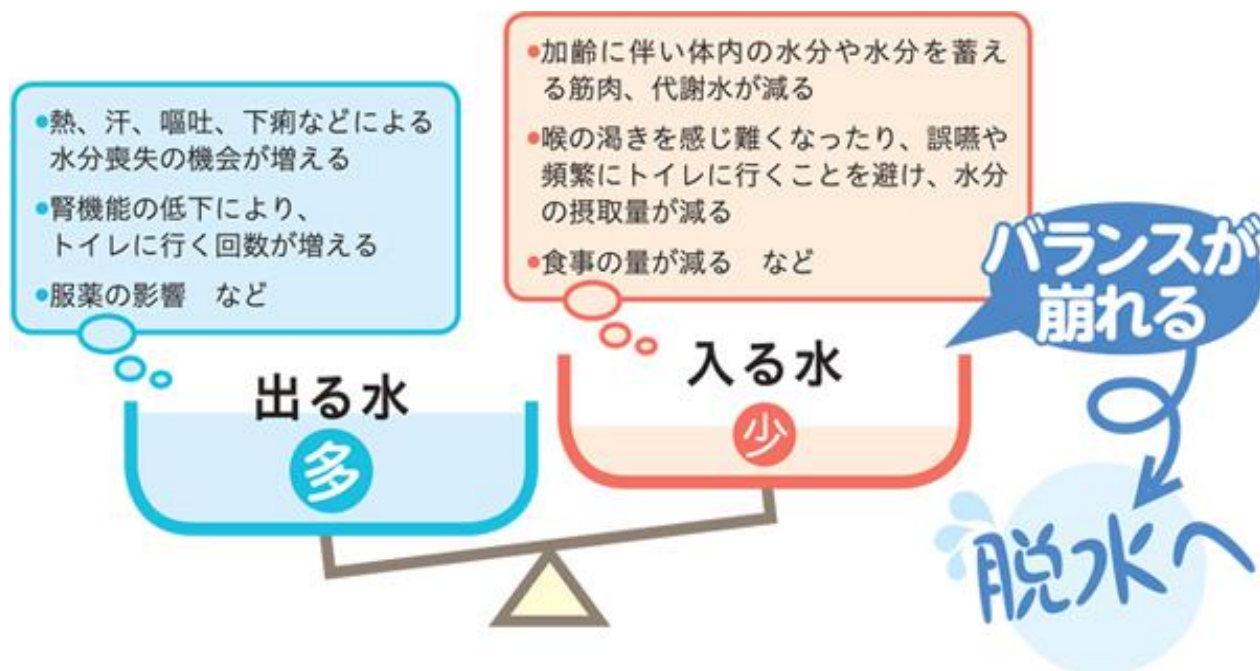


NST通信

医療法人 康仁会
西の京病院
NST委員会
第28号(平成30年8月)
発行担当：看護部 前田・春田

脱水のサインを見逃さない！！



○脱水状態(喪失量の目安)と主な症状

	症 状
軽症	口渇、頭痛、倦怠感、脱力感、無関心、食欲不振、立ちくらみ
中等症	強い口渇、口腔内乾燥、悪心・嘔吐、脱力感、めまい、濃縮尿、乏尿、不安、皮膚粘膜乾燥、皮膚弾力性低下、眼球陥没、脈拍微弱、(起立性)低血圧
重症	精神神経症状(不安感、幻覚、小脳症状など)、血圧低下、頻脈、体温上昇・低下、循環不全、ショック、昏迷、昏睡、死亡

普段から出来る脱水症の予防

- ① 1日に必要な水分量を知る・・・人間は1日に2.5L水分が必要です。高齢者は体重1キロあたり約40mlで体重50キロの人は約2Lです。
- ② 部屋の温度や湿度を調整する
- ③ 定期的に水分補給をする・・・本人に自覚がない時もあるので声かけも必要
- ④ 好みの飲み物やフルーツ・ゼリー・水ようかんなどの水分を凝固させたもので水分補給してもらう

NSTへのお問い合わせは栄養管理部またはリンクナースへ

(栄養管理部 PHS：913・695)