

## 【いなぐま通信】

### 転倒注意！！2

### バックナンバー

前回に引き続き、今回も**転倒**についてです。

[2008/12号 白内障](#)

今回は**「どういう所で転びやすいか」**を考えていきましょう。

[2008/11号 低血圧](#)

#### 転倒しやすい場所

[2008/10号 高血圧](#)

・濡れている所 滑りやすいので注意が必要

[2008/9号 血圧](#)

例：[台所](#)、[風呂場](#)、[雨の日のマンホール](#)など

[2008/8号 水2](#)

・段差がある所 つまづきやすい、足がもつれるなど

[2008/7号 水1](#)

例：[敷居](#)、[ふすまの段差](#)、[階段](#)、[玄関](#)、[絨毯のはじ](#)など

[2008/6号 続なおる？](#)

・散らかっている所 障害物が多い

[2008/5号 なおる？](#)

例：[広げたままの新聞](#)、[雑誌](#)、[電源コード](#)など

[2008/4号 肘の痛み3](#)

転倒は屋外でというイメージが強いと思いますが、上記のように

[2009/3号 転倒注意！！2](#)

意外に**屋内**、**家内での危険なポイント**がたくさんあります。

[2009/2号 転倒注意！！](#)

また**女性は男性に比べ50歳代後半辺りから急激に骨密度が低くなる方が多い**と言われてます。骨密度が低くなれば当然**骨折の可能性は高く**なります。よって**転倒時の重症度も高くなる恐れ**がありますので、十分に注意していきましょう。

[2009/1号 インフルエンザ2](#)

[過去のものはこちらから](#)

次回は**骨密度の低下** **骨粗鬆症**について考えていきましょう。

