

じつは病気が
隠れている？

休ながらみ歩き

歩いていると脚が冷えたりだるくなったりするもの、休憩すると症状が軽くなって再び歩けるようになる「休みながら歩き(間欠跛行)」には、重大な病気が隠れていることがあります。気候の良いお出かけ日より、お散歩しながらチェックしてみましょう。

少し休むとまた歩ける

1~5分休憩すると症状が治まり、また運動できるようになります。ひざなどの関節痛とは無関係に症状が出ます。

正式な症状名は「間欠跛行」。運動で足に負担がかかると、痛み・しびれ・冷えなどの症状があらわれて歩けなくなりませんが、少し休むと回復します。

「休みながら歩き」とは？

歩くと症状が出る

足に負担がかかると、痛み・しびれ・冷えなどの症状があらわれます。

調理や洗い物など家事で立ち続けたときにも、足に負担がかかって同じような症状が起こることがあります。

休んだり歩いたりをくり返します



隠れている病気①

血管の老化で血行が悪くなる

閉塞性動脈硬化症

動脈が硬くなると、血管に十分な血液を送れず足先などに栄養や酸素が不足しやすくなります。病が進むと足の血流が完全に途絶え、血栓が詰まったり、組織が壊死することもあります。

高血圧や糖尿病・脂質異常症など血管性の病気のある人は、特に注意が必要です。

隠れている病気②

腰の神経が圧迫されて起こる

腰部脊柱管狭窄症

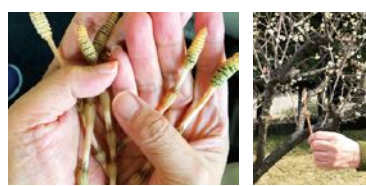
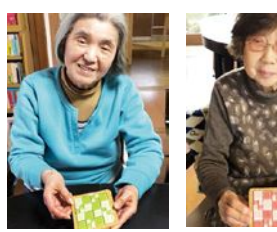
ようぶ せきぢゅうかんきょうさくしやう
背骨の中を通る神経の血管が圧迫され、神経に栄養や酸素が行き渡らなくなると、神経の働きが悪くなると痛みが発生します。前かがみになると血管の圧迫が軽くなって、痛みやしびれなどの症状が軽くなるのが特徴です。

腰痛や坐骨神経痛のある人が「休みながら歩き」をするようになったら、この病気の疑いがあります。

症状のある人は医師にご相談を



ガラススタイルで飾る
コースター作り
世界に一枚だけ!



花の季節が
やってきました

デイサービス
結
だより



デイサービス結
ホームページができました!
day.yuinet.co.jp
Facebookも
引き続き更新中!



オレンジジャム作り
パンケーキにのせて



猫は高いところが好きなので、ウチの猫も常に高みを目指します。で、バルコニーで遊ばせていると高い所

「強力猫除けスプレー」を発売。「猫が寄り付かない!」と誇らしげに書いてあります。コレや!というので、早速よじ登る所にスプレーしました。とても臭くて目がシバシバします。人間でさえも近寄れない臭さですな。さっそく猫を放したところ、何の躊躇もなく登るではありませんか。えええー!こちらアカンがなと言うことで、臭さを我慢し

所長コラム
オオブタ日記



て捕まえたところが激臭い。強力猫除けスプレーの臭いが染みついています。ワタシの服にも染みて臭くてたまりません。とりあえず部屋に猫を入れたところ、猫に付いたニオイで部屋中がとて臭くて息が出来ません。動くと言っても猫は室内を走り回りますので、隅から隅まで臭さが充満してきます。仕方ないので濡れタオルで猫を拭きまくり、消臭スプレーを吹きまくり、さらに寒いのに窓を全開でマスクをして過ごすことになりました。

強力猫除けスプレーの効果は個人差(個猫差?)があるようです。でも人間には確実効果があります。とても嫌な気持ちになります。

は室内を走り回りますので、隅から隅まで臭さが充満してきます。仕方ないので濡れタオルで猫を拭きまくり、消臭スプレーを吹きまくり、さらに寒いのに窓を全開でマスクをして過ごすことになりました。

で、バルコニーで遊ばせていると高い所

臭くてたまりません。とりあえず部屋に猫を入れたところ、猫に付いたニオイで部屋中がとて臭くて息が出来ません。動くと言っても猫は室内を走り回りますので、隅から隅まで臭さが充満してきます。仕方ないので濡れタオルで猫を拭きまくり、消臭スプレーを吹きまくり、さらに寒いのに窓を全開でマスクをして過ごすことになりました。

ゆいまーる
居宅介護支援・訪問介護
通所介護・介護タクシー
http://yuinet.co.jp/

ゆいまーるケアセンター
ゆいまーるケアセンター総持寺
デイサービス 結
Yuinet デザインラボ ユイネット

茨木市沢良直西1丁目13-25 美山ビル1F TEL: 072-601-0696 / FAX: 072-601-0697
茨木市庄2丁目10-103 アバンテ茨木1F TEL: 072-601-0007 / FAX: 072-601-0875
茨木市沢良直西2丁目2-7 TEL: 072-667-5501 / FAX: 072-667-5502
ホームページ制作/印刷物デザイン/商品写真撮影/広告企画・コンサルティング