

サンレモだより

H30年度 第1号



(編集)

医療法人 佐世保同仁会
サン・レモリハビリ病院 広報部
佐世保市江上町4848-1
☎ (0956) 58-5900

<http://www.sasebo-doujinkai.com/sanremo/>

H29年度 研修会 報告

看護部教育委員長 青木晴美

研修会はほぼ毎月1回開催され、スタッフ全員が参加できるように工夫しています。その中で興味深かったものを抜粋してまとめました。

高齢者疑似体験～背抜き 編～(H29.4月)

参加者 計79名(Ns,Cs)

目的: 身体にかかる圧の影響と対策について、実際に体験することで理解を深めることができる。

ポイント

背抜きとは、ベッドに臥床時身体にかかる圧迫の解消及びずれを防止して正常な血液循環を保つための技術。

- ①身体が感じている不快感の軽減
- ②褥瘡の予防
- ③呼吸器疾患の予防



排便コントロール(H29.8月、9月)

参加者 8月・101名(Ns,Cs)
9月・49名(Ns)

目的: 排泄ケアの重要性を理解し、適切な排泄管理が行える。

排泄のアセスメントを行うことで、個々の患者にあった排泄管理ができるようになる。

ポイント

- ①食事
- ②排便管理
- ③排便姿勢
- ④リラックス
- ⑤運動
- ⑥排便日誌

※下剤について・・・症状に合った下剤を使用する。

乱用すると下剤依存で自然排便困難になる。

※経腸栄養を行う患者様の排泄コントロール

・・・経腸栄養剤(グアーガム分解物配合)



結核の基礎知識(H29.10月)

参加者 116名(全職員)

目的: 結核について正しい知識を持ち、患者の重症化防止と職員の感染リスクの軽減

ポイント

- ①空気感染(咳・・・1.5m、くしゃみ・・・3m)する。
- ②感染と発病はちがう。
- ③発生届は 必ず 直ちに診断したその日のうちに保健所まで連絡する。
- ④医療従事者は定期検診をうける義務がある。



自助具や補助具を使った介助法や体験(H30.1月)

参加者 113名(Ns,Cs)

目的:実際に体験することで理解を深め、病棟で活用できる。

ポイント

1、三角巾の使用方法

2、移乗用具を使った介助法

①移乗用ボード…イージーモーション、移座えもんボード

:車椅子・椅子とベッド間の移乗時に使用。

②移乗・起立補助具…もてるんですショート(ロング)

:車椅子・椅子とベッド間の移乗および
起立時に使用

③移乗シート

:寝返り等体位交換時 使用

④介助シート

:寝たきり状態の方をストレッチャーとベッド間の移乗時使用。



医療ガスの注意点(H30.3月)

参加者 121名(全職員)

目的:医療ガスの危険な面も理解したうえで、安全な取り扱い方を習得する。

ポイント

①事故を防ぐためのポイント

1、正しい知識を持つ。

2、勝手にいい加減な事(不安全)をしない。

3、仕事の手順を定め、その通りに実行する。

②酸素の特性

無色・無味・無臭のガス。

支燃性であるため、火気厳禁!

③フロート流量計は垂直に立てて使用!

傾かないよう注意!

④酸素ポンベの開け方

バルブを反時計回りに全開してから少し戻して止める。

⑤圧力計で酸素残量確認

⑥使用時間 ポンベ残量 算出法 ※使用時間=ポンベのガス残量÷酸素吸入



所感

- ・高齢者疑似体験では、身体が思うように動かない歯がゆさや苛立ちを、少し体感できました。
- ・自助具や補助具を使った介助法の体験では、三角巾の使い方の再確認、ADLを向上させる喜びを期待し、是非、現場で活用していきたいと思いました。

加齢とともに起こる変化について

牛尾佳代子

先の研修会では高齢者のうち特に寝たきりの方のケアの技術について学びました。寝たきりになってしまう要因について少し紹介したいとおもいます。

1、加齢に伴う体の変化の特徴～身体的運動能力の視点から～

老化現象による予備力の低下が疾患・障害を罹患した時の防衛力や適応力を低下させるため、高齢者は若年者よりも回復力が遅くなります。

運動機能・感覚機能の変化としては以下のものが挙げられます。

- ①筋力・・・脚筋力に比べて握力などの上肢筋力の低下速度は緩やかです。
- ②平衡性・・・内耳器官や視機能の低下により、バランス能力が低下し、転倒しやすくなります。
- ③敏捷性・・・脳神経・運動器官などの機能低下や不活発な生活により、自分の体を思うように素早く動かすことが困難になります。
- ④歩行機能・・・筋力や持久性、敏捷性などの低下により、前傾姿勢・すり足歩行、歩幅の縮小、歩行速度の低下がみられます。
- ⑤視覚・・・水晶体の弾力低下による老眼が生じる。また暗順応の低下や視野狭窄が生じます。
- ⑥聴覚・・・高音域の聴力低下、老人性難聴が生じます。
- ⑦皮膚感覚・・・温度覚、触覚、痛覚等の皮膚感覚が低下します。

目が不自由・
耳の聞こえづらさがあり、
複数の病気で活動能力低下し
体中の筋力低下をきたしている場合・・・
放っておくと だんだん活動量低下、
食欲低下に伴う低栄養、理解力低下、
やがて寝たきりに・・・。



※目が見えない・・・

- ・いつでも好きなところに安全・安心していくことが困難、外出制限。
- ・他者との交流困難とくに表情の認識がむずかしくなったり、立体的・空間的に物をとらえることが困難。
- ・家の中での不便・・・探し物や似たような色・形の認識困難 等



※耳が不自由・・・

- ・相手が早口だと理解できない。高い声や高音の聞こえにくさ・・・等。



2、知っていますか？

①「老人性白内障」

眼球の中に存在する水晶体(レンズの役割をする)が、何らかの原因で白く濁りはじめ、焦点を合わせる働きが老化とともに衰えていくもの。70～80歳になると多少なりともすべての人に認められます。初期症状は「まぶしさ」で、進行していくと物がかすんで見えたり(霧視)、視力低下をきたします。暗い所では辺りが黒っぽく見え、視界が奪われます。生活に支障をきたすようになれば水晶体摘出術+眼内レンズ挿入術が行われます。

②「老人性難聴」

加齢により感音性難聴が引き起こされた状態。高い音を中心に聞きにくく、言葉の聞き分けが困難になり言葉を理解しにくくなる傾向が強い。音が小さく聞こえたり、言葉の理解のしづらさ等、感音性難聴の症状が出てきます。改善のために補聴器を早期から着用し、補聴器使用に慣れる事が大切です。

※お話の伝え方の工夫点・音の理解(音が聞こえること、その音を覚えていること。)のために。

肩を触れて合図をしながら、
できるだけ正面からお話する

短い言葉を使う



ゆっくりのリズム

無理に改善させようとしないで

3、体力維持のために・・



- ・ 日中は起きて過ごしましょう(離床する)。歩行を習慣づけましょう。
 - ・ できるはんで身の回りの整理整頓、掃除などをしましょう。
- ※身体機能低下予防のためには、栄養管理と運動療法が重要で、生活習慣の改善が大切です。



4、介助の方法の紹介

自ら動けない寝たきりの方への体位交換法・・・「背抜き」「尻抜き」「かかと抜き」

「背抜き」・・・頭～腰上の上半身に対しての介助。

「尻抜き」・・・腰～お尻、太ももまでに対しての介助。

「かかと抜き」・・・太もも、ふくらはぎ、踵に対しての介助。

※効果

- ・ 圧迫感や不快感を取り除く(寝具や衣服のしわによる不快の軽減)。
- ・ 姿勢の不自然さの解消。
- ・ 褥瘡の軽減、誤嚥性肺炎予防、拘縮予防。



参考および引用

- ・ www.yoihari.com/guidehelp/fuben.htm
- ・ | -s-b.org 親が老人性難聴になったら理解しておきたい3つの事
- ・ 第4回介護web セミ「背抜き・尻抜き・踵抜き」 wakuzchokkan.com-websem04-senuki

通所リハのレクリエーション紹介!

3月下旬から利用者様とスタッフで、レクリエーションの時間を使ってお花紙を切った花びらを作り、通所のお部屋に見事な桜の花が咲きました!



花びらを利用者様が作成



模造紙9枚の大きさの桜



スタッフで花びらを貼付



庄巻の桜

☆その他にも、3月~4月はひな人形やトレーなど利用者の方みんなで作成しました!



今年もつつじを見に行きました!

4月26日と27日で西海橋につつじを見に行ってきました!



○通所リハビリでは一日体験の方を随時募集しています。
まずはお気軽にお電話ください。

サンレモリハビリ病院 通所リハビリ (0956) 58-5900

お知らせ

～D病棟が完成しました～



佐世保同仁会病院新病院建設のため、
当院に仮病棟(D病棟)が完成しました。
H30年度4月より稼働しています。



出入口は2か所ございます。

- ・売店の向かい側
- ・浴室と通所リハビリ出入口の向かい側

～地域連携室より～

医療費等の経済的不安や退院後の生活など、何かお困りごとがございましたら、
お気軽にお声掛けをお願いします。

患者様やご家族様が安心して療養生活が送れますようお手伝いいたします。

医療情報

平成29年4月～平成30年3月

<input type="checkbox"/> 受け入れ患者数	167人	紹介元…	急性期病院	122
			回復期リハ病院	16
			介護保健施設	4
			その他医療機関	5
			在宅	20
<input type="checkbox"/> 入院延べ患者数	93,286人(医療療養病棟)			
<input type="checkbox"/> 病床稼働率	98.30%			

平成29年8月より介護療養病棟36床を医療療養病棟へ転換

地域連携室 辻田・山田・横山

☆編集後記



新年度が慌ただしく始まり、もう一か月が経とうとしています。
4月、かつての中庭だったところに新しくD病棟が落成し、院内の
スタッフ数も増加しました。
新しい出会いに、これから大いに期待したいと思います。

広報スタッフ一同