

# FIELD ～フィールド～

第9号  
2019年10月発行

介護老人保健施設  
アルカディア  
ホームページQRコード→



## 今回のテーマは『体調管理と緊急時の対応』です。

体調管理をする上での注意点と在宅での緊急時の対応についてのお話をさせていただきます。



日々の生活の中でどんなに気を付けていても、体調変化は避ける事は出来ません。  
どなたでも、風邪をひいたり、お腹を壊してしまったりする事があります。  
こういった症状の他にも家族が見て「なんだかいつもと違う」というのは体調変化の大きなサインです。

「食欲がない」「身体がだるい」といった曖昧な症状にも脱水症や腎不全、心不全などの病気が隠れている事があります。

また、発熱も高齢者になると誤嚥性肺炎や尿路感染症などといった可能性があり、様子を見てみると重症化してしまう事があるため注意する必要があります。



特に季節の変わり目には体調変化が起きやすいため「いつもと違う」と感じたら、かかりつけ医や訪問看護師に相談してみてください。

また、いつもと様子が違うといっても「息をしていない」「意識がない」といった時には迷わず救急車を呼んで下さい。

救急車を呼ぶか迷うような症状で「呂律がまわっていない」「箸が持てない(落してしまう)」といった場合、脳血管障害(いわゆる脳梗塞や脳出血など)が疑われます。

「胸が痛い」「息が苦しい(呼吸が出来ない)」といった場合、心臓疾患や肺疾患が疑われ緊急を要します。

「いつもと違うけど・・・」救急車を呼ぶべきか迷ったら、かかりつけ医、又は#7119に相談し指示を仰ぎましょう。

急激な変化に動揺する事は当然です。  
家族などとも普段から連絡を取り合い、相談出来る環境作りも重要です。





病院へ行く？  
救急車を呼ぶ？  
迷ったら…



※引用・東京都消防庁救急センター

24  
時間受付  
年中無休

# 東京消防庁救急相談センター

自動音声ガイダンス

- 1 医療機関の案内
- 2 救急相談

## 救急相談センター

救急相談  
通信員  
医師機関案内



救急相談医  
相談業務における  
医学的判断プロセス  
の監督と最終決定



※救急相談は、日本救急医学会の監督により東京都医師会が編集したプロトコル(手順)に基づいて相談看護師が対応しています。また常駐している医師(救急相談医)が必要に応じて助言を行い、医学的見地に基づいた質の高い救急相談対応を行っています。



※自動音声ガイダンスの途中で番号操作は可能です。番号による応答がない場合は同内容を1回繰り返したのち、■につながります。

### <救急相談センターの主なサービス>

- 症状に基づく緊急性の有無のアドバイス
- 受診の必要性に関するアドバイス
- 医療機関案内

### <救急相談としてお受けできない内容>

- 健康相談
- 医薬品情報に関すること(調剤を除く)
- セカンドオピニオンに関すること

## 東京版 救急受診ガイド

東京消防庁のホームページで症状ごとの質問を答えていくと病状やけがの緊急度や、受診する科目を確認することができます。

東京消防庁ホームページ  
<http://www.tfd.metro.tokyo.jp>



スマートフォン用

病状やけがをした際に自ら緊急性の判断ができます。



携帯電話用



激しい頭痛や呼吸困難などの症状がみられたら

ためらわず

119番通報を!



すぐに119へ!

※詳しくは「東京消防庁救急センター」で検索ください。

毎月 第一土曜日 10時～11時30分 アルカディア1階通所フロア

10月5日

◇みんなで歌いましょう！脳トレ歌合戦！筋トレ歌合戦

11月2日

◇地域と共に高齢時代を支える アルカディアってどんなところ？

◇お口からの健康、運動からの健康

12月7日

◇介護保険の基礎知識 知っておきたい介護保険の制度について

近隣地域向け広報誌“FIELD～フィールド～”をご覧頂き、誠に有難うございます。

◇次回は来年の1月発行です。

次回も、皆様へお役立ち情報等をお伝えします。

◇アルカディアでは施設見学をお受けしております。ご興味のある方は下記までお問い合わせください。

◇ホームページでは施設内や行事などの紹介もしておりますので、QRコードよりご覧ください。

ホームページQRコード→



問合せ先：介護老人保健施設アルカディア

東京都武蔵村山市三ツ藤1-98-1

メール： [info@arcadia-kaigo.com](mailto:info@arcadia-kaigo.com)

TEL042-569-3900 (代)