

실천 목표

어르신과 더불어 행복한
지역사회를 가꾸는
얼쑤 동래데이케어 주간보호

얼쑤 동래 데이케어

제 2020 - 08호

발행인 : 김지연
담당자 : 이영애
발행일자 : 2019. 07. 27



뜨거운 태양~
그 뜨거움으로 벼들이 익어가는 것처럼
힘든 여건이라 하더라도,
받아들이고, 성장할 때
좋은 결과로 나타날거예요.

인내로 이겨내는 8월이 되길 바랍니다.
화이팅!

* 8월 일정 안내 및 알림 *

♣ 일정 안내

▷ 08월 05일 (수) **생신잔치** 합니다.

이분석 어르신(음력6/27) 김순임 어르신(음력7/2)

김분선 어르신(음력7/5)

♣ 미용봉사일정

▷ 08월 03일 월요일 미용봉사가 있습니다.

♣ 송영차량과 시간이 변동이 생겨서 알려드립니다.

◎ 3986(1,2차)

이필희어르신(07:55)⇒손필순어르신(08:05)⇒구자순어르신(08:13)⇒이순희어르신(08:23)⇒김옥선어르신(08:33)⇒이종성어르신(08:35)⇒김춘자어르신(08:40)⇒권말조어르신(08:55)⇒김금순어르신(08:57)

◎ 4291(1차)

김신자어르신(08:00)⇒정숙자어르신(08:05)⇒박재순어르신(08:15)⇒김경애어르신(08:25)⇒송인순어르신(08:27)⇒윤말순어르신(08:35)⇒이종효어르신(08:40)⇒강필연어르신(08:45)

◎ 4291(2차)

박인순어르신(09:10)⇒정정연어르신(09:15)⇒손정강어르신(09:16)⇒김분선어르신(09:21)⇒이정자어르신(09:25)⇒이분석어르신(09:30)⇒오순선어르신(09:33)

◎ 6307(1차)

김순임어르신(08:00)⇒오재순어르신(08:10)⇒엄말매어르신(08:20)

◎ 6307(2차)

이말남어르신(08:50)⇒이양선어르신(09:00)⇒김정임어르신(09:20)

♣ 본인부담금 계좌번호 :

하나은행 (주)동래데이케어 186 - 910002 - 83704

♣ 공지

- 2020년 06월 ‘급여제공기록지’ 부분은 각 가정으로 우편발송하였고, 확인자 서명은 부득이 어르신께 직접 받았음을 알려드립니다.

- 택으로 보내드리는 계약서와 급여제공기록지는 꼭 보관해두시기바랍니다.

♣ 사회복지사 : 김지연 (H.P 010-8805-0086)

단순 감기인 줄 알았다가 사망까지 이른다! 국내 사망원인 3위 폐렴



폐렴은 왜 걸리는 걸까?

폐는 폐포라고 불리는 작은 공기주머니가 모여서 이루어진다. 폐렴은 폐포에 염증이 일어난 상태를 의미하며, 폐에 염증을 일으키는 상태는 여러가지 원인이 있을 수 있다. 일반적으로 폐렴이라고 하면 감염(세균, 곰팡이, 바이러스)에 의해 발생한 폐의 염증을 폐렴이라고 한다. 폐렴은 균에 의한 감염과 환자의 면역력 저하에 의해 발생하게 된다. 폐렴에 걸리게 되면 기침, 가래와 같은 호흡기 증상뿐 아니라 38.5도 이상의 고열, 오한, 전신 쇠약감, 식욕저하, 가슴 통증과 같은 전신 증상이 나타날 수 있다. 심한 경우에는 호흡곤란 및 의식 저하도 발생할 수 있다.

원인균에 따라 구분되는 폐렴의 종류

폐렴은 원인균에 따라 폐렴구균, 헤모필루스균 등 세균의 의해 발생하는 폐렴과 마이코플라스마, 레지오넬라균에 의해 발생하는 비정형 폐렴, 그리고 인플루엔자나 메르스와 같은 바이러스에 의해 발생하는 바이러스 폐렴이 있다. 이렇게 나누는 이유는 치료약제가 다르기 때문이나, 내원 초기에는 원인 병원체를 감별하는 것은 어려우며, 두가지 이상의 미생물에 의한 혼합 감염도 드물지 않아 감별하는데 어려움이 있다.

특히, 장기간 스테로이드와 같은 면역억제제를 복용하고 있는 환자는 정상 면역인은 잘 발생하지 않는 폐포자충 폐렴이나 곰팡이 폐렴 등이 발생할 수 있어 주의해야 한다. 가장 흔한 폐렴은 폐렴구균에 의한 감염이며, 소아의 경우에는 마이코플라스마에 의한 발생 빈도가 높다.

【폐렴 발생 고위험군】

- ▲천식, 만성폐쇄성폐질환 등 호흡기 질환자
- ▲알코올 중독자 또는 장기간 흡연자
- ▲간경화, 만성신부전증, 심근경색 증 등 만성질환자
- ▲면역력이 저하된 암 환자

폐렴 예방은 건강관리와 예방접종

평소 건강한 몸 상태를 유지하기 위해 규칙적인 식사와 운동, 충분한 수면 등을 통한 건강관리를 하는 것도 폐렴 예방법 중 하나이다. 면역력이 저하되었을 때 폐렴 위험성이 높아지기 때문이다. 또한 올바른 손씻기와 기침예절을 지키는 것이다. 폐렴은 호흡기감염질환으로 입으로 세균이나 바이러스가 들어와 전염이 되는데 주경로는 손이다. 때문에 손씻기 등 개인위생을 철저히 하고 기침 시에는 팔꿈치 안쪽으로 입을 막거나 마스크를 착용하는 것을 권한다.

【올바른 손씻기와 기침예절】

1. 외출 후에 손위생 실시
2. 기침이 심할 경우 마스크 착용
3. 기침·재채기는 휴지나 옷소매로

특히, 만 65세 이상에서 급격히 폐렴 발생 위험도가 높아지므로 반드시 예방접종을 해야 한다. 만성 폐질환, 요양기관에 있는 사람, 치매, 경련성질환, 울혈성 심부전, 심혈관질환, 당뇨병, 만성간질환 등을 갖고 있는 환자나 생후 6~59개월의 소아들도 예방접종이 필요하겠다. 폐렴 예방접종이라고 해서 모든 폐렴을 예방할 수 있다고 착각하는 분들이 많은데 그렇지 않다.

현재 가장 흔하게 시행되는 예방접종은 폐렴구균에 대한 예방접종으로 23가 다당류백신(PPSV23)과 13가 단백결합백신(PVC13) 두 종류의 예방주사가 있다. PPSV23은 폐렴구균 혈청형 23종에 대해 면역력을 얻을 수 있으나 지속기간이 짧은 단점이 있으며, PVC13은 13종에 대해 면역력을 얻을 수 있어 PPSV23에 비해 획득할 수 있는 종이 적으나 장기간 지속되는 양질의 항체를 생산하여 지속기간이 긴 장점이 있다. 따라서 현재 지침에는 일정한 시간간격을 두고 두 종류의 백신을 다 맞도록 권고하고 있다.

또한 독감의 가장 흔한 합병증 중 하나가 폐렴이다. 독감 바이러스에 의한 폐렴이나 2차 세균 감염에 의한 세균성 폐렴에 걸릴 수 있기에 독감 예방접종을 매년 맞는 것도 폐렴을 예방하는 좋은 방법이다.