

冬場は要注意！入浴中の事故を防ぎましょう

お風呂の最中、頭が「くらくら」と感じたことはありませんか？
入浴中に意識を失い、そのまま浴槽内で溺れて亡くなるという不慮の事故が増えています。
特に 65 歳以上の高齢者の死亡事故が多く、11 月から 4 月にかけて多く発生しています。
入浴時の事故が多くなる原因の一つは、急な温度差による血圧の急激な変化です。



入浴中の事故を防止する 6 つのポイント

入浴前に脱衣所や浴室を
暖めておく



湯温は 41 度以下
お湯につかる時間は 10 分まで
を目安にする



浴槽から急に立ち上がらない



食後すぐの入浴や、飲酒後
医薬品服用後の入浴は避ける



お風呂に入る前に、同居する
家族にひと声かける



家族は入浴中の高齢者の
動向に注意する

