

リハビリテーション科ニュース

発行所・発行人
小諸厚生総合病院
リハビリテーション科
E-mail
K-reha@ma.ctk23.ne.jp
10.11.01発行

意外と危ない家の中 気をつけましょう！家庭内事故



みなさんは家庭内事故という言葉を知っていますか？

家庭内事故による死者は年間1万人以上と交通事故死に迫る勢いになっています。

特に高齢者や乳幼児では、交通事故死よりも家庭内事故死のほうが多そうです。

また、家庭内で負傷した人になりますと推定で年間40万人前後とも言われています。

そこで今回は高齢者の家庭内事故が起こりやすい場所について考えてみたいと思います。



高齢者の家庭内事故が起こりやすい場所

国民生活センターの調査では居間、台所、階段、浴室、庭、玄関の順に多いと報告されています。

居間の発生割合が最も多く意外な感じがしますが、こたつ布団に引っかかりたり、畳の上に広がってあった新聞や雑誌を踏んで滑ったり、敷居の段差につまずいて転んだり原因は様々です。最も多く過ごす場所での発生件数が多いということでしょうか。

事故の内容としては、転倒や転落により打撲傷・切り傷などをおうこと、重症になると骨折や頭部外傷を起こしてしまうこともあります。

事故防止に向けてできること居間・台所編

居室・台所で起きる事故は「転倒」「やけど」に大きく分けられます。

転倒しないために

- ・床や敷居の段差をなくす。また敷居はあえて色分けをするなどして存在を目立たせる。
- ・フローリングにはすべり止めのワックスを使用する。またはコルクマットなど滑りにくい素材のものを敷き詰める。
- ・カーペットやじゅうたんなどは部屋の一部分ではなく、部屋全体に敷く。
- （滑りやすい素材と滑りにくい素材の併用は最も滑りやすく危険です）
- ・電気コード類は足を引っ掛けないよう配置する
- ・収納場所はしっかりと確保しておく。
- （物を散らかさないでいるとつまずき防止にもなりますね）



火傷の危険

居間や台所にはストーブや電気ポット・やかんなど火傷の危険があるものが多いです。転倒に伴う火傷の予防としてストーブはよく動く範囲の近くに置かないこと、電気ポットはあらかじめ設置個所を決め足元などには置かないよう注意しましょう。



注意！
絨毯、コード、床上の物など



次回は「家庭内事故防止に向けてできること」階段、浴室、玄関編」の予定です。

(OT 鈴木)

編集後記

今年十月下旬から初雪が観測されるなど例年より冬の訪れが早いように感じます。台風の後は例年通りの気候となりそうです。暖かい時間帯に散歩などをしてみるのも良いかもしれません。

(広報担当)