

しんゆり訪問リハ通信 8月号

～新百合ヶ丘総合病院訪問リハビリテーションより～

TEL: 044-322-8368 FAX: 044-322-8427

責任者: 梶 登士次 作成者: 松田 理央

猛暑が続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。
気温上昇による熱中症や脱水症だけでなく、身体状態の変動は
誰も生じることがあると思います。

今回は、**万が一の備えて救急要請時**について
再確認していきましょう！

救急車が来る前に準備しておく便利な物

- ・緊急連絡手段（固定電話、携帯電話など）
- ・持病やかかりつけ病院、医師の指示等のメモ
- ・保険証や診察券
- ・緊急連絡先のメモ
- ・おくすり手帳
- ・現金（軽傷で帰宅の場合の交通費、夜間や休日診療で
一部自己負担を求められる場合がある為）
- ・余裕があれば…踵がある靴

日頃から
1つにまとめておく
と便利です！

119番に電話をしたら聞かれること

- ・住所
- ・電話番号
- ・年齢や性別などの基本情報
- ・誰がどうしたのか（病気、けが、交通事故など）
- ・意識がはっきりしているか
- ・いつから症状が出ているか、怪我や体調の状態 など

8月の豆知識

熱中症予防として体を冷やすと効果的な部位は…

①首の左右 ②脇の下 ③鼠径部 の3つ!!!

救急車を呼ぶか迷ったときは？

迷ったときに相談できるサービスがあります。

①救急安心センター事業「#7119」

電話口で、医師や看護師等の資格を持つ相談員が対応し、**緊急性や救急車要請の要否**について助言をしてくれます。

- ・診察可能な医療機関の電話番号を案内
- ・応急手当方法のアドバイス

などを行ってくれます。 ※24時間365日対応

②全国版救急受診アプリ「Q助」

Q助

消防庁がウェブ版とスマートフォン版で提供しているアプリケーションです。

当てはまる症状を画面上で選択すると、緊急度の目安が分かり、必要な対応が表示されます。

赤：いますぐ救急車を呼びましょう

黄：できるだけ早めに医療機関を受診しましょう

緑：緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう