

# あいあい 新聞 10月号



あい訪問看護ステーション

広島市安佐北区落合5-30-27-103

電話:082-824-7470 FAX:082-824-7471

H P:

ai-nursing

検索



朝晩とすっかり涼しくなってきました。みなさま、風邪などひかれていないでしょうか？これからはスポーツの秋、食欲の秋、行楽の秋、と過ごしやすい季節がやってきます。反面、在宅で療養されているお年寄りの方にとっては、呼吸器感染にも気を付けなければならない時期。私たちがよく観察して、環境調節の援助を行っていかねばなりませんね。



We love ひろしま  
知ってる！？知っとこ☆

■ 宮島の特産品として有名な「しゃもじ」。宮島表参道商店街にある「大しゃもじ」の重さは一体どれくらい？

1. 25 kg
2. 250 kg
3. 2500 kg



てっかくい！

答えは裏に

## 特集 ～ やってはいけない！ 看護ケア

大切！！



看護ケアを実践する中で、実は「やってはいけない」ケアが少なからず存在します。今回は、在宅で遭遇する可能性があると思われるケアを、ご紹介したいと思います。



### ⚠️ 意識障害のある急性期の患者に義歯を装着してはいけません！！



意識障害が急に訪れた場合、義歯をはめていたら外します。これは、気道確保(気管挿管)の妨げになったり、喉頭部に義歯が落ち込んで窒息する可能性があるからです。とにかく、意識がうつろとしてきた利用者さんを見たときは、義歯装着の有無を確認しましょう。逆に意識が回復した利用者さんには、例え絶食でも義歯を装着することが重要です。

### ⚠️ 出血傾向のある患者の鼻出血時頭部を低くしてはいけません！！



×上を向かない

まず、出血部位(鼻)を心臓から高くすることです。さらに「アゴを引いて前を向く」こと。よく言うところの「鼻を高くし、上を向いて」しまうと血液を飲み込むことになってしまい、嘔気などを誘発することがあるため避けます。ただし、出血量が多い場合などは、気道確保の体位とショック体位をとる必要があるため、側臥位にすることが適しています。

### ⚠️ 褥瘡患者の創部・発赤部をマッサージしたり、円座を使用してはいけません！！

圧迫を除去しても消失しない発赤は、褥瘡の前段階です。そこはもろくなった血管があり、マッサージなどの刺激は毛細血管や組織にダメージを与えます。円座については、みなさんご存じの通り、輪状の圧迫が局所にかかってしまい、また中心の創部に対しても「引っ張る力」が働くため逆効果となってしまいます。



### ⚠️ ボルタレン座薬を血圧を確認せずに使用してはいけません！！



解熱のために発汗を促し、末梢血管を拡張させます。これが血圧低下を引き起こしますが、特に座薬の場合、肝臓を経ないので血中濃度の上昇が早くみられます。高齢者や脱水患者は注意が必要であり、自宅で使用する場合には可能であれば点滴(補液)の後、もしくはしっかりと水分を補給することが血圧低下防止となってきます。

### ⚠️ 麻痺のある患者の麻痺側から食事介助をしてはいけません！！



麻痺側では、口腔内の筋肉や口唇の動き・感覚が十分ではないため、食物が残りやすく食べこぼしや流涎が多くなってきます。つまり、最も予防しなければならない誤嚥を起こす恐れが高くなっていくわけです。介助者は健側に位置し、口唇の動きや嚥下の状況を注意深く観察しながら、食事介助をしなければなりません。

### ⚠️ 嚥下障害のある人の咀嚼・嚥下中に話しかけてはいけません！！

ご存知のように、私たちは食物を飲み込む瞬間に発声はできません。それは嚥下時には気道が閉じているためです。嚥下障害のある方にとっては、嚥下と発声の機序が上手く働かないことが多いため、ムセ込みや誤嚥が生じてしまいます。必要がある場合は、しっかりと飲み込み、口の中に食物がない時に話かけるようにしましょう。



これらは基本中の基本のケアではありますが、どれも一つ間違えれば生命に関わる事故につながる可能性があるものばかりです。分からない、不安なことがあれば、いつでも問い合わせ頂ければと思います。

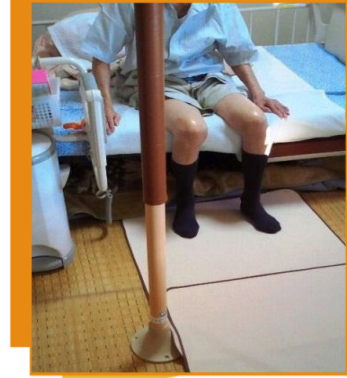
## 今月の利用者さん

今回の利用者さんは…

Hさん 男性 80才代 / 左上下肢不全麻痺・食欲不振  
訪問看護：2回/週(火・木)1時間/回 です。

昨年の夏場、脱水症状がみられ点滴を施行。体力の低下にともない歩行などが難しくなってきたため、体調管理・リハビリ・入浴介助を主目的として訪問看護が開始となりました。以前、硬膜下血腫を発症され、それ以降、左上下肢の不全麻痺がみられますが、自由に動かすことはできない程度で歩行も自力、食事なども自力で摂取ができる方です。訪問看護の他に訪問リハビリも利用されており、少しずつ体力も回復していきました。入浴については、浴槽のまたぎ越しもでき、浴槽内での起居動作が少し難しいですが、背中を支える程度の軽介助にて実施できています。

→室内には手すりなどの移動補助具が備えられています。



ゆっくりではありますが、発語もしっかりされています。プロ野球は阪神ファンで、カープファンの私とは、時に小バトルも(；)。特に大リーグが好きな方で、私などよりよっぽど大リーグの知識を持っておられます。今年の夏は、奥様のご協力もあり、そして本人様も「これ(奥様)がうるさいものでね…」と、水分補給に気を配られ、脱水を起こすことなく過ごされました。食事もしっかり食べることができ、今は体調はとても安定していると思います。これからは、苦手な寒い季節がやってきますが、今度は風邪などをひかのように注意して、次の暖かい春を迎えたいですね。(仲重)

←水分補給は、ばっちり(\*^^)v。

### 24年度報酬改定 ひとくちメモ～ 長時間訪問看護加算・300単位

訪問看護の所要時間が、1時間以上1時間30分未満の訪問看護に引き続き訪問看護を行う場合に、1回につき300単位加算します。

～算定の要件～

- ① 特別管理加算Ⅰ及びⅡの状態にあること。
- ② ケアプランに位置付けられた計画的な訪問看護であること。

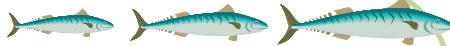
### Smith's English ～スミスの英会話～

今回は英会話とはちょっと離れた話題です。  
海外旅行の前にチェック!! することについて…

- ・パスポートの期限は大丈夫? 国によっては3ヶ月・半年の残存有効期限がないと入国できないこともあります。必ず自分でチェックしておきましょう!
- ・荷物は少なめに。お土産を考えて、スーツケースの半分は空っぽの勢いで用意しておく方がいいでしょう!



## 10月の旬



・さば ナイアシンやタウリンがコレステロールを低下させ、肝機能を強化します。さらに、ビタミンB2とともに疲労回復効果あり。カルシウムやビタミンDが健康な骨や歯の発達に有効で、さばの血合いに含まれる鉄分は、貧血にも有効です!

・かぶ 保存のポイントは、葉を付け根の部分から切り落とすことです。葉を付けたままにしておくと水分が葉に行き、す入りの原因となります。そして、葉と根を切り分けたものをそれぞれポリ袋に入れて、冷蔵庫の野菜室で保存します。

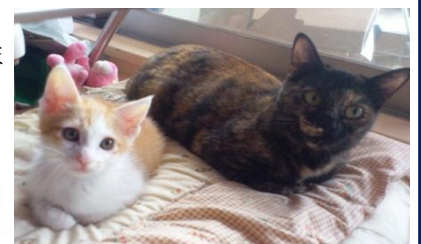
★葉は、ビタミンC・カロテン・鉄分・カルシウム・食物繊維などが含まれます。ガンや動脈硬化、骨粗鬆症の予防に効果的。また、貧血や便秘にも効果が。

★根は、消化酵素のアミラーゼを多く含んでいます。胸焼け、胃もたれを改善します。また肺機能を高める効果もあるようです。



### 新シリーズ!! うちの可愛いペットさま

茶トラの子猫が「みいちゃん(オス・2ヶ月)」、黒い猫が「ルナ(メス・1才)」です。血はつながっていませんが、親子のように仲良し。ウチの子供4人が使っていたベビー布団が、二匹の寝床でお気に入り。二匹の写真は中国新聞のペットコーナーにも載ったことがあるんですよ! 仕事から帰ったら、一番に出迎えてくれ、とても癒されてます(o)。 (浦島)



### 答え… 3. 2500 kg でした!!

なんと、その重さは2.5トンもあるんですね(>\_<)。ちなみに、大きさは長さ7.7m、最大幅2.7m。材質はケヤキ(樹齢270年・長さ13メートル)で、産地は埼玉県だそうです。スケールが半端じゃないです!!



編集後記…

次回11月号は、11月10日頃の発行となります。人には偉そうに言ってますが、少々風邪気味の私です(>\_<)。しっかり食べて、しっかり睡眠をとって、疲れを引かずらないようにしたいですね。(仲重)