

訪問看護ステーション ほほえみ

No.136 2011.6.30

電話 (0573) 70-1017

湿度の高い日は、不快指数が上
がって、心も体も重い感じがしま
す。梅雨明けがまちどろしいで
す。

気温が高い日は、熱中症・脱水
予防に水分補給を心がけてくだ
さい。ただし、ジュースなどの甘
い飲み物の摂りすぎにはご注意
ください。

お知らせ・お願い

職員の夏期休暇について

七月から九月の間に夏期休暇
をとります。訪問日の変更や中止
のお願いをすることがあります。
ご理解とご協力をお願いいたし
ます。

介護のポイント

快適でやさしい排泄ケア

排泄は、体内で不要になった老
廃物をためて出すことです。命を
維持していくための大変重要な
生理機能です。排泄の世話を受け
ることは恥ずかしい気持ちが強
く、人の尊厳にかかわることでも
あります。

排泄は「待ったなしのケア」と
いわれます。尿意・便意があつた
時にケアが行われなければなり
ません。

よい排泄をするためには、食事
をきちんと食べること、水分を控
えないことが重要です。

①本人のペースで行うこと

尿意・便意を大切にし、そのタ
イミングでのお世話をしましよ
う。

②排泄用品を選ぶ

おむつ、尿器、ポータブルト
イレなどの排泄用品がたくさん
開発されています。自分に合
ったものを選んでください。

③排泄ケアは頻回なケア

排泄には休みはありません。そ
して一日に何回もケアが必要
です。

④生活全体にかかわるケア

排泄は、食事、清潔保持、睡眠
などに影響があります。すつき
り排泄できることで、落ち着い
た生活が送れます。