

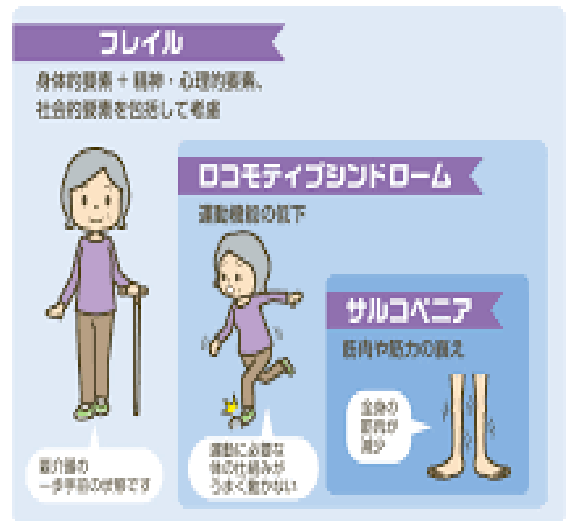
ロコモ・サルコペニア・フレイル について

文責 看護師 吉仲

高齢化社会に伴い注目されるようになったロコモ・サルコペニア、フレイル。概念は異なりますが、共通するのはいずれも転倒の危険、日常生活の活動能力の低下、自立度の低下を伴って要介護状態に繋がる可能性が高いという事です。

- ・ロコモティブシンドローム
運動器の障害の為に移動機能低下を来たした状態。
- ・サルコペニア
加齢や疾患により筋肉が減少し、全身の筋力低下及び身体機能の低下が生じる状態。
- ・フレイル
加齢に伴って身体機能や予備能力が低下しており、健康な状態と要介護となる状態の間に位置している状態。

サルコペニア・ロコモ・フレイルの関係



予防には食生活と運動習慣の見直しが必要です。

パープルでは生活を整え、ADLが低下した方とご家族の不安や負担を軽減できるようにお手伝い致します。

～次号では食生活で気をつける点などについて紹介いたします～

空き状況 (9月上旬現在)

	月			火			水			木			金		
	Ns	PT	OT	Ns	PT	OT	Ns	PT	OT	Ns	PT	OT	Ns	PT	OT
AM	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
PM	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△

◎空きがあります ○要相談 (時間、場所等) △お問合せ下さい

最新の空き状況はこちらまで



お問い合わせ先 事業所番号 1166390074
 埼玉県日高市高麗川 2-2-10 小岩井ビル 1階
 TEL 042-978-9280 FAX 042-978-9290
 営業時間 月～金：8：20～17：20 土日祝祭日休
 ホームページ <https://www.nursingstation-purple.com/>

【 看護師は状況に応じて土・日・祝 緊急訪問対応可 】