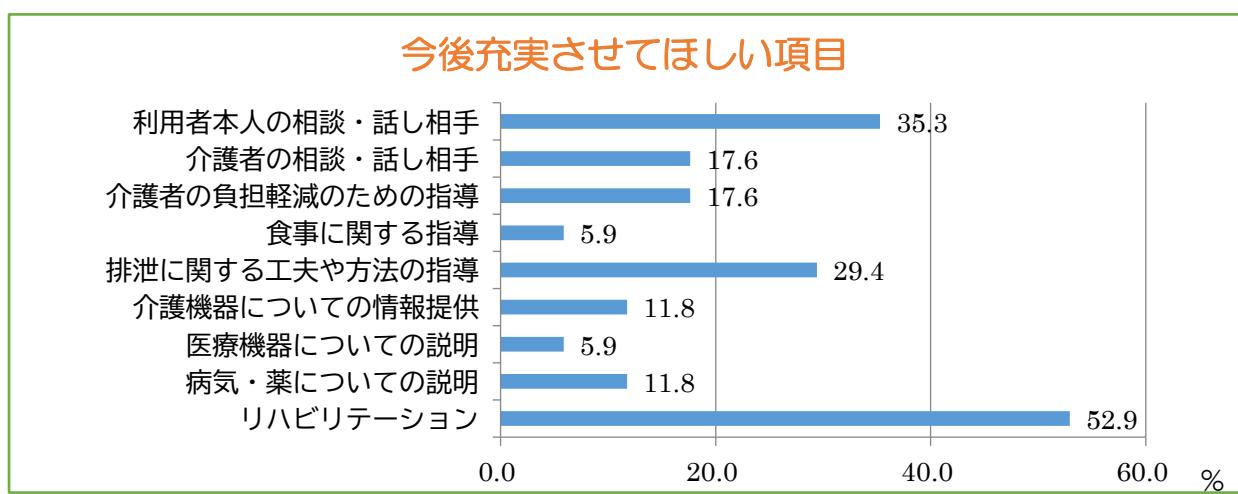
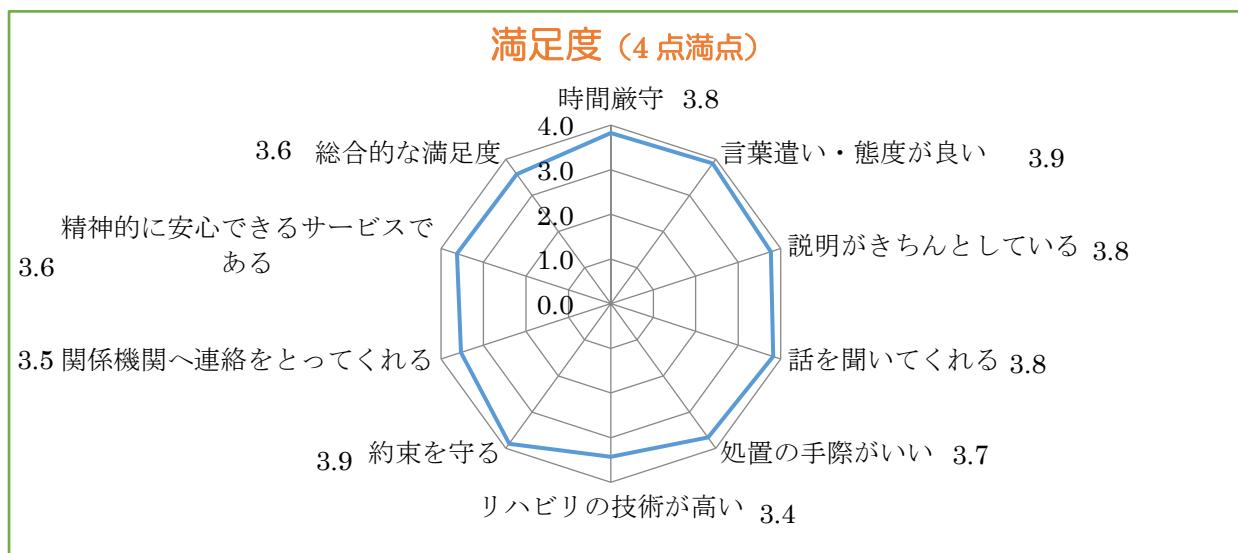
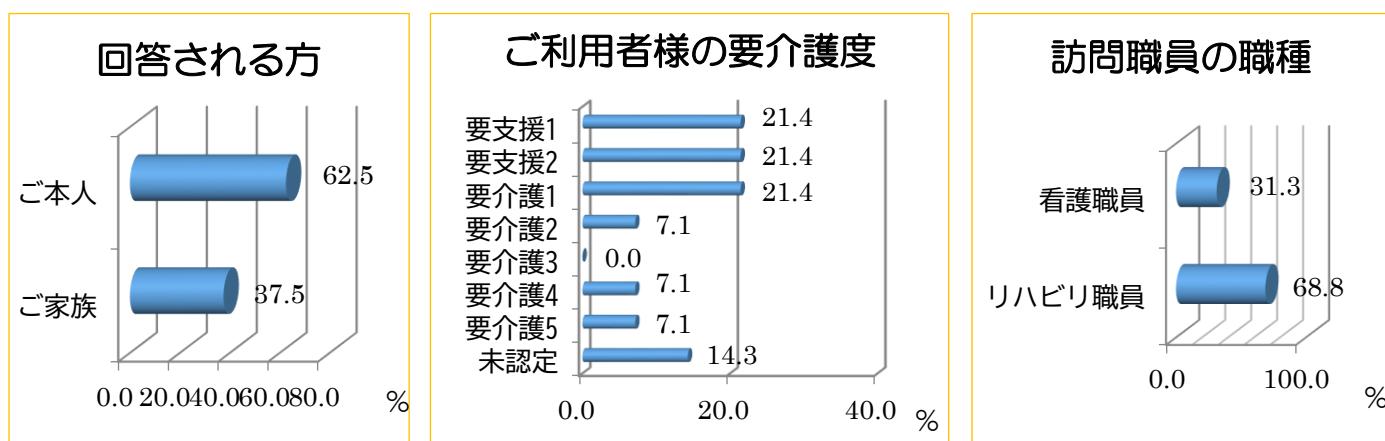
上の図のように、「晴れ」から「曇り」「雨」に天候が変わることで、**気圧は低く**なります。気圧が低くなることで、**耳の内耳**という器官が「気圧の変動」を知覚します。知覚されることで、体の中で**自律神経の乱れ**が起こります。いわゆる自律神経失調症です。このことで、体にはいろいろな症状が出てくるようになります。

3. 気象病の対策は??



満足度調査アンケート結果報告

令和6年9月実施(回答率 73.9%)



■職員やサービスに対するご意見・ご感想・ご質問等

- ・リハビリを親身になってしてくれている。
- ・何でもしてもらっているので今のままで大丈夫です。
- ・色々と指導お願いします。
- ・毎回支援後に状況報告を LINE でくださることがとてもありがたく助かっています。お手数ですが、引き継続をお願いいたします。本人からも「いつも良くしてくれている」と聞いています。今後ともよろしくお願ひいたします。
- ・本人が、最近物忘れが増えたように思われる。3ヶ月に一度看護師さんが訪問の折に確認したいです。