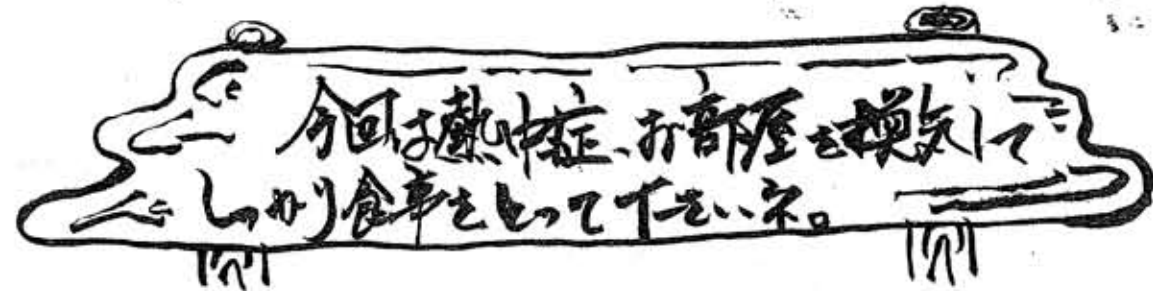




前回の「在宅介護を始め」では多くの意見や感想など頂き、様々な介護のあたりがあるんだと勉強させていたたきました。少しも楽しみたしてもらえよう続けたいです。



熱中症

--- 人間の身体は、体温が上がっても汗や皮膚温度が上昇することで、体温が

体温調節が自然と行われます。ところが、気温や湿度が上がっていくと体温の上昇と調整機能のバランスが崩れ、どんどん身体に熱が溜まってしまいます。このような状態が熱中症です。

熱中症を引き起こす3つの要因

環境: 気温が高い。湿度が高い。風が弱い。

日差しが強い。閉め切った屋内。急に暑くなった日。熱波の襲来。

からだ: 高齢者、幼児や肥満、糖尿病の方、低栄養状態、二日酔いや体調不良、下痢やインフルエンザで脱水状態。



行動: 激しい筋肉運動や慣れない運動
長時間の屋外作業、水分補給できない状態。

熱中症の疑いがあるときは...

熱中症を疑った時には、放置すれば死に至る緊急事態であることをまず認識しなければなりません。重症の場合は救急車を呼ぶのと同時に、現場ですぐに体を冷やし始めることが、とても大切です。

応急処置

- 風通しのよい日陰や、できればクーラーが効いている室内などに避難させましょう。
- 衣服を脱がせて体から熱の放散を助けます。
- 露出させた皮膚に水をかけて、うちわや扇風機などで「あおぐ」ことにより体を冷やします。
- 下着の上から水をかけても良いでしょう。

氷のうなどがあれば、それを前頸部の両脇、脇の下、大腿の付け根の前面、股関節部に当てて皮膚の直下をゆくり流れている血液を冷やすことも有効です。

深部体温で40℃を越えると全身けいれん、血液凝固障害(血液が固まらない)など危険な症状もあらわれます。

このら介護法など変わり配食サビスの役割も変わってきます。必ず確認はもとよりバランスのとれたお弁当と笑顔でお届けします。



訪問看護の仕事ってなに？

取材に行きます ☺☺☺