

食中毒にご注意下さい

ニュースレター 第2号 2023年7月

発行：まつまえ循環器内科クリニック

食中毒を引き起こす細菌やウイルスは私たちの生活のいたる所に存在しています。その原因菌をいかに体内に取り込まないようにするのが食中毒予防のポイントです。腹痛や下痢、嘔吐など**辛い食中毒**を予防するための三原則を確認しましょう！

食中毒予防のための3原則

つけない

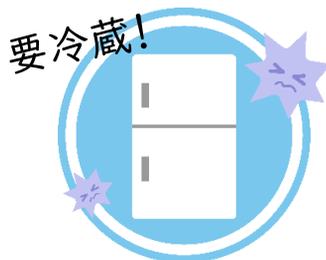
- ◆ 手洗い
(調理前、食事前)



- ◆ 調理器具の洗浄
- ◆ 調理器具の使い分け

ふやさない

- ◆ 低温で保存する
- ◆ 作ったら早めに食べる

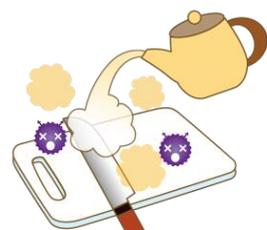


やっつける

- ◆ 中心部までしっかりと加熱する



- ◆ 調理器具の消毒
(熱湯、塩素系漂白剤)



心臓リハビリを広めるお手伝いをして下さいますか？

当院は、心臓の病気の再発・再入院ゼロを掲げています。

これを達成するために、心臓や血管の病気を患っておられる方の標準治療(まず行うべき治療)として、心臓リハビリの実施が推奨されておりますが、全国的に見ても取り組んでおられる患者さんが少なく、またそもそも知名度が低いということに悩んでおります。

当院では、院内サイネージ(診察室上のTV画面)やチラシなどを活用して心臓リハビリを「皆様に知って頂く為の活動」を始めることにしました。

もし、皆様のご家族、ご友人の方に心臓の病気を患っておられる方がいらっしゃいましたら、「心臓リハビリって知ってる?」と一言お声がけいただけましたら幸いです。

