



聖隷訪問看護

ステーション浦安だより

新春を迎え、お健やかな日々をお過ごしのこととお喜び申し上げます。

寒い冬を健康にお過ごしいただくために、「冬の脱水」についてお伝えします。

冬に見られる脱水の要因

外的環境

・外気が乾燥している
・暖房で室内も乾燥している ↓
「不感蒸泄」で体から自然に水分が失われる



内的環境

・水分を失っている自覚がない
・のどの渇きを感じにくい
・汗をかいている実感が少ない ↓

水分補給が足りない

冬でも脱水しやすく水分補給が大切

介護の工夫

自宅で介護をされている方・受けているかた、お風呂の入れないときに陰部洗浄どうしていますか？100円ショップの物品やペットボトルの工夫一つでシャワーと同じような爽快感が得られる方法があります。

介護用品 通信販売でも購入可能



100円ショップで購入可能

ペットボトルをひと工夫

1 空のペットボトルをよく洗う



2 ふたに小さい穴をたくさんあける



3 お湯を入れてふたを閉める



4 シャワー完成！



今月の職員紹介

当ステーション開設当初より勤務しており、訪問看護に携わりもうじき2年になります。

病院・施設勤務を経て訪問看護に参りましたが、ご自宅に訪問し対象者様・連携機関と日常生活をお支え出来ます事にやりがいと責任を感じております。

これからも笑顔と心を込めた対応に努めて参ります。



山口美生



当ステーションの素敵なお利用者様

訪問当初は、自分の体の変調に辛さを感じておられた方でしたが、徐々にご自身でも頑張りすぎず前を向き、笑顔素敵に日常生活が整ってきております。

もともとご主人思いの、ご主人も奥様思いのご夫婦、今では体調と相談しながら朝の三時には起きご主人の出勤準備、ご主人も早く帰ってこれるよう早朝に出勤と、真冬ですが、アツアツのご夫婦愛です

地域連携担当 山口