

「寝たきり」に注意が必要!!

「風邪をひいて寝込んでしまう」「体の麻痺」「骨折のため動けない」「関節痛や腰痛治療のため長期間寝込む」このように、病気や障害によってベッドの上に寝てばかりいると寝たきりになることがあります。しかし、最近は病気や障害が原因ではなく、本当は「寝たきり」の必要が無いのに「寝たきり」になってしまう場合があります。



病気や障害がなくても「寝たきり」になってしまうことも!!

本当は「寝たきり」の必要が無く、元気な人でも、ちょっとしたことで「寝たきり」につながってしまう場合があります、そのまま「寝たきり」になる、お年寄りが増えています。

原因としては「転倒する」「風邪をひく」「じっとしている」「迷惑をかけたくない」などでベッドに入り、そのまま「安静にするためにずっと寝ておく」「寝ておく方が楽だから動かない」「転倒の危険がないからいい」「寝ておく方が介護する側の手がかかなくていい」と思い、ベッドから起き上がらず、最終的に「寝たきり」になってしまう場合が増えています。高齢者は、若い人と異なり、1週間寝込んだだけで、筋肉の力が衰えたり、起き上がろうという意欲が無くなり、簡単に「寝たきり」になってしまいます。



裏面は「寝たきり」の予防方法!!

「寝たきり」の予防方法

「寝たきり」を防ぐためには健康維持が大切ですが、それだけでは予防できません。様々な視点から見る必要があります。

○脳卒中と骨折をまず予防する

高齢者が「寝たきり」になってしまう原因はさまざまですが、多いのが脳卒中(のうそっちゅう)と骨折です。

○過度の安静は逆効果

過度の安静は、自立心を低下させるだけでなく、筋力も低下させます。けがや病気が回復したら、医師と相談して、できるだけ早く離床するようにすることです。

○早期からリハビリを開始する

食事や着替え、排泄など、日常動作でできることは、まず自分でやってみることです。また、退院後は足の筋力が低下していることが多いので、車いすや杖で歩行訓練も大切です。

○朝は着替えて生活にメリハリを

朝起きたら、かならず着替えて食事をするようにし、生活にメリハリをつけることがポイントです

○生活意欲の向上を

趣味を持ったり、外出での散歩やカフェ、ショッピングなどでの生活意欲の向上も大切です

この他にもさまざまな予防法があります。できるだけベッドから起き上がり「寝たきり」にならないようにしましょう。



買い物かごが載せれる

テイコブリトルワゴン

大好評!!



業界初!!

大容量ワゴンタイプ歩行者!!
カゴのせ機能付きで便利!!

組み立て寸法 : 幅 495×奥行 600×高さ 670~910mm
折りたたみ寸法 : 幅 495×奥行 600×高さ 670~910mm
ボックス寸法 : 幅 : 495×奥行 600×高さ 670~910mm
重 量 : 約 7kg

通常の
1ヶ月レンタル代 **3500 円**

介護保険での
1ヶ月レンタル代 **350 円**

歩行器5日お試しできます。



ヘルシーワンライト コンパル テイコブリトル

いろんな歩行器お試しできますので
スタッフまでお問い合わせください

福祉用具レンタル・住宅改修の

武美屋

大阪市住吉区菟田 5-13-23
TEL-6697-3398 FAX-6697-3498