

ANIMATO

アニマート(音楽用語):『活発な、生き生きとした』という意

病院短信

副院長 高野 正孝

『「拘束ゼロ」なんて初めは信じられなかった』

当院は二〇〇六年の開院当初から「拘束ゼロ」に取り組んできました。

私は赴任当初、「拘束ゼロ」は信じられませんでした。過去に、急性期病棟に併設された療養型病棟に出入りしていたことがあり、多くの患者さんは寝たきりの状態でしたが、それでも拘束ゼロはあり得ないことだったのです。だから当院の拘束ゼロは信じられなかったのです。ところが、なので、やればやれるものです。「拘束ゼロなんか無理」と勝手に決めつけて思考停止に陥っているだけなのです。では、重度の認知症の患者さんを、どのように工夫して見守るかです。

おむつの中に手を入れて排泄物をいじる、おむつをちぎって口に入れる異食行為がある、あるいは高齢者に多いのですが掻痒感の強い湿疹があるため掻き壊すという事例があります。これらの症状の強い患者さんには、家族の了解を得て、上衣と下衣が一体となった「つなぎ服」を着ていただくことがあります。もう一つ難渋することに点滴治療があります。やむなく点滴を要する患者さんで、つなげられていることを嫌うため安静治療が困難な場合は、短時間で済む工夫、あるいは気を紛らわす工夫をします。ベッドから離れて車椅子で行ったり、話しかけながら手をつないで点滴したりすることもあります。

車椅子に安全ベルトで固定してないと、急に立ち上がる、転倒・転落する、という理由から前施設で車椅子に拘束されていた方が入院してきました。当院への入院の際、家族は安全ベルトをしてほしいと希望されました。転倒・転落が心配だったので、スタッフの話し合いで、この患者さんの看護・介護プランを立て、見守りを強化しました。ナースセンター近くを、この患者さんの席とします。近くで見守る中で、この患者さんの立ち上がる意味(理由)を見つめます。そうすると、立ち上がる理由はトイレに行きたい、歩きたいなどが多いことが分かったのです。このようにして、車椅子に固定することなく患者さんは新しい環境に慣れていきました。

認知機能障害が中等度のある患者さんの場合、夕方になると「家に帰らなくては」という思いが強くなって、不穏になり徘徊が激しくなりました。この場合まず声掛けを徹底し、患者さんの訴えを傾聴します。気分転換になればと、お茶や甘味の飲み物を一緒に飲んだりもします。すると、夕ご飯が来れば落ち着くことが分かり、それを患者さんに伝えると、落ち着く時間が増えていきました。

徘徊は夜中に及ぶこともあります。そんな時は見守りが大変です。自分のベッドに入ったかと思うと途中で起きてまた徘徊します。目が離せません。こんな時も、患者さんの行動パターンを理解し、「日中を活動的に、夜は眠る」を目標に、生活のリズムを整えることを心がけました。

当院の「拘束ゼロ」は、このようにして実現できているのです。(日経メディカル Online 二〇一八年二月十五日より抜粋、一部修正)



看護のひろば



2病棟 看護師

國井 文江

今年は猛暑が続き、とっても暑い夏ですね。皆さんは、どうやってこの暑さをのりこえていますか？

35度以上を記録し、7月中旬から延べ2万人以上が救急搬送され、そのうち亡くなられた人が全国で65人になっているそうです。皆さんも毎年熱中症には十分気をつけているとは思いますが、この猛暑をのりこえるため再度確認してみてください。

- 〈症状〉・めまい ・手足のしびれ ・頭痛、吐き気 ・意識障害、けいれん
- 〈予防〉・日陰や帽子で直射日光を防ぐ ・こまめに水分、塩分補給
- ・室温は28度以下に
- 〈処置〉・涼しい場所に移動させる ・冷たい飲み物を飲む ・服やベルトを緩めて熱を発散させる ・首、脇の下、足のつけねを冷やす
- ・意識がない場合は救急車を呼ぶ

これら注意を心がけ暑い夏をのりこえましょう。



ふ〜、極楽、極楽。じつはココ、病院の中で一番涼しい場所。
足の臭いささえ気にしなければ最高の避暑地なの。
それにしても暑いわね。暑い夏は無理しちゃダメ!
のんびり行きましょ〜。ふあ〜〜なんだか眠くなってきちゃった…

事務屋の独り言

常務理事 事務局長 瓦井 洋

『抗認知症薬メモリーが保険適用除外!』

これは日本ではなくフランスでのお話です。フランスという国と日本では洒落た国、のイメージがありますが、意外と合理性を重視する国なので、ヨーロッパでは最も早く「認知症国家計画」を策定した国なのです。ですから、認知症後進国の日本と違って、抗認知症薬メモリーを「保険適用除外」、つまり自費にするなんてことも簡単にできちゃうのかもしれないですね、きつと。

もともと欧米では、「副作用の割に効果が低く、薬の有用性が不十分」と判断される現在の認知症薬よりも「ケアやリハビリ」を重視する傾向が強いのが特徴です。当院も方向性は全く同じなのですが、いかんせん日本人は薬好きです。ご家族から「アリセプト」や「メモリー」を使ってほしいという要望が今でもたまに当院の「医療相談室」にあるそうです。

「薬の処方方は医師の判断」とはいえ、欧米ではとても評価の低い「アリセプト」や「メモリー」を、なぜ日本の医師は平然と使うのでしょうか。もともと当院でもアリセプトもメモリーも使用してはいますので大きな声では言えませんが、さて抗認知症薬の保険適用除外、日本には影響があるのでしょうか。もともと日本とフランスの医療保険制度や薬価制度、特に薬価制度は、かなり違いますので一概に比較は出来ませんよ。

では、どう違うのでしょうか。まずフランスでは、医療に使われる薬の有用性等を常に専門機関に調査させ、その結果で薬の価格を決定し、保険で支払われる割合を決めます。そして価格も割合も随時見直しているのです。残念ながら日本の厚生省には薬の有用性を調査するような専門機関がありません。調査が必要なら外部機関に委託するしかないのです。

そんな制度があるフランスの保健省(日本の厚生省に当たる)が、この八月から日本でも抗認知症薬として頻りに使われている四種の薬を、医療保険の適用対象から外すと発表したのですから驚きです。

実は今回除外されたのにはそれなりの理由があったようなのです。今から七年前、この抗認知症薬は「薬を使わなかった場合と使った場合を比べた有用性がかなり低い」との評価を専門機関から受け、保険で支払われる割合を引き下げられたことがあったのです。そしてさらに専門機関は、二年前にもこれらの薬の評価をさらに低い「不十分」と評価したため、今回の決定につながったようなのです。

ちなみに、この認知症薬は日本名で「アリセプト」「レミニール」「イクセロン」「メモリー」の四種で、特に「メモリー」は、この日本でも広く処方されている薬なのです。

日本人の薬好きは以前にも何回か書きましたが、東京都医学総研の調査によれば、二〇一五年の一年間で八十五歳以上の高齢者の十七%が抗認知症薬の処方を受け、その量はオーストラリアの少なくとも五倍も多い、というデータが出たと言います。

そもそもこの抗認知症薬、世界各国の臨床研究でも「症状の進行を多少は抑えるが、病気自体を食い止めることは出来ない」と言われていることは皆さんもご承知のとおりです。また米国の精神医学会でも「ある程度の効果は認められるものの、薬から得られる恩恵はかなり控えめ」であるとの意見もあります。また、副作用も当然あります。「下痢や吐き気、めまい」といった副作用です。



七夕



今年の笹飾りも患者さんやご家族、保育の子供たちの願い事が書かれた短冊でいっぱいになりました。願いが叶いますように♡



平和であります

幸せでありますように

災害が起これませんように

いきいき介護



3病棟 介護福祉士 松井 朋恵

8月に入り暑い日が続いていますが、暑さ対策は大丈夫ですか？当院では夏場の病棟内温度を気温に依り26～28℃に設定して患者さんが過ごしやすいようにしていますが、患者さんの体感温度は私達より個人差が大きく、「寒い寒い」と何枚も重ね着したがる方もいれば「暑いなあ」と何度着せても服を脱いでしまう方もいます。寒いと訴える方にはエアコンの風が直接当たらない場所を選び、暑いという方には風の当たる涼しい場所を探し、少しでも心地よく過ごして頂けるようにしています。寒いと重ね着をしても実は汗びっしょりという患者さんもいて、そんな方は体を拭いて新しい肌着に着替えて頂いたりしています。

ほとんどの時間をベッド上で生活している患者さんが南側の部屋の日の当たる場所にいると高温になる事が危険です。そんな時は比較的涼しい北側の部屋へ一時移動させて頂いたりしています。これからの暑さにも負けず、患者さんの笑顔が少しでも増えるよう考えながら働きたいと思っています。



栄養室だより



管理栄養士 角田 奈緒子

熱中症とは、高温多湿な環境に私たちの身体が適応できないことで生じる様々な症状の総称で、室内外問わずに起こります。熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者とされています。高齢になると体内の水分量が減少し、暑さや水分不足に対する感覚機能・身体の調整機能が低下してしまいます。熱中症は正しい予防法を知り、普段から気を付けることで防ぐことができます。

- ◆水分をこまめにとりミネラルの補給も忘れないようにする
喉が渇いていなくてもこまめに水分を取りましょう。できれば塩分・ミネラル・糖分を含むスポーツドリンク類を補給しましょう。
- ◆バランスのよい食事をとる
ジュースやアイスなど冷たいものばかり食べていると、気温の変化に対応しにくくなります。食事はきちんと摂りましょう。
- ◆通気性のよい衣服を着る
身体に熱がこもるのを避けるために、通気性が良く汗を吸収・蒸発しやすい吸湿性・速乾性のある衣服を着用しましょう。
- ◆気温や湿度・直射日光に注意する
天気予報などで気温や湿度に注意しましょう。また外出時には帽子をかぶる・日傘をさすなどの直射日光対策をして、なるべく日陰を選んで歩きましょう。
- ◆十分な睡眠・休憩をとる

今年は例年よりも暑く、猛暑ではなく『酷暑』『極暑』などと言われているので、熱中症対策をしっかりとって過ごしましょう。

スタッフ紹介

2病棟 介護福祉士

まえしま 前島 しほり

星座：おひつじ座

血液型：B型

好きな食べ物：するめ



私は最近ヨガにはまっています。ダイエットと健康維持のためにがんばって通っています。ヨガは継続していると、有酸素運動によって脂肪燃焼効果があるので、体のラインが引きしまると言われています。ヨガは1日10分でも効果を実感できます。比較的簡単にできるのが猫のポーズです。

四つんばいになって息を吸いながら背中を丸め頭とお尻をすぼめ、次に息を吐きながら背中を反らしていきます。これを繰り返せば血の巡りを良くして、行くことができますし、背中や首、肩をほぐすことができるので皆さんもやってみてください。



◇◇ 8月の予定 ◇◇

- ◆ 宮嶋ご夫妻によるギター&マンドリン弾き語り
30日(木) ※3病棟の患者さん及びご家族の皆さんは、1・2病棟へお越しください。
2病棟デイルーム 14:00～
1病棟デイルーム 14:30～
- ◆ 誕生日会
14:00～ 各病棟デールームにて
1病棟 10日(金)
2病棟 15日(水)
3病棟 8日(水)

