

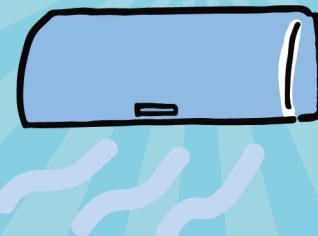
熱中症を 予防しよう!!

水分補給を しよう！



マスクで喉が湿っていると喉の渴きを感じづらくなるため、脱水状態に気がつかず、熱中症のリスクが高まります。

室温管理 しよう！



施設内ではご利用者様の希望に合わせて室温が高めに設定される事がありますが、加齢により感覚が鈍くなっている場合があるので衣類などで調整して室温を管理しましょう。また入浴介助は高温の中の重労働となるので職員が脱水症状にならないように注意が必要です。



声掛けを しよう！

高温多湿の環境では利用者様だけでなく、職員も熱中症のリスクは高まります。声掛けをこころがけて利用者様、職員同士でも小さな変化を見逃なさいようにしましょう。



塩分補給を しよう！

汗をかくと、水分、ミネラルが失われます。熱中症を予防するためにはミネラルの補給が欠かせません。水分だけ補給してミネラルを補給しないままでいると、「低ナトリウム血症」を引き起こす恐れがあります。

