ソフィアメディだより

Vol.140
2014.12

【 ソフィアメディ株式会社 】　T）03-5768-2853　F）03-5768-2864
〒152-0004　東京都目黒区鷹番1-9-21　http://www.sophiamedi.co.jp

〔訪問看護ステーション〕

【 小山　：03-5749-1657 】　【 学大　：03-5773-8358 】　【 自由が丘：03-5758-7263 】
【 三宿　：03-5433-0178 】　【 三宿 分室三軒茶屋：03-5431-5204 】　【 山王　：03-5746-2012 】
【 用賀　：03-3707-1501 】　【 用賀 分室二子玉川：03-5797-5140 】　【 不動前　：03-6847-1616 】
【 池上　：03-5747-5020 】　【 経堂　：03-5450-3156 】　【 雪谷　：03-5754-4325 】
【 雪谷 分室田園調布：03-5483-0708 】　【 成城　：03-5727-9215 】　【 元住吉　：044-430-2808 】
【 東が丘　：03-5779-6311 】　【 豊町　：03-6865-1030 】　【 駒場　：03-6858-0024 】
【 芦花公園：03-5316-5030 】

11/1 new open!!
【 ソフィア総合ナースステーション城南】
〒152-0034　東京都目黒区緑が丘3-1-7　セトル緑が丘B1
TEL:03-5731-8203　FAX:03-3723-2104

〔デイサービス〕

【 デイ池上：03-3753-2393 】　【 デイ学大：03-5773-6701 】　【 デイ経堂 ：03-5355-0240】
【 デイ自由が丘：03-5731-3088 】

〔居宅介護支援〕

【 ケアプラン自由が丘：03-5758-7210 】　【 ケアプラン東が丘：03-5779-8413 】
【 ケアプラン用賀：03-6860-1113 】　【 ケアプラン田園調布：03-5483-0707 】
【 ケアプラン二子玉川：03-5797-5141 】　【 ケアプラン三軒茶屋：03-5431-5205 】

〔定期巡回・随時対応型訪問介護看護〕

【 ケア・ナーシング東が丘：03-5779-8129 】　【 ケア・ナーシング東が丘 分室緑が丘：03-5731-8205 】

〔在宅療養支援診療所〕

【 医療法人社団ホームアレー　ホームアレークリニック：03-6859-2800】

ごあいさつ

歳末ご多忙の折、皆様ますますご繁栄のこととお慶び申し上げます。日頃は大変お世話になっております。今年も既に師走を迎えますが、大事なことは何とか年内に帳尻を合わせたい気持ちで実務に臨んでおります。12 月中旬以降には、次年度の介護保険改正情報が明らかになってきますが、介護予防・日常生活支援総合事業が大きな変革内容となります。予防給付の訪問介護と通所介護は、29 年度末までに地域支援事業へ移行となりますが、受け皿となる事業者は法人形態を問わず多岐に渡ります。指定サービス事業者以外も提供可能となる点では、契約行為の遵守・質の担保・トラブル時の対応力などに懸念をもちます。

訪問看護事業に関しては、①機能強化型の促進／②指定訪問看護ステーションと診療所・病院からの訪問看護の単価の是正／③医療機関以外への介護との連携加算／④訪問リハビリ単価 20 分単位の見直し／⑤訪問リハビリの期間制限／⑥訪問リハビリテーション事業のあり方／⑦サテライトのあり方などが、ある程度議論の対象となっているようですが、事業者にとって決して楽観的な内容は期待出来ず、１年・３年の短中期間で継続性と成長性が可能な経営体質に変革しなければならないと、一定の覚悟をもって改正情報を見守っております。制度ビジネスの常ですが、想定量となるまでは緩和策・刺激策を講じてきますが、飽和期を迎えるあたり経済的な欠点などが目立ってくると、量的な緊縮策に変化します。そこに市場原理がしっかり働くと、時系列的には、実務的にも経営的にも体質・体力が万全な事業者しか市場に残れなくなります。もう少し具体的に言えば、一定地域内でお客様の要望するサービスの質量が十分豊富か！が大事であり、医療・介護系サービスの種類を沢山展開しているから！生き残れるのではありません。ましてや全国展開だから、も選ばれる理由にはなりません。通常の事業経営でも同じですが、お客様が望むのは、「全ての品が揃っていることではなく、自分の買いたい品が豊富に揃っていること」です。この原則をしっかりと捉えて、次年度改正また３年後の改定にも懸命に事業構造を変革しながら臨んで参りたいと思います。今年１年も地域の皆様には本当にお世話になり、ありがとうございました。来年も皆様のご多幸を心より祈念致しております。この場を借りて御礼にかえさせて頂きます。

ソフィアメディ㈱　代表取締役　水谷　和美

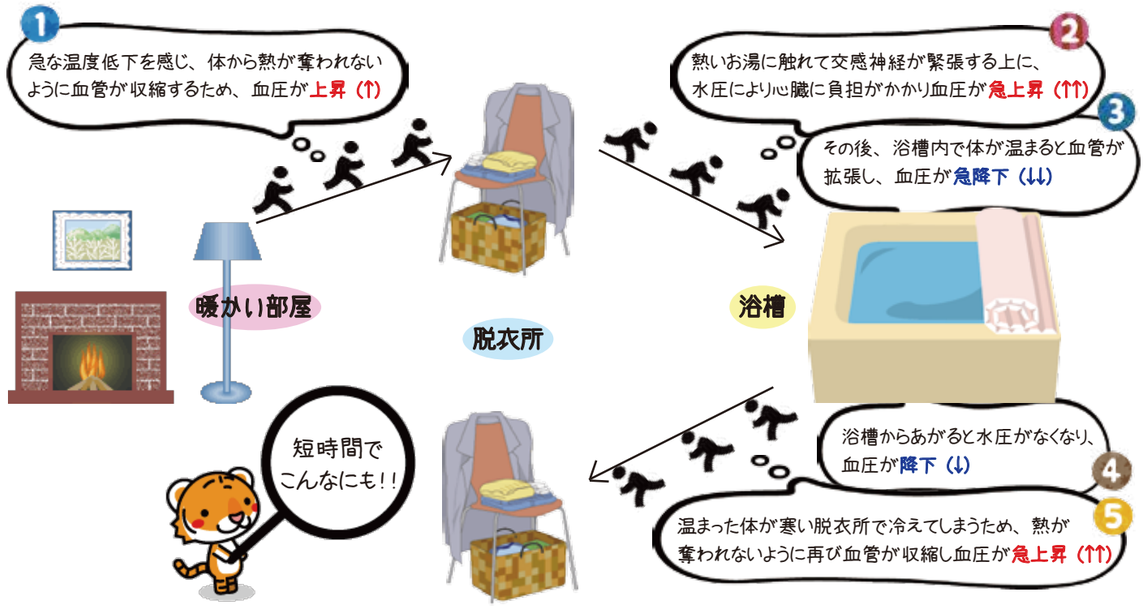
CHECK! 冬本番。入浴時のヒートショックにご用心．．．

皆さんは「ヒートショック」という言葉をご存知ですか？冬の時期、お風呂に入ろうとして寒い脱衣所で衣服を脱ぎ、ブルブル震えながら浴槽へ急ぐ…なんてことがよくありますよね。このとき、体の中では、短時間のうちに急激な温度変化が生じることで血圧の乱高下が引き起こされています。これを「ヒートショック」といいます。

寒さの厳しい 12 月から１月にかけては、１年のうちで入浴中の突然死が最も増える時期であるということが明らかになっていますが、ヒートショックに起因する心筋梗塞や脳梗塞・脳出血などが主要な原因だと考えられています。そこで今回は、ヒートショックが起こるメカニズムやその予防法についてご紹介したいと思います。

ヒートショックはどうして起こるの？

私たちの体は寒さを感じたとき、体温を調節するために筋肉を震わせて熱を作ります。それと同時に、体の表面から熱が逃げないよう血管を収縮させます。このとき、血圧や脈拍が上がります。その後体が温まると血管が拡張し血圧も下がりますが、こうした血圧の変化が短時間で急に見られるのが入浴時です。



CHECK! こんな人は要注意！！ヒートショックの影響を受けやすい人とは？

ヒートショックは一定の条件が揃うことでいつでも起こる可能性がありますが、無差別的に誰にでも起こるわけではなく、ヒートショックを起こしやすいとされる人がいます。

以下の条件に多く当てはまる人はヒートショックになるリスクが高いと考えられています。

- ☑ 65 歳以上である
- ☑ 高血圧・糖尿病・動脈硬化などの持病がある
- ☑ 睡眠時無呼吸症候群など呼吸器に問題がある
- ☑ 不整脈がある
- ☑ 肥満症である
- ☑ “一番風呂”に入るのが好きである
- ☑ 熱いお風呂に首まで浸かり長湯する
- ☑ 飲酒後にお風呂に入る習慣がある
- ☑ 自宅の浴室や脱衣所に暖房器具がない
- ☑ 自宅の居間と浴室・トイレなどが離れている

中でもひときわリスクが高いのが、ご高齢の方と生活習慣病の方です。特にご高齢の方は血圧変化をきたしやすく体温を維持する生理機能も低下しているため、注意が必要です。

お知らせ　ソフィアデイサービスは土曜日も元気に営業中です！！

ソフィアデイサービスでは、お客様・ケアマネージャー様のご期待に応えるべく、全事業所にて土曜日の営業をおこなっております。
ソフィアデイサービスは、リハビリ指導に一番の強みを持って運営しており、ご利用いただいているお客さまには大変ご好評をいただいています。現在ご利用いただいている方からの増回希望も頂いておりまして、残枠に限りがございますので、ご希望の方は、お早めにご連絡いただければ、送迎等のお時間のご要望に添えるかと存じます。今後ともソフィアデイサービスをよろしくお願いいたします！

詳細は右記連絡先まで　【お問い合わせ先】　デイ池上：03-3753-2393【管理者：荒井】　デイ学大：03-5773-6701【管理者：岡田】
お気軽にお問い合わせください。　デイ経堂：03-5355-0240【管理者：沖中】　デイ自由が丘：03-5731-3088【管理者：南條】

参照HP：　◆ウィキペディア　◆地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センターHP　◆東京ガスHP　◆株式会社バスクリンHP