



青い鳥通信8月号



青山訪問看護ステーション

《熱中症に気を付けましょう》

高齢者の方は、温度に対する感覚が弱くなるため、室内でも熱中症にかかりやすいと言われています。気温・湿度計を活用し、快適な室内環境をつくりましょう。

快適室内温度

- | | | | |
|----|--------|----|--------|
| ・夏 | 25～28℃ | 湿度 | 55～65% |
| ・冬 | 18～22℃ | | 45～60% |



《熱中症の症状》

- ・体温の上昇、脈が速くなる
- ・体のだるさ、吐き気
- ・めまいや顔のほてり
- ・汗が異常に出る、もしくは全く汗をかかない
- ・筋肉がつる、けいれんする

《熱中症かな、と思ったら》

- ・涼しい場所へ移動する
- ・体を冷やし、体温を下げる
(保冷剤で首筋・脇・脚の付け根を冷やす)
- ・塩分・水分を補給する

※ 医療機関を受診しましょう！

看護 空き状況	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	△	△	○	○	△	△
午後 13:00～17:00	△	○	○	○	△	△

- 空きあり。
 - △ 若干、空きあり。
 - × 対応できる場合あり。
- お問い合わせください。

リハビリ 空き状況	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	△	○	△	△	○	△
午後 13:00～17:00	△	○	△	○	○	○

訪問エリア

- ※ 羽曳野市
- ※ 藤井寺市
- ※ 松原市
- ※ 堺市 東区
- ※ 堺市美原区
など。

ブログ 随時更新中！！

スタッフのプライベートな話が満載(?)
ぜひ、遊びに来て下さい。



<http://www.aoyama-care.jp/nurse/index.htm>



青山訪問看護ステーション

藤井寺市野中 1-44-1 TEL 072-952-4174
FAX 072-939-5355

青山訪問看護ステーション羽曳野出張所

羽曳野市伊賀 4-6-1 TEL 072-931-4174
FAX 072-937-1016

営業日：月～土（祝日あり）

営業時間：8：45～17：30

管理者：山内

