

まも～れ通信 8月号

発行日：2022/8

発行者：遠藤（愛）

リスクマネジメント委員会

褥瘡対策委員会

院内感染対策委員会

夏も終わりに近づいてきました。今年は雨も多く蒸し暑い夏でしたね。
マスクもなかなか手放せません。去年は熱中症について取り上げました。
今年は**脱水**について取り上げていきたいと思います！！

脱水とは

脱水とは、水分摂取量の低下あるいは体液排出量の増加、さらに両方によるなど何らかの原因で体液量（水と電解質）が減少している状態です。

脱水の分類と特徴

発生の機序によって大きく3つです。

・水欠乏性脱水、Na 欠乏性脱水、混合性脱水

臨床では混合性脱水が多いと言われているそうです。

スポーツや屋外での作業、二日酔いや食事を抜く、水分を取らないのは危険。

症状

軽症：頭痛、立ちくらみ、微熱、食欲不振、倦怠感

中等度：嘔気・嘔吐、めまい、筋肉痛、手足の痺れ、尿が濃い、少ない

重症：低血圧、身体に力が入らない、意識の混濁・失神、臓器不全

対処・治療

第一に経口摂取。水分補給が大事。できればミネラルを含んだものを。経口補水液やスポーツドリンクなど。コーヒーや紅茶などは利尿作用があるため脱水が進行します。自力で摂取できない状況の場合は点滴になります。こまめな水分摂取(2.5L)をこころがける。空気の感想も脱水に繋がると言われているので加湿も重要です。

なので。。冬にも脱水が起こることも

暖房の使用による空気の乾燥、厚着で汗をかきやすい、水分摂取が減少しがち。
冬の脱水にも注意していきましょう！！

リスマネ 遠藤（愛）



<褥瘡委員から> 5病棟 安藤

低栄養や摂取困難な患者さんへ対応している、当院の栄養補助食品を紹介します。

<エブリッチドリンク>

栄養成分：200kcal/125ml たんぱく質 8.2g 亜鉛 4.1mg

提供方法：①エブリッチドリンク毎食 1本のみ (600kcal)

②常食 B1/2+エブリッチドリンク 1本 (1100kcal)

③常食 B1/2+エブリッチドリンク 2本 (1300kcal)

味の種類：イチゴ・バナナ・ピーチ・メロン・コーヒー

148円(税抜)

個人購入可能



<エブリッチゼリー>

栄養成分：360kcal/220g たんぱく質 12.1g 亜鉛 0.8mg

提供方法：①エブリッチゼリー毎食 1本のみ (1080kcal)

②常食 B1/2+エブリッチゼリー 1本 (1260kcal)

味の種類：イチゴ・ブドウ・コーヒー

219円(税抜)

個人購入可能



<MA-R2.0>

栄養成分：400kcal/200ml たんぱく質 14.8g 亜鉛 4.8mg

提供方法：MA-Rのみ

提供本数：1~6本

味の種類：バナナ

これだけで最大 2400kcal
バナナ味は高齢者に好まれます☆



<感染委員から> 2病棟 長峰

★コロナワクチン4回目が始まっています！！

コロナワクチン3回目を接種している方で5ヶ月以上経過している場合、コロナワクチン4回目の接種が可能になります！当院でも4回目のワクチン接種の受付、予約を行っています。コロナワクチンに関しては、副反応の話が多く取りあげられる部分もありますが、2回目の接種から一定の期間において、**ファイザー社のワクチンは95%、モデルナ社のワクチンは94%の発症予防効果がある**と確認されています。たとえ感染したとしても**重症化予防**にもなるため、心配な方は接種を検討しても良いと思います。



コロナワクチンへの不安がある方もいると思います。厚生労働省のホームページに新型コロナに関する情報が記載されているので、気になる方はチェックしてみてください。

当院では、**9/15**にモデルナ社、**22日**にファイザー社のコロナワクチンを実施予定です。2回目、3回目のワクチンが未接種の方で接種を希望される方も受け付けておりますので、当院でコロナワクチンの接種を希望される方は、外来スタッフまでご相談下さいね！