

ヒートショックにご注意ください

少しずつ寒さも和らぐ日が出てきましたが、まだまだ朝晩は冷える日もございますね。「いつも通り」の行動が、実は危険につながる場合があります。ヒートショックに十分お気を付けください。

■ ヒートショックとは ■

急激な温度差によって、血圧が大きく上下し、心臓や血管に負担がかかる現象です。特に暖かい部屋から寒い浴室・脱衣所へ移動したときに起こりやすいと言われています。

■ ヒートショックが起こりやすい場面 ■

- ・暖房の効いた居間 → 寒い脱衣所
- ・脱衣所 → 冷えた浴室
- ・熱い湯船に急に入る
- ・夜遅い時間の入浴
- ・飲酒後の入浴



■ 今日からできる予防策 ■

- ・家の温度差をなくす(脱衣所を暖める。浴室はシャワーから給湯すると蒸気が立ち暖まります。)
- ・体調が悪い日は無理をしない
- ・飲酒後の入浴は避ける

春の兆しを感じられる季節となりましたね。どうぞ、お体に気を付けてお過ごしください。

アンケート実施のお願い

弊社福祉用具レンタルをご利用頂きありがとうございます。同封しておりますアンケートハガキに、ご意見、ご要望、ご指摘などをご記入の上、ご返送くださいますようお願い申し上げます。訪問をご希望される場合は、お名前のご記入をお願いいたします。ご協力をお願い申し上げます。

わたしのつばやき

今年の冬は冬季五輪で楽しませていただきました。今回の競技の中で一番のハイライトは、何と言ってもフィギュアスケートのペアで金メダルを取った「りくりゅう」でしたね。決勝の前に大失敗をして泣いてしまった木原龍一を三浦璃来がなだめている姿を見ていると、女性は矢張りしっかりしているなと感心しました。自分自身に置き換えても、なかなか立ち直るのに時間がかかると思います。決勝で満点に近い滑りを成功させるためには、考えられない程の努力があったと思います。そんな選手たちの、世界の舞台での活躍に感動を覚えたミラノ・コルティナ五輪でした。



やさしさとまごころを安心と快適性にこめて
S 総合メディカル株式会社
本社 TEL.072-723-9121
豊中営業所 TEL.06-4865-3077

<https://www.sougoumedical.jp>

総合メディカル 箕面

検索



(協力企業 株式会社あいであい)