



今年は例年より10日早く梅雨明けし、突然猛暑がやって来ました。

7月7日七夕の日、全国で900人以上の方が救急搬送されました。そのうち約800人が、関東圏の方々でした。救急搬送された高齢者の半数は、エアコンがあっても使わずにいた方々でした。

年々、最高気温が上昇傾向にあり、テレビやラジオで予防を呼びかけていますが、熱中症にかかる人数が増加しています。



初期症状発見のポイント

- ① 何となく元気がない。認知症状のある方は、いつもより症状が強くなる(せん妄)場合があります。
- ② いつもは湿っている腋下が、ツルツルして乾燥している。
- ③ 微熱が出る(こもり熱)。

予防のポイント

- ① 室温28℃を超えない様、エアコン・扇風機を活用する。室内に温度計を置き確認しましょう。
- ② 涼しい服装
- ③ こまめに水分補給。水・お茶だけでなく、電解質を含んだスポーツドリンクや野菜ジュース等も効果的です。スポーツドリンクの買い置きがなくて困った場合……自宅でも簡単に作れます。 水 1000ml+塩3g+砂糖40g



介護のはてな? 第13回「在宅を支える老人保健施設」

昨年一度「はてな」で紹介した、老人保健施設についてもう一度。

この施設は、今後在宅での介護生活を支えるかなめになるといわれています。長く入所する施設ではなく、不調になった方が、暫時入所して毎日リハビリを行い回復して自宅に戻る。戻った後も、その老人保健施設からの、訪問リハビリを受けたり、その老人保健施設のデイケア、時にはショートステイを利用したりして、継続的につながりを持つ。そしてまた、入所が必要な時には入所して、体調管理し回復につなげる。そのような、在宅生活を支える土台となることが期待されています。家での生活がむずかしくなったら入所、という一方通行でなく、出たり入ったりするのも選択肢の一つに。

「在宅復帰・在宅療養支援機能加算」との長い名称になりますが、昨年度から旭区内の老人保健施設のうち、4か所がすでに名乗りを上げています。

これは便利!! 「取っ手付き汁椀」

汁物などお椀で飲みにくい方は、片手でも指をしかりと掛けやすい、大きな取っ手付き汁椀があります。食器洗浄機や電子レンジもOKです。

お問い合わせは 秀島まで

