

# 新ひだか町立病院コラム

## Vol. 3



### 入院 院内デイケアはじめました。

新ひだか町立静内病院は、令和2年8月から地域包括ケア病床を展開し、1年が経過します。

病状が安定していない中での在宅・介護施設復帰に不安がある場合、在宅復帰に向けた医療や支援を行う病棟が地域包括ケア病床になります。

多くの患者様に安心して在宅復帰をしてもらえるよう、当院では、在宅復帰支援の一つとして、令和3年4月から「院内デイケア」を導入しています。

院内デイケアは作業療法士と看護師が中心となり、身体機能や認知機能の維持・向上を図るため、今週は体操を30分間、レクリエーションは「ゲートボール」や「ちぎり絵」を行いました。

多くの方が安心して1日も早い在宅復帰ができるようサポートさせていただきますので、今後もよろしくお願いいたします。

### 院内デイケアの様子



### 院長のつぶやき



院長の小松です。

最近徐々に気温も上がり夏本番という感じですが、なかなか外出もできず、マスクも手放せない新しい生活様式が強いられておりますね。

特に暑い時期に注意したいのが「熱中症」です。

本来、屋外で過ごすことで体は暑さに慣れますが、それができないと熱中症にかかりやすくなります。特に高齢の方は体に水分を蓄える力が減り、のどの渇きを感じる感覚が低下します。さらに心臓や腎臓の機能が低下している場合、水分の出入りを調整する能力も衰え、脱水症状を起こしやすくなります。また、マスク着用により、心拍数・血中二酸化炭素濃度・体感温度の上昇など、身体に負担がかかりやすくなります。このため高温や多湿といった環境下でのマスク着用は、熱中症のリスクが高くなる恐れがありますので、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給（目安1時間あたり 150ml）を心がけましょう。また、周囲の人との距離を十分にとれる場所（少なくとも2m以上）で、マスクを一時的に外して休憩することも必要です。外出時は暑い日や時間帯を避け、涼しい服装を心がけましょう。

暑くなってきました・・・

作成：新ひだか町立病院

❁ 町立静内病院 0146-42-0181（代表）

新ひだか町静内緑町4丁目5番1号

❁ 三石国保病院 0146-33-2231（代表）

新ひだか町三石本町214番地