

1月は大雪となりました。除雪が間に合わず、送迎に時間がかかった日もあり、利用者の皆様にはご迷惑をおかけしました。今年はまだまだ寒い日が続きます。安全第一で送迎や訪問をさせていただきますので、送迎時間の変更や事業所の臨時休業等の措置をとらせていただくことがあるかもしれません。ご利用者様、ご家族の皆様のご理解・ご協力をお願い致します。
 ※今月の運営推進会議は2月21日(水)13:30~14:30です。

いきいき

NO.19 平成30年2月 だより

あわら複合ケアサービス
 TEL 0776-77-2282
 あわら市二面2丁目302番地

1月の風景

すごろくや福笑い、たこ焼きパーティーをしました



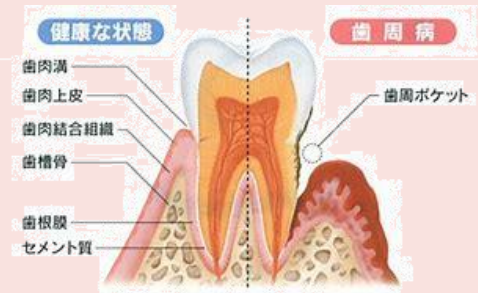
口腔ケアについて ~その5~

◎口腔ケアで予防できる様々な病気

《心臓病予防…歯周病の恐怖》

健康な人に比べて、歯周病の人は心臓病になるリスクが高いと言われています。歯周病菌は歯肉から血管を通り心臓にも移動し、血管壁に炎症を起こします。すると炎症部分が動脈硬化を起こし、狭心症や心筋梗塞の引き金となるのです。実際に動脈硬化を起こした血管の中のプラーク（動脈硬化の病巣）からは、肺炎クラミジア（肺炎などを起こす原因菌の一つ）などと並んで、歯周病菌が数多く発見されます。

『60歳未満で歯周病による骨の吸収（歯を支える歯槽骨が減少してしまうこと）、骨が溶ける等の重症の人は、そうでない人に比べて2.48倍心筋梗塞が発症しやすい』と報告されています。



あわら複合ケアサービスの紹介 ～その4～



◎どんな利用の方法があるの？ ～その2～

【利用者 B さんの場合】

B さんは長男家族と一緒に暮らしています。主介護者であるご主人様がお仕事をされているため、日中は主に『通い』をご利用されています。また週に2回、ご家族様の介護負担軽減のため『泊まり』をご利用されています。

	月	火	水	木	金	土	日
通い	○	○	○	○	○	○	—
訪問	—	—	—	—	—	—	—
泊まり	—	—	○	—	○	—	—

B さんは糖尿病のため、毎日の血糖値測定とインシュリン注射が必要です。『通い』に来られた時には看護師が血糖値測定やインシュリン注射、血糖値のチェックや、必要に応じて糖分の補給、褥瘡の観察や処置、定期受診前には主治医への経過報告書作成などを行っています。介護職員も食事量や排泄、睡眠状況の把握、入浴や足浴などを通して皮膚の観察などを行っています。状態に変化があれば、同事業所のケアマネージャーがケアプランを見直し、より良いサービスが提供できるようご提案をさせていただいております。

このように、利用者様が安定した体調で在宅生活を継続できるよう、介護職員と看護職員、ケアマネージャーが連携してタイムロスなくケアを行うことができるのが、あわら複合の魅力です。

～冬に起こりやすい高齢者の病気や事故～

看護師より



<インフルエンザ>

外出後の手洗い・うがいが予防の基本です。バランスの良い食事と休養で免疫力を高めましょう。特にビタミン A、C を多く含む食物を積極的に摂るのが効果的です。室内は加湿器などで適度な湿度を保ちましょう。

<ノロウイルス>



感染性胃腸炎などを起こし、高齢者が感染すると重症化することがあります。人や食品などを介して感染するので調理前、食事前、トイレの後には手洗いを。また、カキやアサリなどの貝類は加熱して食べましょう。

<入浴事故>

脳卒中、心筋梗塞などは冬季に増加します。脱衣場や浴室を暖かくし、入浴前に水分補給を行いましょう。湯温はぬるめ（39～41℃）にして長湯は控えましょう。また、食事の直後や気温の低い早朝・深夜には入浴しないようにしましょう。



<凍結などによる転倒>

路面凍結で転倒、骨折から寝たきりになることもあります。冷え込んだ朝の外出は控えるなどの用心も必要です。



<低温火傷>

「熱い」という自覚症状がないまま重症になることがあります。使い捨てカイロを貼ったまま寝たり、ホットカーペットの上で寝ないようにしましょう。

★あわら複合ケアサービスの精神★

理念 私たちはいつもあなたのそばにいます

- 目標
- ① 自宅での介護を希望されるご家族様を応援します
 - ② 日常生活でできる活動を通して筋力低下を防ぎ、脳の活性化を図ります
 - ③ 地域に密着したサービスを提供します

