

# 脱水

所属\_\_\_\_\_

氏名\_\_\_\_\_

## 高齢者に多い疾患－脱水

### 問題 1 ①～③に入る用語は？

高齢者は、水分が不足すると血液の粘度が高くなり、脳梗塞や（ ① ）梗塞などの要因になることがある。また、便が固くなりやすいため、（ ② ）にもなりやすい。さらに、尿が濃くなり、菌が繁殖しやすくなるため、（ ③ ）炎にもなりやすい。

MEMO

---

---

---

---

---

---

---

---

## 高齢者に多い疾患－脱水

### 問題2 ①～③に入る用語は？

脱水が起こる場合には、水分だけでなく、（①）も不足することが多い。低ナトリウム血症を起こすと、まるで認知症になったような（②）障害を生じることがある。脱水が軽度のうちに、水分摂取をすすめることが大切であり、主治医から水分制限の指示を受けている人以外の1日の目標水分量は、体重1kg当たり（③）mLと言われている。勧めても水分を飲めなくなってきたら、早めに病院受診をして、適切な治療を受けることが重要である。

## MEMO

---

---

---

---

---

---

---

---

## 高齢者に多い疾患-脱水

### 問題3 ①～③に入る用語は？

主治医から水分制限の指示を受けている人は、

（①）機能障害や心不全の場合が多い。これらの疾患があると、体外に排出するための機能が低下しており、不要な水分が体内にたまりやすい。そのため、（②）や胸水などの症状が出やすい。

よって、水分の摂取は1日800mLまでといった制限の指示が出るのである。このような場合、水分摂取を少なくすることがよいと判断して、指示より少ない量しか摂取しない人もいるが、できる限り、指示された量を1日で飲みきることが求められる。

## MEMO

---

---

---

---

---

---

---

---

## 高齢者に多い疾患－脱水

### 問題4 ①、②に入る用語は？

高齢になると水分量だけでなく、（①）量も減る人が多い。実は食事の中にも水分が結構含まれており、食事量が減ると水分量も結果的に減ってしまうため、脱水が隠れている場合が多い。風邪などの体調不良で食事量が減った時には、いわゆる「（②）脱水」になっていないかを注意して確認することが必要である。

MEMO

---

---

---

---

---

---

---

---

## 高齢者に多い疾患－脱水

### 問題5 ①、②に入る用語は？

脱水傾向の簡単な確認方法としては、日々の水分摂取量の確認、食事量の確認、（①）が早くなっていないか、目や（②）の潤いがあるか、脇の下に手を入れて、しっとりしているか、なんとなく元気がないか、手の甲などの皮膚を軽く摘み上げ、手を放した時に皮膚がすぐに戻るかなどがある。

MEMO

---

---

---

---

---

---

---

---

## 高齢者に多い疾患-脱水

### 問題6 事例問題

Aさん（88歳、女性、要介護3）は、特養で生活している。風邪をひいてしまい、数日間、ベッドで寝ていることが多くなった。食事あまり食べられず、飲み物も少量しか飲めない。5日目になり不安になった主任が病院に連れていき、診察を受けたところ、脱水と診断を受け入院になってしまった。

さて、あなたは特養の介護職員として、脱水が悪化せず、入院しないようにするためにどうすればよかったと思うか？

## MEMO

---

---

---

---

---

---

---

---