

## 住み慣れた自宅で 「できない」を「できる」に変えるために…

## 鮭川訪問看護ステーションともり

代表取締役 梅津 里香 様 (看護師)

はじめまして！鮭川訪問看護ステーションともりの管理者の梅津です！  
私たちは令和4年9月に開業し、去年9月で1年を迎えました。最上地方を中心に毎日元気に利用者様のご自宅へ訪問しております。



今回は“訪問看護”についてお話させていただきます♪

### 訪問看護とは？

自宅で療養する方のもとに医師の指示のもと、看護師などが訪問しケアを行うサービスです。主治医が作成する訪問看護指示書に基づき、健康状態のチェックや療養指導、医療処置、身体介護を行います。



利用者様とその家族の相談に乗り、アドバイスをすることも業務の1つ。利用者様・ご家族・主治医の橋渡しの存在として、また地域に関わる他職種との連携をスムーズに行う調整役として訪問看護師の役割は重要です。

利用者様の年齢は乳幼児から高齢者まで幅広い年齢が対象です。当事業所では、リハビリやターミナルケアまで多岐に渡り対応しております。24時間の緊急時訪問にも対応しているため、夜間の急変にも迅速に対応致します！

◎定期訪問 / 8:30~17:30(土日祝可・365日体制)

◎緊急時 / 24時間 365日



### 予防看護

保健師の資格を持ち合わせた看護師が予防の視点で関わり、介護予防を目的とした療養上のケアや診療の補助を行います。(理学療法士も在籍)

### 医療的ケア児

高齢者だけでなく、医療的ケアが必要なお子様が在宅で安心してご家族と暮らせるよう状態確認のほか入浴介助や外出時の見守り等の家族状況に合わせたサービスを提供致します！



【お問い合わせ先】

〒999-5203 最上郡鮭川村大字川口 2839-33

TEL: 0233-25-8227

## 脱水について

「なぜ水をなく経口補水液が優れているの？」



けんこう福袋7月号。今回は夏によく耳にする「脱水」についてのお話です。

脱水とは、体内の水分が適切なバランスを保てずに不足する状態のことを指します。この状態が続くと身体の機能が低下し、重篤な症状を引き起こす可能性があります。脱水の原因としては、消化器疾患や発熱、過度の運動などが考えられます。

脱水症状が現れた際、経口補水液が他の飲み物よりも効果的な理由については、以下の点が挙げられます。まず、経口補水液は、水分だけでなく電解質（ナトリウム、カリウム、塩分など）も含まれているため、失われた水分や電解質を効率的に補充することができます。このため、体内

の水分バランスを素早く回復させることができます。さらに、経口補水液は、糖分やカリウムが適切に配合されているため、持続的に摂取しても消化や吸収に問題が生じにくい特徴があります。これにより、身体への負担が少なく脱水対策が行えるのです。

家庭での経口補水液の作り方は、砂糖大さじ4、塩小さじ2、小麦粉小さじ1を1Lの水に溶かしたものが基本となります。これにレモンやグレープフルーツなどの果汁を混ぜると飲みやすくなりますが、果汁をあまり入れすぎると糖分が多くなり吸収しにくくなるので注意が必要です。また、今回紹介した手作りの経口補水液は汗をかいた時の水分補給・脱水予防には適していますが、カリウムやマグネシウムなどのミネラルがあ

まり入っていないため、熱中症の時や胃腸炎の時など水分と同時にミネラル大量に失われている際の補給には適していません。こういった時には市販の経口補水液（OS-1など）を利用するようにしてください。

※経口補水液はご存知の通り、塩分が多く含まれているため、血圧が高い方や病院などで塩分を取りすぎないように指導されている方の飲み過ぎには要注意です。

症状が重篤な場合や赤ちゃんや高齢者には専用の経口補水液を使用するだけでなく、医師や専門家の指導を仰ぐことも大切です。脱水に対する適切な対処法を知り、早めに対策を行うことが健康を守るために重要です。

大町調剤薬局  
薬剤師 牛抱和也



## 大町調剤薬局

〒996-0023 山形県新庄市沖の町3-3  
TEL.0233-28-7235 FAX.0233-28-7868

暑くなってきましたね。水分補給をしっかりと行い、熱中症にはくれぐれも注意して過ごしましょう。