



京悠会 たより

編集・発行元 社会福祉法人京悠会 埼玉県所沢市下富1206-1 TEL04-2990-1133



赤松



樹齢100年近い山桜

『さくらの森』と仲間たち (3ページ参照)



新連載【脳卒中についてお話します】

第1回「脳卒中とは」

発症、対処法、治療法など

高齢者に多くの発症事例がみられる「脳卒中」について、わかり易く、やさしく学んでまいりましょう。本号から4回に分けてお話します。

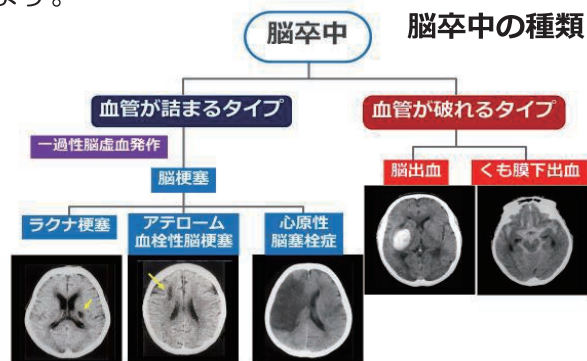
そもそも『卒中』とは…

卒中とは「卒然として邪風に中(あた)る」、つまり「突然悪い風に当たって倒れる」という意味で、古くは平安時代の書物にもその記載を認めることができます。

昔の人は「悪い風」が原因だと考えたのですが、いまではその正体は、脳の血管が詰まったり、破れたりすることとわかっています。ですから、脳卒中とは「**脳の血管が詰まったり、破れたりして、いろいろな脳の症状が現れるすべての状態**」を指しています。

脳卒中にはいくつか種類

脳卒中には、大きく分けて脳の血管が詰まる「脳梗塞」と、脳の血管が破れて出血する「脳出血およびくも膜下出血」があります。



ちなみに「脳溢血(のういっけつ)」という言葉を目にしたことがあると思いますが、「溢」はあふれること、いっぱいになることをいいます。つまり、「脳の中に血液があふれでること」を言い、一般的に脳出血のことを指します。

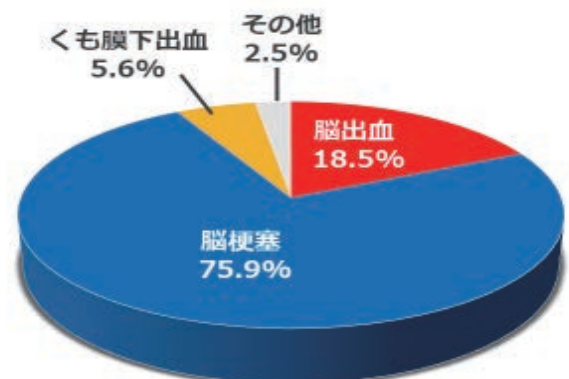
さらに脳梗塞は、ごく細い脳動脈が詰まる「ラクナ梗塞」、大きな動脈が詰まる「アテローム血栓性梗塞」、心臓の中に入ってきた血の塊(血栓)がはがれて脳の動脈に流れ込んで起こる「心原性脳塞栓症」の3つに分けられます。



葵クリニック院長 出口 一郎

脳卒中患者はますます増加

今日、日本国内で脳卒中は1年間に新たに30万人以上が発症※しており、日本での脳卒中の患者数は300万人を超えています。今後、高齢者人口の増加に伴い、脳卒中患者数のさらなる増加が予想されています。



脳卒中の種類別患者数の割合

脳卒中の中でも、脳梗塞は脳卒中全体の約7割以上を占めていますが、高齢人口の増加に伴い大幅な増加が予想されています。

したがって、**脳卒中(特に脳梗塞)をいかに予防するか、また発症しても早期に適切な治療を行って、後遺症を防ぐ**ということが超高齢社会を迎えている日本の最重要課題であると言えます。

※ 関心を持っていたい数値

「寝たきりになる原因」のおよそ3割が脳卒中中で、総医療費の約1割が脳卒中に費やされています。罹患すると重症化のリスクが非常に高く、迅速な対応が肝心です。

第2回「脳卒中発症時の対処法」へつづく



真和の森 コロナ禍における取り組み



【オンライン面会を開始】

私たちの社会は、予測さえできなかった新型コロナウイルスと共生していくことを強いられています。真和の森においても様々な工夫をこらす中、入所者様とご家族におかれましては、大変なご不便とご心配をおかけしております。

事態の収束を見せない中、面会自粛を長きにわたりお願いしておりましたが、7月からインターネットを利用したオンライン面会ができるようになりました。

慣れないやり取りに戸惑う入所者様もいらっしゃると思いますが、お互いの姿が見えた時の歓声は、長い自粛期間のストレスをしばし忘れさせます。

オンライン面会をご希望される方は、お手数ですが真和の森事務所（☎04-2990-1133）までお申し出ください。運営上、時間と人数に多少制限がございますが、何卒ご理解をいただきますよう、宜しくお願いいたします。

【感染症対策】

対策を効果的に実施するために職員一人一人が自ら考え、実践することが重要であると考えています。マニュアルを作成し、職員自ら実施する手洗い、出勤時の体温測定、消毒、咳エチケットを徹底しています。

入所者様は、毎日、体温測定し、日々の健康管理を行い、感染が疑われる場合は、居室で過ごしていただき感染の拡散を予防しています。

施設内の環境については、消毒用エタノール・次亜塩素酸ナトリウム液で清掃を徹底し、換気を行い空気の入替えも適宜行っています。

また、厚生労働省と県が作成した動画を全職員で視聴し、基本的な所作を再確認しました。食事・おやつの前の手洗い、排泄後の手洗いを欠かさず実施しています。

幸いにも、入所者様と職員共に感染は、確認されておりませんが、引き続き気を引き締めて感染対策を徹底していきます。

京悠会『さくらの森』整備活動について

今年の春にデイサービスセンターアオイの北側にある森(約2500㎡)を当法人が取得しました。そこには、クヌギ、ヤマナラシ、山桜、赤松、杉など多種多様な植物が生い茂っています。印象的なのが樹齢百年近いと思われる山桜で、周りの木々に負けじと上へ上へ立派に伸びています。

17年前に福祉事業を開始するにあたり職員総出で「円野」の施設周りに100本以上の桜を植樹し、また「真和の森」開設時にも、シダレ桜を植樹したことを思い出しました。たくさんの人たちに愛される桜のように京悠会もかくありたいとの思いからの考動でした。

クリニック、デイサービスの事業開始に際し、初心に帰る気持ちから、この森を「さくらの森」と名付けました。



これから地域の皆さまのご理解とご協力をいただきながら、除草、枝打ち、植栽などを行い、徐々に憩いの場となる美しい森にしていきたいと考えています。

【つれづれなるままに ～認知症を語る～】 第7回

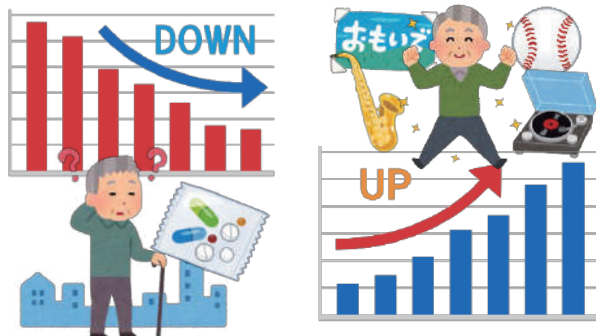
認知機能の症状を進行させないためには？

爽やかな風～食欲の秋へ

皆さま、お元気で健やかに過ごしていることと思います。秋10月を迎え、真夏日や猛暑日も過ぎ去り、爽やかな気候に、ほっとされていることでしょう。

食欲の秋です。食を楽しみながら健康第一を心掛けてお過ごし下さい。

でも、まだコロナ禍による感染拡大が収束の気配をみせず、秋から冬に向かっては、インフルエンザへの予防が大切な時期を迎えます。くれぐれも健康第一の日常生活をお送りいただきますようご祈念申し上げます。



投薬があってもなくても症状改善？

さて前回は、認知症のお薬について学びました。今回は、自分の認知機能や認知症を進行させない『ヒント』について皆さんと一緒に考えてみたいと思います。

私が長年、認知症の方々の診療に携わらせていただいています。その中で、一つのことを気が付いております。

それは、認知症の薬を飲んでいても飲んでいなくても、認知症の症状が悪くなる患者さまがいらっしゃる一方で、逆に良くなってこられる患者さまもいらっしゃるのです。

それはなぜでしょう？

(・・・私にもわかりません、笑)

認知機能低下、便秘で苦闘

ある日、一人の認知機能が低下しているおじいさまが、ご家族に連れられて外来にいらっしゃいました。ご本人にまったく自覚症状はなく、車いすに座ったままで、表情も全くありませんでした。コミュニケーションをとるのも困難な様子です。

診察をさせていただくと、身体中が傷だらけで、どうも家族とうまくいっていないようでした。その時の外来で、ご本人は普段どういう生活をしているのか、今までどういうお仕事をしてくられ、人生を過ごしてくられたのか、そしてどういう趣味を持っておられるのかなど、ご家族とよく相談しました。



ご本人さまの若いころは、野球や音楽、とくにジャズの鑑賞が趣味の方でした。

そうするとわかってきたことがあります。

一つには、高齢者施設の職員の方はよく気付かれることかもしれませんが、便秘のお調子が悪かったことです。便秘気味で下剤をたくさん飲まないで排便できないらしいのです。また下剤の飲みすぎで、普段は下痢気味となっておられました。

二つ目には、日中はおひとりで2階の部屋にいることが多く、人とほとんど話さない状況でした。ご家族は日中、仕事に行き、お嫁さんは一階で家事をしていることが多いようです。

そこで、皆でどうしようか話し合いを重ねました。



大田秀隆（おおたひでたか）
秋田大学高齢者医療先端研究センター長・教授

東京大学大学院医学研究科加齢医学を修了し、医学博士を取得。ハーバード大学MGH客員研究員、東京大学医学部附属病院老年病科・助教、特任講師を経て、平成27年より日本医療研究開発機構(AMED)、厚生労働省老健局に勤務され、平成30年から現職に至る。

**周囲の環境、ご家族の対応
変えると・・・**

そして、外来で決まったことは以下の二点です。

- ①外来で下剤の量をうまく調整する。
- ②ご家族からご本人に積極的に話しかけをし、また大好きなジャズのレコードを部屋でかけてみる。

そうしたらどうでしょう？

一か月ほどでみるみるご本人の表情が豊かになり、笑顔でお話されるようになり、認知機能も改善してきたのです。

周りの環境やご家族の対応を変えることにより、症状がよくなることを痛感しました。なんと車イスでしたが、ご家族と一緒に東京ドームまで出掛け、野球観戦に行けるようにもなったのです！

**本人、病識なしで
家族とのギャップ増す**

次にもう一人、おばあさまのお話をします。その方は、物忘れがひどく、娘さんが外来に連れてこられた患者さまでした。

ご本人さまは全く病識がなく、なぜ外来に連れてこられたのか全くわかっていません。娘さんの話では、出掛けては道に迷い、財布を盗んだと聞いて怒り出すことに困っているようでした。

それとなく病気のことを本人に聞いてみると、「いたって健康です」とニコニコおっしゃっています。ただ、娘が何もやらせてくれないと不満そうな顔をしていました。そこで、娘さんと相談しました。

本人は若いころから、街に出て買い物や歌舞伎を鑑賞することが大好きだったようです。娘さんは、おばあさんが外に出て行くことが心配で、目が離せないと言っていますが、ここは思い切って、本人が大好きな銀座へつれて行ってもらうことにしたのです。そうしたらどうでしょう？



**化粧して受診されるまでに
さらにハワイへ・・・**

二か月ほどで、みるみる笑顔が多くなり、認知機能も良くなってきました。外来診療に化粧をしてきてくれるようになり、とても若返られ、夏にはハワイまでクルージングに行けるようになったのです。

これらの方々以外にも、90歳で社交ダンスに参加され、若返ったと喜ばれている方、やめていた歌を始め、元気いっぱいの方、毎週ゴルフに行くようになって認知機能が良くなっていきましたという方々などを拝見するたびに、私自身、何故よくなられたのか不思議だな？と思っています。

認知機能を良くする『ヒント』か

おそらく、懐かしい昔の頃を思い出し、それを改めて体験することで、頭脳が刺激を受け、関心を深めることで認知機能が改善していているのではないのでしょうか。ここに、何か認知機能をよくする『ヒント』がかくされているのかもしれませんがね！

つづく

【^{じよくそ}褥瘡※のない暮らしを目指して】

真和の森 医務課 鎌田 津賀子

介護現場で働く看護師たち

令和2年7月、一人の利用者様が背中にできた褥瘡治療のため入院することとなりました。

そのことは介護現場で働く私たち看護師にとり、問題提起の機会となりました。

それに先立ち今年5月には褥瘡委員会が中心になり介護現場のみならず多くの職種に向けて、褥瘡について学習会を行っていたからです。ただ実際には、この学習会の内容が、介護現場に正しく生かされていないこと、また、看護の処置で何とかするとの思い込みがあったと反省させられました。

今回、褥瘡委員会が中心となり、入院に至るような褥瘡を作らないために何が必要か再検討をしました。



現場の気づきと医療の助言

その結果、日常の生活介護で大切なことは、皮膚を清潔に保つこと、湿潤や汚染しやすい部位にはワセリンなどで油膜を作ることや自力で体位を変えられない利用者様に体交枕を用いた経時的な体位変換の実施などの再確認が行われました。

また、栄養課からは栄養指数を基盤とした食事の工夫や栄養補助の提案、看護課からは、入所者様一人ひとりに褥瘡発生スケールを用いて危険度を数値化しながら注意深く観察する必要性について提案し、さまざまな角度から話し合いが行われました。

そして何よりも大切なこととして日々のケアに際し、全身、および局所的な観察を怠らず、早期発見早期治療がなされるよう、職員間で声を掛け合うことにしました。



日ごろから入浴時は全身の観察をするよい機会になっており、看護師も支援に入っています。

また、表皮剥離や炎症所見がある場合には、隣に新設された葵クリニックにおいて診察を早期に受け、処置の助言をいただきながら、褥瘡根絶の防止活動に取り組みました。

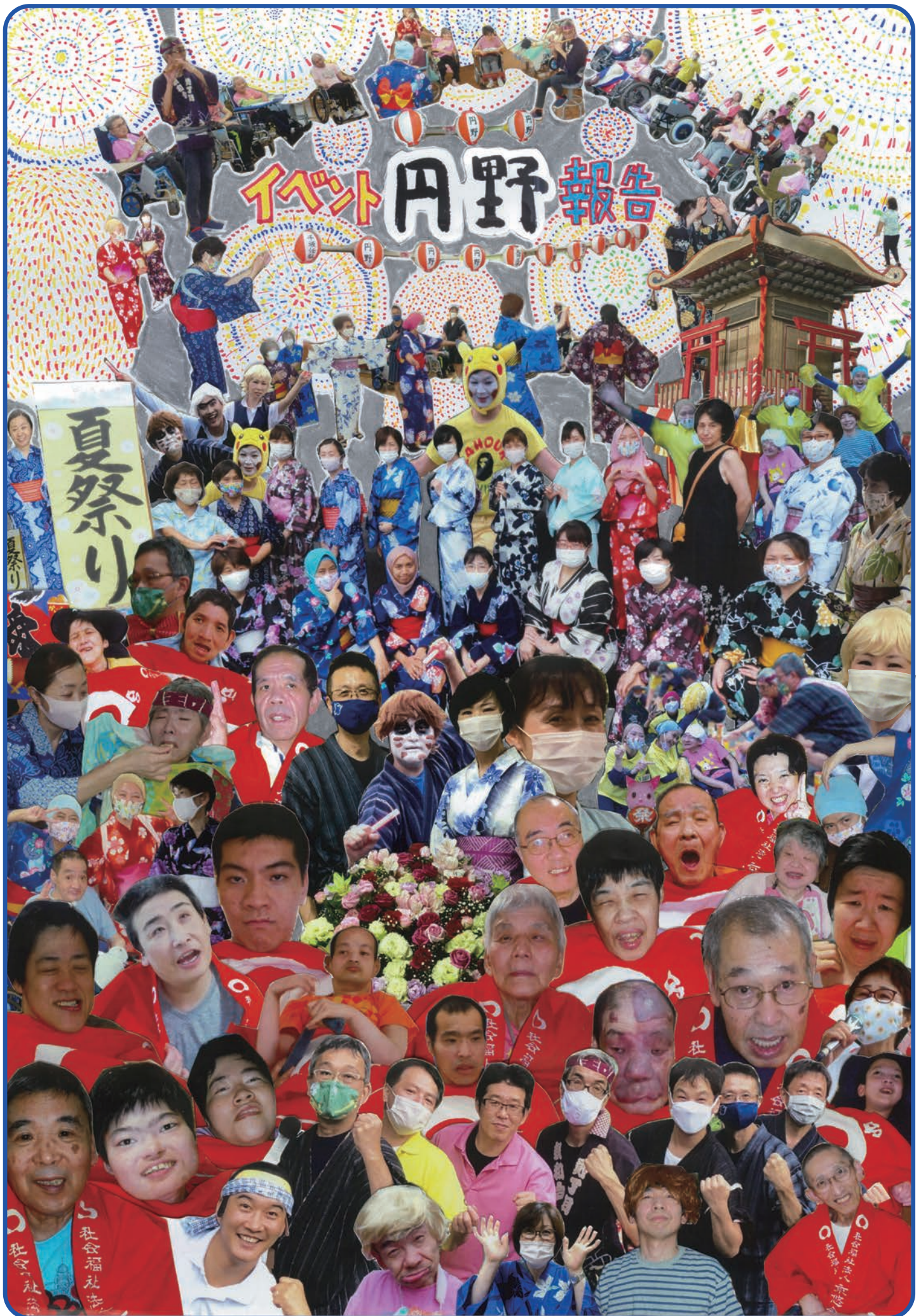
お陰様で現在は、活動の成果もあり、軽快・治癒した方のみになりました。

多職種と密な連携の大切さ

当施設は介護度の高い方々が生活する場であり、高齢者特有の脆弱な皮膚状態と食事に十分な注意をはらっていても低栄養状態に陥りやすいなどの特徴があります。今回の経験を生かすために多職種と連携をはかり、入所者様たちに苦痛のない安全で安楽な環境を提供できるよう、これからも努めてまいります。

※褥瘡とは、寝たきりなどによって、体重で圧迫されている場所の血流が悪くなったり滞ることによって、皮膚の一部が赤い色味をおびたり、ただれたり、傷ができてしまうことです。一般的に「床ずれ」ともいわれています。

(財) 日本褥瘡学会HPより





【 デイサービス アオイ 】

食べて、おしゃべりして♪

デイサービスアオイでは、一足はやく秋の訪れを楽しんでいます。地元の畑で採れた秋野菜をふんだんに使った手作り料理でお腹も心もホクホクです。和らいだ日差しのもと、会話も自然と弾みます。



アツアツの手作り料理
秋の訪れに感謝



ウッドデッキで井戸端会議

編集後記

ここに京悠会広報誌第11号をお届けします。これまでに10回の発行を重ねてまいりました。この間、入所者さま、ご家族さま、施設周辺にお住まいの方をはじめ様々な方に京悠会広報誌を読んでいただいておりますが、読後の嬉しい感想を頂いています。例えば、認知症の薬はまだ飲んでいないが、近い将来のことを考えてもう少し詳しく知りたいと施設を訪ねてこられたケース。秋田在住のご年配の方が京悠会のホームページから京悠会広報誌を目にし、筆者の大田ドクターを訪ねて質問を投げかけてこられたケースなど、編集者として嬉しい限りです。(M I、K O)

葵クリニック

〒359-0001 埼玉県所沢市下富1202-1
TEL04-2937-5221 FAX04-2937-5220

デイサービスセンター アオイ

〒359-0001 埼玉県所沢市下富1202-1
TEL04-2937-5233 FAX04-2937-5220

障害者支援施設 円野

〒357-0011 埼玉県飯能市川崎458
TEL042-975-3300 FAX042-975-3311

特別養護老人ホーム 真和の森

〒359-0001 埼玉県所沢市下富1206-1
TEL04-2990-1133 FAX04-2990-1144

<http://www.kyoyukai.jp/>