

かゆいところに**手**が届く



まごのて通信



医療法人社団 緑愛会 湖山病院訪問看護ステーション 令和8年1月発行

迎 おめでとうございます **春**
うまどし
今年は午年です

馬は古くから人々の暮らしを支える存在で、その行動力や生命力から「**前進**」「**繁栄**」「**活力**」をもたらす象徴とされています。そのため午年は新しい挑戦や転機に縁起が良い年と言われています。



管理者: 石川容子

謹んで新年のお慶びを申し上げます。旧年中は格別のご愛顧を賜り、心より感謝申し上げます。本年も**ウマ**(馬)くいく年となりますよう、お祈り申し上げます。今年も感謝の気持ちを忘れず、スタッフ一同さらに成長していきたいと思ひます。引き続き、どうぞよろしくお願い申し上げます。



★今回は、利用者様に「まごのて通信」の題字を書いて頂きました！★

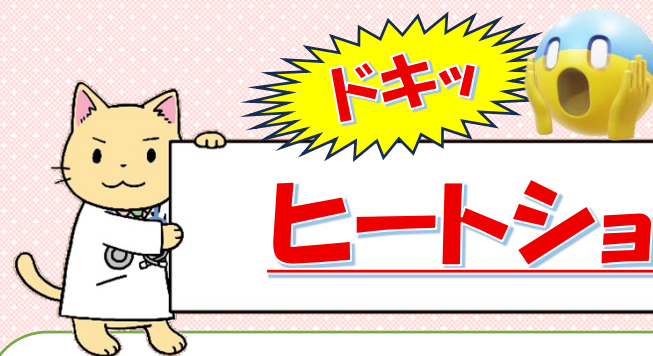


米沢営業所を利用中の
K.K 様

ゆっくりと好きなことを
していたい 86 才です。



●訪問看護ステーションでは、題字を書いて頂ける方を募集中！



ヒートショックに要注意！

ヒートショックとは？

暖かい部屋から寒い部屋への移動など、急激な温度の変化により血圧が上下に大きく変動すると、心臓や血管に負担がかかり、**命に関わる重大な事故**につながる可能性があります。

冬場は特に注意が必要です！



こんな場合に起こる！

寒い**脱衣所・浴室**

↓
熱い**お風呂**



血圧急低下

熱い**お風呂**

↓
寒い**脱衣所**



血圧急上昇

暖かい**寝室**

↓
寒い**トイレでいきむ**



排泄
(血圧低下)

暖かい**室内**

↓
寒い**廊下や屋外**



(血圧上昇)

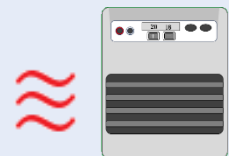


対策のポイント

入浴前後は
十分な水分摂取



暖房器具で
脱衣所を暖める



入浴時、家族に
一言かけておく



入浴前は
かけ湯をする



お湯の温度は
41度以下に



トイレ内や便座を
暖めておく



部屋を暖めて
から着替える



医療法人社団 緑愛会 湖山病院訪問看護ステーション

<川西事業所>

川西町大字下奥田 3796-20

☎0238-42-2071

<米沢営業所>

米沢市塩井町塩野 1482-4

☎0238-42-2071

<山形営業所>

山形市上桜田 5-1-1

☎023-615-1123

ブログ インスタグラム

