

特別養護老人ホーム 三愛園

「しおかぜ」だより 令和5年8月号

いよいよ本格的な夏の暑さになってきましたが、お変わりなく過ごされていますでしょうか。夏も本番で、熱中症対策をしていますでしょうか。熱中症の原因としましてはご存じの方もいらっしゃると思いますが、気象状況、エアコンなどを使用していない、水分不足、日中の激しい運動などがあります。また、熱中症になりやすい方は、65歳以上15歳未満、持病（心疾患、高血圧、糖尿病、認知症など）、女性より男性の方がなりやすいなどがあります。初期症状としまして、めまいや、立ち眩み、筋肉のこむらがり（足がつるといった症状）、気分不快、手足のしびれなどがあります。こういった症状になられた場合は、体を冷やしたり、水分補給、塩分の補給をするように心がけた方が良いと思います。例年、熱中症で入院や亡くられる方もいますので、気を付けて過ごしてください。施設の利用者様は、職員みんなで気を付けて支援していきます。暑い日が続きますが、遠縁の家族様願っています

