



高齢者の脱水と福祉用具選定のポイント

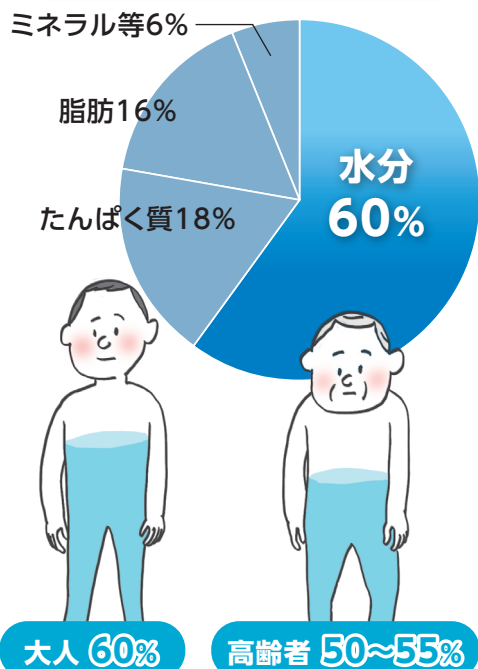
高齢者の脱水症状とは、

暖かい季節になるにつれ、熱中症(脱水症)の発生が急増します。熱中症は気温の影響を大きく受けますが、**加齢による身体機能の低下も密接に関係しています**。そのため、福祉用具を活用することで、予防が可能な面もあります。また、脱水は脳梗塞の原因にもなります。

本人も周囲も気づかないまま脱水状態になる
「かくれ脱水」
重症化すると命にかかります



ヒトのカラダ水分率



そもそも、なんで高齢者は陥りやすいの？

① 水分が入りにくい

▶ 感覚機能が低下

- ・食事や水分の摂取量が減る(摂食嚥下障害がある場合などに生じやすい)
- ・トイレの回数を減らすために、水分摂取を控えてしまう(移動に難しさ、わずらわしさがある場合に生じやすい)→**福祉用具にて対応が可能!**
- ・のどの渇きに気づきにくくなる

新型コロナウイルスの感染予防のためマスクをしている場面が多くなっています。マスク着用時も、マスク内の湿度が上がることで喉の渇きに気づきにくくなります。

② 水分を保ちにくい

▶ 筋肉量の低下

筋肉は水分を蓄る(筋肉の水分含有率は70%程度!)
加齢による筋肉量の低下は体内の水分量低下の大きな原因



③ 水分が出やすい

▶ 内臓機能の低下

体内の水分量をコントロールする腎臓の働きが低下すると、塩分濃度を適正に調節できなくなり、脱水症に陥るリスクが高まる

▶ 病気や排泄障害

頻尿者(糖尿病)など、余分に尿が排出されリスクが高まる

▶ 薬の服用

血圧を下げる薬(利尿作用のある薬を含む)、緩下剤など

水分が**1%**失われることに**倦怠感や精神錯乱**がでてきます



人間の体の約6割を占める体液は、血液・リンパ液・消化液などから構成されています

大量に汗をかくたり、発熱や下痢などの体調不良で水分が失われたりすることで、体内に必要な水分量と塩分量が十分でなくなります

脱水症状を防ぐには？

電解質も含めた1日に必要な水分

高齢者で体重50kgの方は、1日約2ℓが目安。

食事に含まれる水分は約1ℓなので約1~1.5ℓの水分を飲みましょう。

水分補給

水分補給量が減ることによる脱水対策



電解質補給

発汗や**下痢、嘔吐、尿**などとともに電解質が排出される水だけでは危険

水分・電解質両補給

水分の補給量減少と、排出量増加がともにみられる脱水時の対策(高齢者に多い脱水)

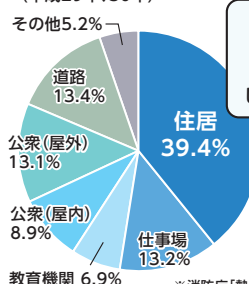
症状が出にくい、食欲の低下や尿回数低下など周囲の方が気づいてあげることが重要です。普段と様子が違う場合は、脱水を疑いましょう。起床時・入浴前・就寝前などの水分摂取を意識的に取り入れましょう。



部屋の温度や湿度調整で熱中症対策も心がけましょう

体温上昇で発汗が促され脱水温度に対する感覚の低下で体温調整がしにくい

熱中症による救急搬送の発生場所(平成29年、30年)



熱中症は**住居内**で多く発生してるんですよ



※消防庁「熱中症対策リーフレット」

トイレの回数や失禁を抑えたいからといって水分摂取を控えることは危険です!

移動に不安がある方も安心して移動できる環境を整えれば!?

活動量が維持できる

臥床時間の減少につながる

水分保持に大切な筋肉量低下の予防に

手すりやトイレ内環境を整え移動支援することが有効です

ベッドからの起き上がり、歩行サポートの整備

面タイプ手すり



面だから、手で体を支えやすい



ふちは持ちやすい形状でさらに、しっかり握れるスリットもあり安心です。

トイレ内の環境整備

トイレ用手すり



温水洗浄便座付き補高便座



ホワイト

居室内での排泄環境整備

ひじ掛け昇降で移乗しやすいタイプ



ラフィーネ



カバーをずらしボタンを押して昇降

介助移乗しやすいはね上げタイプ

ひじ掛けはねあげ

介助がしやすいようにひろびろスペースを確保!



家具調座楽シリーズ

ひろびろスペース



洗浄・乾燥機能で拭き取りがラクなタイプ

乾燥機能



拭き取り負担を軽減する乾燥機能



家具調トイレ座楽 シャワボット

洗浄機能は入浴できない時の陰部洗浄や便意促進にも役立ちます

温水流で肛門部を刺激してあげると便意をうながせます



直腸性便秘に有効と言われています

洗浄後は温風乾燥で拭き取り軽減



入浴時も脱水状態になりやすいので、**入浴前後の水分補給**も気を付けましょう



入浴前後のほか、**就寝時にも脱水になる危険性があります**就寝前後にも補給を心掛けましょう



▶ 当社商品をわかりやすくご紹介

「はやり動画」を
右記QRよりご覧ください。



Panasonic

動画で早わかり!

ポータブルトイレの活用術

ポータブルトイレ

タイプの紹介



商品を拝見した、商品選定をしましょう



たくさんの設置事例

導入検討に
お役立ち!

手すり事例集No.2



「お声」
工事不要で
場所を
選べず設置



「お声」
安定感があり
立ち上がりの
不安を解消

工事不要のレンタル手すりの設置事例を写真と販売店様の「お声」とともにご紹介



詳細は
「介護・生活快適商品
カタログ2019-2020」
をご覧ください。

上記品揃え以外にも取り揃えております。

プレポ

バックナンバーは
こちらから
ご確認ください



次回は

浴室内ひやりはっと
トップ3とその対策を
ご紹介します。

※データ通信料は、お客様負担となります。※お使いになる機器によってはご覧いただけない場合がございます。あらかじめご了承願います。

パナソニック エイジフリー株式会社 ケアプロダクツ事業部
〒571-8686 大阪府門真市大字門真1048

<http://sumai.panasonic.jp/agefree/products>

法人のお客様 製品・在庫に関するお問合せ TEL06-6908-8141
個人のお客様 製品に関するお問合せ



0120-365887

受付 | 9:00~12:00/13:00~17:00
時間 | (土、日、祝日休み)

このチラシの記載内容は2020年6月現在のものです。

ご利用は