

Information6

今回は**おうちでできる!!**健康チェック方法をご紹介します♪
病院でなくてもおうち時間で簡単に健康管理!

【体重:1才の体重がBEST!!】

1才の体重を覚えていますか?
分からなければ、病院で診察し
その子にとって良い体重をお伝えできます。

~おうちでの測り方~

体重計に抱っこして一緒に乗り、自分の体重を引くと計れる!

【血圧:歯茎を押してみて!】

歯茎を指の腹で白くなるくらい少し強めに押し、
その部分が何秒で元の色に戻るかを診ます。

1秒以下⇒OK!! 2秒超え⇒脱水・ショック低体温など…

その時に歯茎の色も確認しておくこと!

ピンク色⇒OK!! 白・濃赤・青紫・黄色⇒異常あり

【触診:全身を優しく撫でて♡】

- ✓ コブはないか、皮膚や肉球に傷はないか
- ✓ 過度に嫌がる所はないか
- ✓ 爪が伸びていたり耳が臭くないか、口臭はするか
- ✓ BCS (ボディコンディションスコア) スタイルを評価!

⇒肋骨が薄い脂肪に覆われ触ることができ、くびれがあると **BEST!!**



【呼吸:寝ているときに数えるとより正確】

安静時に数えるが良いのでなるべく寝ているときに♪
胸の膨らみや鼻息をカウントしていき
脈拍同様に1分間の回数を数える。

18~25回/分 16~25回/分 30~60回/分

**⚠️ 犬猫は安静時 30回を超えてくると、
心疾患や何か異常がある可能性あり!!**

ただ浅い眠りや興奮時には回数が乱れるので定期的にチェック

【心拍・脈拍:内股の血管で確認】

1分間の回数で健康チェックをします。

一番分かりやすいのが内股!

15秒間で脈をカウントし、その後×4をすることで確認します。

120~180回/分 180~240回/分 130~325回/分

⚠️ 年齢や種類・興奮によって心拍の回数が変化 (若齢:早い、老齢:ゆっくり)

ステイホームの今! 月1回の記録を習慣づけしてみては?
家族のカラダの状態を把握する大切なことです!!
日々の観察が早期発見に繋がる…
スキンシップや遊びも含め
是非この機会にチャレンジしてみてください!