



少しずつ日が長くなり、日差しが心地よい季節がやってまいりました。
寒暖定まらぬ時期ですので、風邪など召されませぬようご自愛ください。

生活環境改善サービス レイス治療院

じょくそう

褥瘡は予防が第一!!

「予防」と「早期の発見」が
重要です

褥瘡予防4か条

栄養状態

栄養の偏り、体重減少、
痩せて骨が出っ張って
いる方は要注意

創部の観察

手術の痕や褥瘡発生
しやすい部位の皮膚状態の
こまめな観察

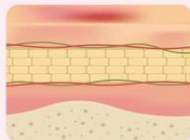
清潔保持

便や尿による皮膚障害
多汗やオムツを使用して
いる人は要注意

体圧分散

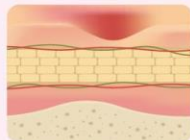
活動量低下により循環不良と
加圧に要注意こまめな体位
変換が肝心

褥瘡の分類



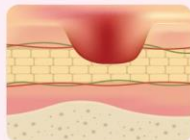
I度褥瘡

赤くなり、炎症が生じる



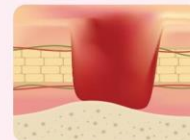
II度褥瘡

皮膚の浅い部分が失われ、
表皮剥離、水泡または
その両方が生じる



III度褥瘡

皮膚の全層が失われ、
脂肪層まで達する



IV度褥瘡

皮膚の全層が失われ、
下にある筋肉、
腱、骨が露出する



意識障害がある方には必ず

「2時間に1回の体位変換」が必要。

赤みが出ただけでも褥瘡の「I度」になります。

寝たきりの方でも刺激を与えることが大切です!



ご存じですか?

褥瘡(じょくそう)とは?

褥瘡とは、寝たきりなどによって、体重で圧迫されている場所の血流が悪くなり滞ることで、皮膚の一部が赤い色味をおび、ただれたり、傷ができてしまうことです。

一般的に「床ずれ」ともいわれています。

自身で体位変換ができず長期間寝たきりで、栄養状態が悪い、皮膚が弱くなっている方が、圧迫だけでなく摩擦やずれなどの刺激が繰り返されている場合は、褥瘡になりやすいとされています。



ツボ博士の
今月のツボ ~大椎~



大椎

首を前に倒したときに出る、
骨の下にあるツボ。

自律神経のバランスを整えたり、
のどの痛みや鼻水など
風邪の初期症状を緩和して
くれます。

裏面へ続く





■空欄を埋めてしりとりを完成させましょう。

① よてい → → きしゃ

ヒント
古い時代に建てられた建物。

② つき → → てがみ

ヒント
料金前納を証明する証紙。

③ おれんじ → → もり

ヒント
芋の一種。



回答は右下をご確認いただくか右記QRコードをスマートフォンで読み取りアクセスしてください!

URL : <https://leis.jp/leis/letter/index.html>



ご利用者様応募川柳

本命の
チョコ作りを
あきらめる
埼玉県 R、N 様

電話鳴り
冷たい廊下
ペタペタを
宮崎県 A、T 様

～あなたの川柳・ご家族自慢など大募集!～

投稿方法



◆ 記載事項 ◆

- ・ 氏名(ペンネームでもOK) ・ 住所 ・ 投稿テーマ
- ・ 投稿内容(200文字～400文字程度)
- ・ 写真(無くてもOK)

ご投稿いただいた方から順次「レイスだより」への掲載を予定しておりますので、ご投稿お待ちしております!

ご応募いただいた方の中から抽選で素敵な粗品を贈呈! 上記記載事項を記入の上、下記住所までお送りください。

送付先はこちら

〒151-0061 東京都渋谷区初台 2-5-8 西新宿豊国ビル 2F
株式会社オルテンシアハーモニー「レイスだより係り」まで



🖋️ ホームページにてバックナンバーをご覧いただけます!

レイス治療院ホームページにて、レイスだよりのバックナンバーをご覧いただけます。下記URLまたは右記QRコードを読み取りアクセスしてください! URL : https://leis.jp/news/news_cat/leis-letter/



※レイスだより係り 2024年10月10日 掲載

お知らせを 紹介ください!

このような方にマッサージ・リハビリをお勧めします

- 関節拘縮により歩行が困難な方
- 身体に麻痺のある方 (脳梗塞などの後遺症)
- 車いすをご利用の方
- 寝たきり状態の方



医療保険で受けられる訪問医療マッサージ

レイス治療院 ○○

(TEL) 000-0000-0000 (担当) ○○○○

(訪問エリア) ○○市内全域 (営業時間) 9:00～18:00