

愛心便り 7/8月号

安全な在宅生活は愛心で安心!

愛心訪問リハビリ TOPIX メモ:熱中症予防

気象庁より今年は例年よりも早く梅雨明けしたため、早めの熱中症対策が必要といわれています。熱中症の症状は、めまい、立ちくらみ、頭痛、吐き気、倦怠感、意識障害など様々です。

～熱中症予防できていますか?～

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> こまめに水分補給している | <input type="checkbox"/> 涼しい服装で外出時には日傘、帽子を使用 |
| <input type="checkbox"/> エアコン・扇風機を上手に使用している | <input type="checkbox"/> 部屋の風通しを良くしている |
| <input type="checkbox"/> シャワーやタオルで体を冷やす | <input type="checkbox"/> 緊急時、困った時の連絡先を確認している |
| <input type="checkbox"/> 部屋の温湿度を測っている | <input type="checkbox"/> 涼しい場所、施設を利用する |
| <input type="checkbox"/> 暑い時は無理をしない | |

〈補足〉

寝る前だからと水分を我慢せず、こまめな水分補給を心掛けましょう。汗をかいた時は、適度な塩分補給も必要です。また、暑さを感じなくても温度が上がった時はエアコンをつけるなど、常に注意しましょう。エアコンが苦手な人は、温度設定や風向きを調整しましょう。

～ご挨拶～

理学療法士の芦川太基です。今年の4月より湘南鎌倉総合病院から愛心訪問看護ステーションへ異動となりました。今までは入院されている方を対象に、体力・筋力低下予防のためにリハビリテーションを提供させて頂いておりました。訪問リハビリは初めての経験であり、日々学ぶことが沢山で刺激的な毎日を過ごせています。学びを積み重ね、利用者様に訪問リハビリを通じて元気を与えられるように精一杯がんばります。よろしくお願い致します。

理学療法士・作業療法士が
それぞれのお宅にお伺いして
支援します



訪問リハビリで在宅生活をサポート!

1 回のリハビリ提供時間:
介護保険をご利用の方: 40分 または 60分
医療保険をご利用の方: 30分以上～60分未満

利用者様第一の丁寧な対応を心掛けています!
ご利用をご希望の方、ご相談などがありましたら、
御気軽にお問い合わせ下さい。

空き状況は随時変動があります。
訪問看護・訪問リハビリのご依頼があれば右記まで
ご連絡下さい。

【愛心訪問看護ステーション】

〒247-0066 鎌倉市山崎 1202-1
電話: 0467-45-0467 FAX: 0467-45-8863
営業日: 月～金(祝日含む)
訪問エリア: 鎌倉市、横浜市栄区一部

【愛心訪問看護ステーション 葉山支所】

〒240-0111 三浦郡葉山町一色 1746-2
電話: 046-864-0010 FAX: 046-876-3847
営業日: 月～金(祝日含む)
訪問エリア: 逗子市、葉山町