

泉区在宅医療相談室たより

TEL 045-382-9810 FAX 045-382-9811

Mail:soudan-izumi@chic.ocn.ne.jp

Vol.15

2022年8月



泉わくわくプラン推進キャラクター いずちゃん

立秋を迎えてもまだまだ暑い日が続いています。コロナ感染症の猛威で医療体制が大変になっています。暑くてクーラーは必要ですが、換気扇や扇風機などを活用し換気を行いながら熱中症対策にも取り組みましょう。水分補給は1度にたくさんではなくこまめに少しずつ（点滴飲みと言います）が効果的です。

救急医療はひっ迫していますが以下のような場合は救急車を頼みましょう

(参考) 消防庁救急車利用リーフレットより

< 顔 >

半分の動きが悪いまたは、しびれている
ろれつが回りにくい
周りが二重に見える、
見える範囲が狭くなる

< 頭 >

突然の激しい頭痛
突然の高熱
急にふらつく・立ってられない

< おなか >

突然の激しい腹痛
血を吐く

< 胸や背中 >

突然の胸の激痛
急な息切れ・呼吸困難
旅行などの後に痛み出した
痛む場所が移動する

< 手・足 >

突然のしびれ
突然片方の腕や足に
力が入らない

< 意識 >

意識がない
返事がない
もうろうとしている

< けいれん >

けいれんが
とまらない

< その他 >

物をのどに詰まらせた
交通事故や転落で強い衝撃を受けた
大量出血を伴いけがや広範囲のやけど



その他、いつもと様子が違う場合は **かかりつけ医や#7119** で相談しましょう

急に体調不良で搬送されたとき、また老後も含めて、人生の最終段階をどう過ごしたいかを元気なうちから考え、希望する医療・ケアについて家族や大切な人と話し合うことをアドバンス・ケア・プランニング(ACP)人生会議と呼び、啓発を進めています。

『まだまだ先のこと』ではなく急な時でもどんな医療を受けたいのか(人工呼吸器をつけるなどの延命処置を受けるかどうかなども含めて)

また最期をどこで過ごしたいのかなどを家族や医療・介護関係者と繰り返し話しあいましょう。

何度も繰り返し話すことが大切です。

万が一の時に、本人の大事な意思表示にもなります。

横浜市人生会議という無料動画があります。

是非ご覧ください。



主演:竹中直人

スマートフォンで手軽に動画が視聴できます。



主演:高島礼子

スマートフォンで手軽に動画が視聴できます。