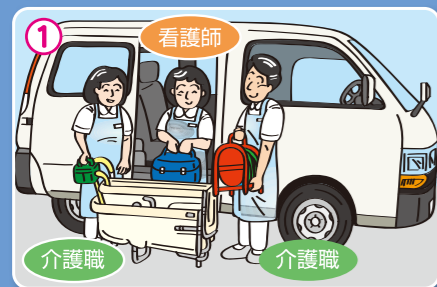


# 居室でお風呂。訪問入浴をもっと知ろう!

訪問入浴介護サービスはこのように提供されております。(標準的手順)



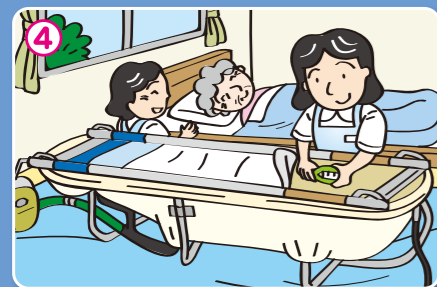
準備を整え、看護師・介護職二名の三人一組でご要望に応じた日時に訪問いたします。



看護師がお伺いして、血圧・体温・脈拍などを測定し当日の入浴の可否判断を行います。



ベッドのそばに浴槽を設置して入浴の準備。バスタブシートを敷きますから床(畳)を濡らす事はありません。



さあ、浴槽にお湯を供給。湯温を確認し入浴準備完了。



待っていた入浴のひとつ。「よろこびの一日」を感じる時間です。



上がり湯はシャワーをたっぷり浴びて、さわやかに。



着衣の交換が終わったら、髪もドライヤーで念入りに。身だしなみを整えて。



入浴後の健康チェックを行い今日はおしまい。「今度のお風呂はいつ来てくれるの?」



次回の訪問を楽しみに!

入浴車による訪問入浴介護サービスは、介護保険制度における在宅サービスの一つです。

訪問入浴介護サービスは、継続的な医療処置を受けている方でも利用することができます。主治医や看護師の支援のもと、安全で快適な入浴を楽しみましょう。



# 在宅介護で 安心して暮らす



## 食事・排泄・入浴の不安を解決!!



# 介護サービスで入れるお風呂の種類



■自宅浴槽のほかに通所(デイサービス)、小規模多機能型居宅介護事業所等の施設で入浴が出来ます。◆数名の方が入浴できるように設計された、多人数対応の浴槽です。

◆一般のご家庭にあるお風呂と、最も近い浴槽です。

個人浴(通常浴槽)  
Personal Care Bathtub

多数浴(大浴場タイプ)  
Large Communal Bathtub



■自宅浴槽での介助(訪問介護・訪問看護)、通所(デイサービス)、小規模多機能型居宅介護事業所、看護小規模多機能型居宅介護事業所等の施設で入浴が出来ます。

◆座位の状態での入浴が出来ます。

◆シャワーチェアなどに座ったまま、入浴が出来ます。

リフト浴  
Bathtub with Assisting Lift

チェア浴  
Bathtub with Chair



■上記のサービスのほかに入居施設等で入浴が出来ます。

◆寝たまま、入浴が出来ます。

◆専用の機械浴槽で、寝たままの状態に入浴が出来ます。

ストレッチャー浴  
Bathtub with Stretcher

ドーム浴  
Dome Typed Bathtub

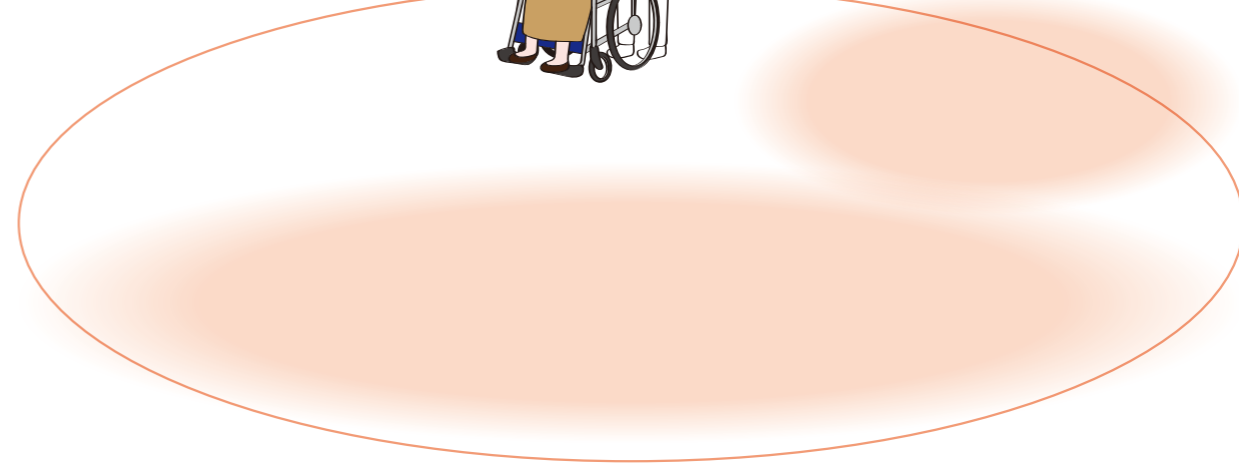
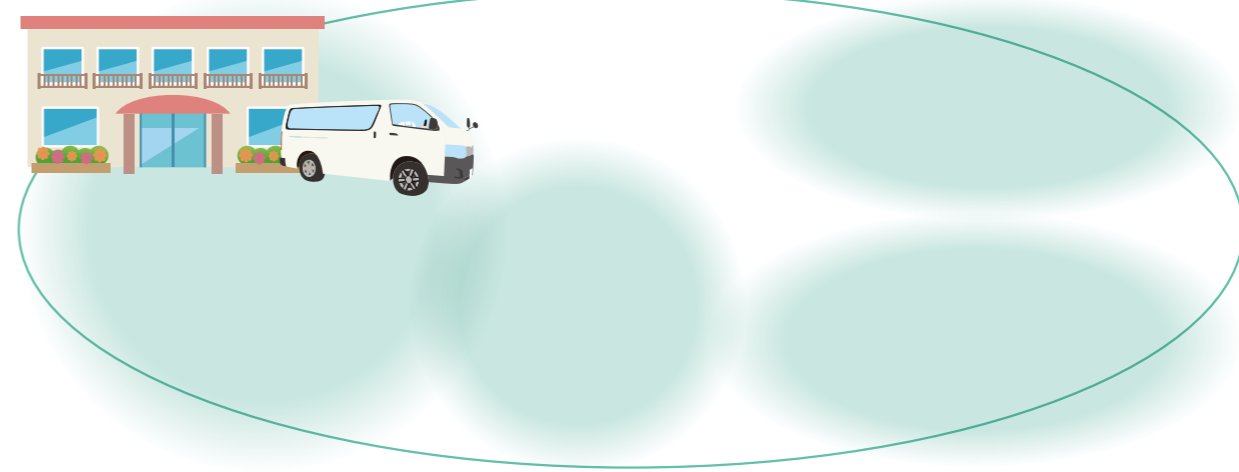


■在宅で訪問入浴介護による入浴が出来ます。

◆専用の浴槽を装備した移動入浴車で訪問し、ご自宅のお部屋で入浴が出来ます。

訪問入浴介護  
Home Visit Bathing Long-Term Care

※各介護事業所(施設)によって浴槽のタイプは異なります。





# 大好きなお風呂に入りたい! お風呂の効果

入浴により、身体的効果・精神的効果・社会的効果の3つの効果が期待できます。

身体的  
効果

精神的  
効果

社会的  
効果

## 身体的効果とは

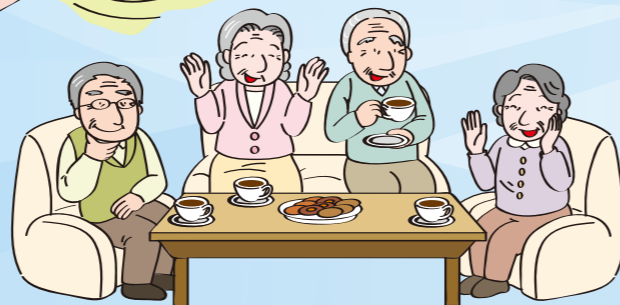
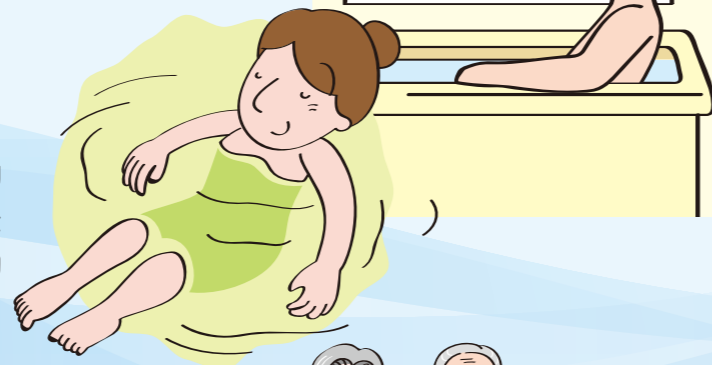
入浴により、身体を清潔に保ち、湯温による保温効果、血流や皮膚の新陳代謝を高める効果があります。また、温かいお湯につかることで、筋肉の緊張をほぐしたり、身体機能が低下することを防止する効果も期待できます。

## 精神的効果とは

入浴することで一日の疲れをとり、爽快感やリラックス効果（精神の安定）を得ることができます。それらの効果は生きる喜びや、明日への活力をもたらします。

## 社会的効果とは

入浴により身体を清潔にすることで、社会参加への意欲がわき、人とのコミュニケーションや行事への参加等、外出する機会が増えるなどの良い効果が期待できます。



# 入浴時の注意点

## 入浴前



### ●食後・飲酒後は避けましょう

食後は血液が消化器官に集中するため、休憩が必要です。また酔っていると脳の働きが低下し、転倒や溺れの危険が伴います。

### ●脱衣所の温度を適温にしましょう

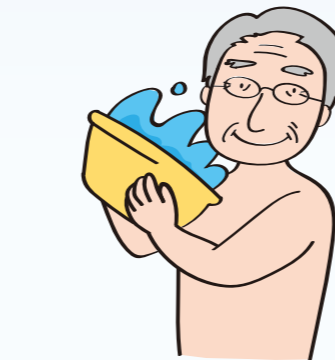
冬場の入浴時は、寒冷刺激により血圧が上昇します。脱衣所や浴室の温度を適温に保ちましょう。浴室のふたをしばらく開けておくと湯温で浴室内も温まります。

### ●水分を補給しましょう

発汗による血液の粘性(ドロドロ血)を避けるため、入浴前は水分を補いましょう。



## 入浴時



### ●浴槽に入る前かけ湯をしましょう

冬場の入浴時は、入浴の際の温熱刺激による一過性の血圧の上昇が見られます。血圧の上昇を避けるため、入浴前はかけ湯をしましょう。

### ●湯温に気をつけましょう(41℃以下)

38℃~40℃のぬるめのお湯(体温に近いお湯)は、体をリラックス状態にします。42℃以上の熱いお湯は、体が興奮状態になります。湯温には特に注意しましょう。

### ●ゴシゴシ洗いは避けましょう

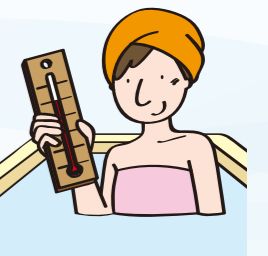
身体を洗う時は、無理に角質をはがしてしまわないように、石鹸を泡立てて皮膚をやさしくなでるようにしましょう。

### ●長湯は避けましょう

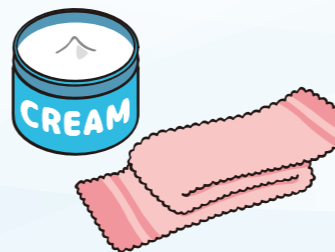
掛け湯をして、ゆっくり半身浴から全身浴に。湯船から出て体を洗い、半身浴から全身浴に。湯船から出て体を洗い、半身浴で副交感神経を優位にし、リラックスします。約15~20分を目安に入浴しましょう。

### ●出浴時はゆっくり立ち上がりましょう

出浴時は、血圧の急降下による立ちくらみ、めまいが起こることがあります。湯船からはゆっくり立ち上がりましょう。



## 入浴後



### ●保温・保湿を心掛けましょう

特に冬場の入浴においては、入浴後の保温と保湿に努めましょう。手軽な方法として首にタオルを巻くのも有効です。皮膚の乾燥を防ぐためにクリーム等で保湿しましょう。

### ●水分を補給しましょう

出浴後は、入浴で失われた水分を補いましょう。そしてゆっくり休憩しましょう。

