

まいる互版

<連絡先>【日野病院組合*在宅介護支援事業所】

☆訪問看護ステーション

☆在宅介護支援事業所

0859-72-2706

0859-72-2723

酷暑が過ぎ、日に日に秋の気配が近づいてきましたが、まだまだ日中は暑い日が続いています。皆様、体調には十分に気をつけて過ごしましょう。

今回は、訪問診察で地域を回っている佐々木医師に秋にも気を付けたい脱水についてのお話をお願いしましたので、ご紹介します。

【脱水についてのお話】



日野病院組合
在宅介護支援事業所 副所長

佐々木 修一医師

体内の水分量が不足したときに起こる「脱水症」は、食事や水分の摂取量が減りがちな高齢者が気をつけたい症状の一つです。本人も周囲も気づかないまま脱水状態に陥ることを「かくれ脱水」といい、この段階で正しい処置を施さないと、重症化して命にかかわることがあります。脱水症のリスクが高くなる夏場だけでなく、常に高齢者が水分を摂りやすい環境を整え、脱水症に陥らないように予防することが大切です。

脱水症は、年齢を問わず誰でもなってしまう可能性があります。特に高齢者が脱水症に陥りやすいのには、高齢者特有の理由があります。その理由としては、体内の水分量が減っている、内臓の働きが低下している、のどの渇きに気づきにくい、病気や排泄障害がある、薬を服用しているなどが挙げられます。

脱水症の症状は、軽度の場合、皮膚、口の中、脇の下が乾いていたり、ぼーっとしているなどが挙げられます。中等度になると、頭痛、吐き気などが見られることもあります。重度になると、声をかけても反応がなくなったり、意識がなくなったり、けいれんを起こすこともあります。

軽度の脱水症の場合、十分な水分と電解質を補う必要があります。市販の経口補水液なども効果的です。中等度の場合は水分摂取を十分に行うとともに、改善がみられなければ医療機関の受診をお勧めします。重度の場合、点滴などが必要なことも多く早めに医療機関を受診しましょう。

まだまだ、気温の高い日が続きます。積極的にエアコン等を利用し適切な室温、湿度に調節し、定期的に水分補給を行いましょ。とくに高齢者の方は、周囲が水分補給をサポートしてあげることにより、脱水症を未然に防ぎましょう。



～学会報告～

報告者：訪問看護ステーション 主任理学療法士 田中 武志

今回、2019年6月21日にパシフィコ横浜で開催された第24回緩和医療学会学術大会において、がん終末期患者に対するリハビリの症例報告をさせて頂きました。昨今、日野郡において在宅復帰されるがん終末期の患者さんは減少傾向にあります。しかし、人生の最後を自宅で迎えたいと願っておられる患者様も少なからずおられます。今回報告させていただいた患者様も自宅に復帰できたことで、生活の質がとても向上していました。今後も地域で最期を迎えたいと思われている患者様のためにも、訪問看護ステーションスタッフが提供する緩和ケアの質の向上を図っていきたくと考えています。

