

“結愛” ~ゆい~

『今月の豆知識』

今月は1年の中で12月～2月が最も多くなるといわれる、「高齢者の窒息事故」についてです。高齢者の窒息事故は交通事故よりも多く発生しており、おせちや餅を食べる年末年始は窒息が起こりやすくなります。また、唾液の分泌が少ない事や歯の喪失など咀嚼機能の低下も窒息の原因になります。

【窒息が起こりやすい食べ物】

加熱で柔らかくなりにくい物(イカやタコ、キノコ類)、硬い物(ナッツ類)、厚みのない物(海苔やレタス)、パサパサした物(パン、イモ類)、弾力のある物(こんにゃく、餅、練り物類)などが挙げられます。

【窒息しないような工夫】

○食べやすい大きさに切って、よく噛んで食べる ○普段から歯周病の予防や義歯の手入れをしておく
○お茶や水などで口の中が乾燥しないよう湿らせておく ○周囲の方がよく噛むように声掛けをする…など

【窒息した時の対処方法】※救急車を呼びましょう。

救急車が来るまでには時間が借かかるため、応急手当の方法を紹介をします。食べ物が口の中にたまっているのが見えたら、口の中から掻き出すようにしましょう。

○呼びかけに反応がある場合

咳をするように声掛けしましょう。咳ができない場合には、**背部叩打法**を行います。

背部叩打法

立たせるか座らせてうつむかせる→介助者の片手を窒息者のみぞおちあたりにあてる→介助者のもう一方の手の手首に近い部分で窒息者の左右の肩甲骨の中間あたりを強くたたく。

○呼びかけに反応がない場合

すぐに気道確保→心肺蘇生を行いましょう。



『通所リハビリテーション～紅葉狩り～』

石和温泉病院の近くにある八田御朱印公園に紅葉狩りへ行ってきました。気候も良く青空に紅葉が映え、とても綺麗でした。久しぶりの外出レクリエーションでしたが、秋晴れの中、気持ちのいい時間を過ごしていただきました。

