

浴槽に入りたい！～動作編～

今月は関節が曲がりにくい方が浴槽をまたぐ方法の一例をお伝えします。

① 股関節が曲がりにくい方

上体を伸ばす

膝を曲げる



股関節を曲げなくても入れる！

② 膝関節が曲がりにくい方

上体を倒す

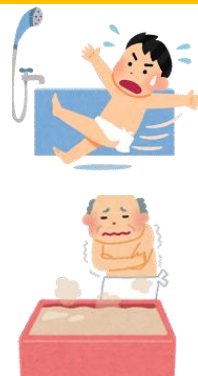
足を後ろに伸ばす



膝を曲げなくても入れる！

⚠ 入浴前後の注意点

- お湯は 38～40℃ のぬるめが最適です
- 入浴前後に水分を補給しましょう
(40℃のお風呂に10分間入ると約500ccの水分が失われると言われています)
- 入浴前に脱衣所や浴室を温める(温度差による血圧上昇を予防する)
- 浴室の床は滑りやすいので、転倒には十分注意しましょう
- 入浴することを家族に知らせましょう



動作能力や環境によって動作方法は異なります。困った際はお気軽にご相談ください！

2月10日(金)に第6回地域リハビリ研修会を開催しました。テーマは「言語聴覚士によるコミュニケーションと飲み込みのお話」と「社会復帰に向けた地域連携(症例報告)」今回は43名の方々にご参加いただきました。ありがとうございました。



今回発表をさせていただきました。

～言語聴覚士の豆知識～

の中でも「飲み込み」や「コミュニケーション」について、少しずつお伝えしていきます♪

※来月は飲み込みやすい調理の工夫をご紹介します。