



第17号
2022年1月発行

介護老人保健施設
アルカディア

<https://www.arcadia-kaigo.com>

新年あけまして

おめでどううぐいす

皆様、明けましておめでどううぐいす。

2021年は、最初から最後まで、新型コロナウイルス感染症パンデミックに生活全般が支配されていました。せつかくの2度目のオリンピックが東京で開催されたものの、実際の応援もできずにあつという間に終わってしまいました。皆様も色々な面で、ご不自由な生活が続いていると存じます。徐々に感染状況の改善が報道されていますが、これまで以上に安心してご利用いただけるような施設運営に心掛けていきたいと存じますので、よろしくお願ひ申し上げます。

さて、現在、認知症と診断された患者さんに対しては、必ずしもすべての方に使われるわけではありませんが、治療薬として4種類のお薬がございます。しかしながら、いずれも症状改善薬、つまり進行を遅らせるお薬として分類されます。過去10年以上にわたりこの症状改善薬のみが治療薬として使用されてまいりました。

ところが、昨年、マスコミでも大きく取り上げられた、アルツハイマー病を対象とする、初の疾患修飾薬、つまり根本治療薬が米国で承認されました。日本でも治験が進行中で、認知症患者さんのご家族の期待が高まりました。しかし、病状の初期の段階からの使用が必要なことが明らかとなり、残念ながら、現在介護を必要とするような患者さんは対象にならないようです。

しかしながら、少なくとも「新薬」ということに関しては、停滞していたような状態が、これが突破口になり、今後将来的に新たな展望が見えてくる可能性があると存じます。現在でも多数の治験が進行中で非常に精力的に研究が進められている分野でもあり、今後、介護負担の軽減に結びつく方向での新薬の開発が待たれます。

本年もどうぞ宜しく

お願ひ申し上げます。



施設長 大竹 敏之

今回は介護のポイントについてお話したいと思ひます。

全般に共通する考えとして、介助する側ではなく介助される側を主として考える事です。今回は相手の思いに沿った介助を行なうためのポイントを紹介いたします。

介助のポイント

一番介助しやすい動作を考える

介助されていても、ご自分で動いたと思えるように介助します。

苦痛や恐怖心を抱かせない

痛い思いや怖い思いは、ご本人の意欲や動作の妨げになります。安心して頂ける介助が大切です。

身体状況や体調に合わせた介助を

日々変化する相手の気持ちや身体の状態を確認し、身体能力や体調に合わせた介助を考えます。本人の思いに沿って出来ない部分だけを軽介助する事も大切になります。

更衣介助

手のひらや腕、身体を使って相手を支えています。

更衣に気を取られて指先に力を入れてしまうような介助をしてしまうと、内出血や表皮剥離、骨折などの原因になってしまいます。そのため、触れる時は優しく、支える時は広い面で下から支えます。

衣服は強く引っ張らない

相手の皮膚を傷付けてしまったり衣類を破ってしまうことがあります。上着の袖やズボンはたくし上げた状態で手足を通し衣類で皮膚を擦らないようにしましょう。また、手や足を通す際に手足の爪を引っつかない様に注意する事も必要です。

無理な姿勢では行わない

麻痺側の肩は脱臼しやすいので腕を無理やり引っ張らないように介助します。また、寝ている状態で麻痺側の腕が身体の下に入らないように注意して下さい。介護には「脱健着患」という言葉があります。更衣介助の際は身体の健康な側から脱がし、麻痺側から着せると無理な姿勢が軽減され、お互いに負担が減りスムーズに更衣介助が出来ます。是非、参考にしてみて下さい。

更衣後、介助後は衣服を整える

更衣介助後に衣服を整えることはとても重要です。衣服は正しく整えられた状態でないと見た目だけではなく着心地も悪くなります。また身体の一部だけを圧迫して血流が悪くなり、皮膚に悪影響を与える事もあります。そのため衣服の「ねじれ」や「しわ」を直しておくことはとても大切になります。



食事介助

食事に介助が必要ということは、ご自分のペースで食べられないということ。「自分だったらどうして欲しいか」「どうされたくないのか」常に相手の気持ちになって介助をする事が大切です。

姿勢を整える

安全でおいしい食事の為に、姿勢を整える事がとても大切になります。テーブルで食事をする際の基本姿勢を説明します。車椅子の方が良い姿勢を取りやすい場合などは車いすのままでも大丈夫です。

- ① 基本は椅子に移乗します。
- ② 椅子には深く座ります。
- ③ 軽く前傾になってもらい、顎は軽く引きまします。
- ④ テーブルはみぞおちくらいの高さが適当です。
- ⑤ 身体とテーブルの間は、握りこぶし一つ分くらいの隙間を空けます。
- ⑥ 足の裏は、床にしっかりと付けまします。

介助者は立って介助をしない

介助される側の顎が上がりやすくなるので、誤嚥の危険が高くなります。

一口量は多くしない

嚥下機能が低下してくると一度に飲み込める量が少なくなるので、一口量が多いと誤嚥の原因となってしまうので、

飲み込んだことを確認して、次の一口を介助する

嚥下反射（飲み込み）は基本、喉の上下運動で確認して下さい。嚥下反射がわかりにくかったり、口の中に残っている場合があるので、時々口の中も確認して下さい。



↑
嚥下した瞬間に喉仏が上に挙がります。

排泄トイレ介助

車椅子を使用されている方の立ち上がり介助を紹介します。**立ち上がりやすい姿勢を作る**

浅座りになってもらい、立ち上がりやすい姿勢を作ります。動きやすい姿勢のポイントとして、浅く座る、足を引く、足底がしっかりと床についている、足を肩幅に開く事が大事となります。

車椅子の位置を調整する

前傾したときに壁にあたまが当たらないよう、壁や手すりに近づけすぎないように注意します。手すりをしっかりと掴んでもらい、立ち上がり介助をします。

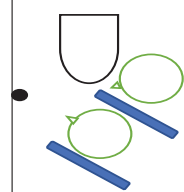
介護者が手すりに掴まるのであれば、後方から介助してください。ご本人の足は壁から20cmほど離れた場所につくことで重心が取りやすくなり動作が安定します。

安全に便座に座ってもらう

前傾を促しながら介助者が腰部を支えゆっくりと座ってもらう。

排泄しやすい姿勢を取ってもらう

座位姿勢が安定したことを確認し、排泄しやすい姿勢を取ってもらう。



今回挙げさせていただいた介助のポイントを基本としていただけたら、介助する側される側共に気持ちよく過ごす事の助けになると思います。是非活用してみてください。

記事参考元：介護アンテナ

今回もご覧頂き

ありがとうございます。

当施設ではご利用者の褥瘡予防への取り組みとして体位交換、除圧などを行っています。

また、写真のマルチグロブを携行し、座位や臥床時にご利用者の背抜きや、圧を分散するための除圧として使用しており、褥瘡予防に繋がっています。



近隣地域向け広報誌

『FIELDSフィールド』
をご覧ください。
誠に有難うございます。

◇次回は4月発行です。
次回も、皆様へお役立ち情報等をお伝えします。

◇施設見学をお受けしております。
ご興味のある方は左記の連絡先までお問い合わせください。

◇ホームページでは施設内や行事等の紹介もしております。
QRコードよりご覧ください。

ホームページ
<https://www.arcadia-kaigo.com>

Twitter
https://twitter.com/arcadia_kaigo

Instagram
https://www.instagram.com/arcadia_daycare

Facebook
<https://www.facebook.com/people/アルカディア通所リハビリセンター/100063713850105/?from=MY01SV&ocid=MY01SV>

介護老人保健施設

アルカディア

東京都武蔵村山市三ツ藤1-080-1

info@arcadia-kaigo.com

042-506-3600 (代)