

うしおだ在宅クリニックニュース

2019年

N 0, 6 (5月)

うしおだ在宅クリニック
発行



《塩田医師より季節のアドバイス》

5月になって気温が上昇し22℃を超えてくると体温調節は汗による気化熱でコントロールされるようになります。汗で水分が失われると尿量が減って膀胱炎が増えて、尿路感染による発熱が多くなります。尿量が減ったり、濃くなったりすることがないようにこまめに水分を摂りましょう。気温の上昇とともに代謝も亢進するので、体がだるい、重い、疲れやすい状態となります。特に25℃を超える夏日になるとのぼせるような感じになり脳出血やクモ膜下出血につながることもあるので無理は禁物です。

ぼちぼち夏対策を！！

もう梅雨はすぐそこです。

梅雨が明けたらもう夏です！！

今年も熱中症に注意していきましょう。

対策はされてますか（エアコンなど）？

そろそろ水分をこまめに摂り始めましょう。



ちょっと一息☕

1) 脳トレ □の中に入る漢字は何ですか？

例) 高□、体□、□度、□泉…□=温

①活□、□画、印□、□幕…□=?

②□日、早□、□刊、毎□…□=?

③開□、国□、□道、□火…□=?

2) 懐メロ イントロクイズ！わかったら歌ってください♪

①♪あなたと呼べば～

②♪あしたの浜辺を～

③♪こころの底までしびれるような～

答え 1)①字②朝③花

2)①二人は若い②浜辺の歌③銀座の恋の物語

患者様の皆さん、介護者の皆さん、

いつもありがとうございます

こんな川柳を見つけたのでご紹介し

＜介護川柳＞

○介護する 辛さ 楽しさ ありがたさ

○紙おむつ 父の 威厳も 包み込む

○何回も 話したはずだが 初耳だ

○何てことないことにも出る涙

○デイに行く 今日の靴下 花柄で♡

みなさんも、いい川柳ができれば教えてください

いつでも受け付けています。

