

令和5年8月発行

ケアマネだより



★社協理念：あたたかい手 やさしい心で つなげよう 福祉の輪

★経営方針：おもいやりと 笑顔の介護で 地域福祉を支えます

連日暑い日が続いておりますが体調を崩していないでしょうか？消防庁の統計によると令和5年7月24日～8月13日の新潟県内の熱中症による救急搬送人員は令和4年度と比較すると2倍以上になっているようです。8月も後半となり朝晩は涼しくなってきますが日中の気温はまだまだ高くなります。喉の渇きを感じなくてもこまめな水分、塩分補給を心がけましょう。

【熱中症の応急処置】



熱中症を疑う症状がありますか？

(眩暈・湿疹・筋肉痛・筋肉の硬直・多量の発汗・頭痛・不快感
吐気・嘔吐・倦怠感虚脱感・意識障害・痙攣・手足の運動障害・高熱)

はい

呼びかけに答えますか？

はい

水分を自力で摂取できますか？

はい

水分・塩分を補給する

多量に汗をかいている場合は、塩分の入ったスポーツドリンクや経口補水液、食塩水がよいでしょう。

症状が良くなりましたか？

はい

そのまま安静にして回復するまで十分に休息をとりましょう。

いいえ

救急車を呼ぶ

救急車が到着するまでの間に応急処置を始めましょう。呼びかけへの反応が悪い場合は無理に水を飲ませてはいけません

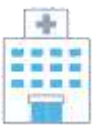
涼しい場所に避難し

服をゆるめ体を冷やす

氷のう等があれば、首・脇の下・太腿のつけ根を集中的に冷やしましょう

医療機関へ

本人が倒れた時の状況を知っている人が付き添って、発症時の状態を伝えましょう。



出典：厚労省資料

編集後記：

夏生まれの人は、冬生まれの人に比べて汗腺の数が多いため体温調整がしやすく、暑さに強い傾向にあるとのことですが、夏生まれの私はこの暑さで昼も夜もエアコンを消すことができません。
喜多村



魚沼社協居宅介護支援事業所

〒946-0062

一日市 320番地（北魚沼農協
藪神プラザ店2階）

TEL:025-792-8184

FAX:025-792-8060