

チェスト!!

発行日:2019年7月26日

Vol.04

第44回全日本民医連呼吸器疾患研究会in鹿児島NEWS

演題・抄録締切迫る!



7/31(水)締切

例年より開催時期が早く 10月 第一週開催 10/4(金)-5(土) です!
お早めの演題・抄録登録をお願いします!!

募集中!

目標:80演題!!

まだ8演題。(7/25現在)

<演題一覧 7月25日現在>

1	口腔環境を整えるために～口腔ケアの技術徹底を目指す～	福岡	看護師
2	当院での「カゼ薬・A」の舌下投与療法の効果について	石川	医師
3	吸入依存があるアルツハイマー型認知症患者との関わり	福井	看護師
4	経鼻挿管管理が必要な肺腺癌終末期患者の自宅退院支援の一例	鹿児島	看護師
5	誤嚥予防を目的とした経管栄養投与時の体位統一への取り組みについて	福岡	看護師
6	当院RST誤嚥性肺炎対策ワーキンググループ ～体位ドレナージグループ活動報告～	長野	理学療法士
7	新生児HF T3症例を経験して	鹿児島	臨床工学技士
8	小学生に対する喫煙防止教室の喫煙防止の意識への効果	大阪	医師

“かごんま” ですよ情報③ <砂蒸し風呂>

※ですよ=「そうです」「そうなんです」と同意

みなさまは「砂蒸し風呂」をご存じでしょうか?
そう、海岸の砂浜に埋まり、蒸し風呂のように楽しむことができるアレでございます。
約300年もの昔から、湯治に訪れる人々に愛されてきました。



鹿児島県内には多くの温泉地がありますが、砂蒸し温泉は主に指宿市で楽しむことができます。砂の中に入るだけで気持ち良いの?と疑問に思われるかもしれませんが、程よい砂の重みと温かさ(熱いくらいです)で発汗作用もあり、とてもスッキリしますよ。ダイエットにも効果があるかも♪

鹿児島大学医学部田中教授らの調査によると砂むしに入ると心拍出量が増え、体の深い所の体温が上がるなどたくさんの効き目があることが発表されています。

血液循環を進めることによって老廃物の排出や炎症性・発痛性物質を洗い出し、十分な酸素栄養を供給することによって人の体をリフレッシュさせるとのこと。

この調査での砂むしの効果は、普通の温泉のなんと3～4倍だといわれています!

また、砂蒸し温泉の後は、湯船の温泉につかりスッキリさっぱりリフレッシュできます。

鹿児島に来られた際は、ぜひ一度お試しください。暑い夏こそ、砂蒸し風呂や温泉で疲労回復してくださいね。

【お問い合わせ先】 第44回全日本民医連呼吸器疾患研究会事務局

〒891-0141鹿児島市谷山中央5-4-12 (鹿児島民医連事務局内)

☎ 099-266-1531 FAX 099-266-1530 E-mail:info@kagoshima-min.jp

【URL】 <https://minkoken44.secand.net/>



詳しくはこちらをクリック!