

# 姫路市医師会

ほうもん かんご

## 訪問看護ステーションだより

居宅介護支援事業所

姫路市医師会訪問看護ステーション 姫路市西今宿3-7-21 TEL0792-95-3377

No.014 2005.1 発行

### A Happy New Year

あけまして おめでとうございます。新しい年の始まりです。昨年は台風地震、不穏な隣国の動きと、「一年を代表する今年の漢字」に「災」が選ばれてしまいました。毎年一年の始まりの日に、今年はきっといい年でありませうように、と願いをかけるのですが、お願いばかりする人々にさすがの神様もご立腹したのでしょうか。今年は百年です。大きく翼を広げた青い鳥が荒ぶる神を鎮めてくれる事を願って、私事のお願いは、遠慮しておきましょうか。



### 知ってますか?

#### かぜの新常識

読売新聞より抜粋 (五十嵐こどもクリニック院長 五十嵐 正統先生)

##### ●入浴

1999年かぜの回復と入浴の関係を調べ、計87人のかぜ患者を入浴したグループと入浴しなかったグループに分け、それぞれの回復を確かめると両グループに差は見られなかった。入浴したければ、入浴しても特に困ったことが起きることはないが体力を奪う長風呂や湯冷めには注意が必要だ。とのこと。

体温より5度低いぬるめの風呂に15分ほど入ると、1.5度から2度程度の解熱効果がある。発汗作用が強い解熱剤のように体内の水分が失われる心配がない。ただ、体が衰弱している時など、解熱のために無理に入るのは勧められない。

##### ●解熱

体温は高いほうが、かぜのウイルスと戦う免疫は活動しやすいとされている。発熱は体の防御反応だ。つらくて食事もとれないなどの問題がなければ解熱を急ぐ必要はない。ただ40度以上では免疫反応も落ちるので、解熱を勧めている。熱を下げるには首筋やわきなど太い動脈が通っているところを冷やしたほうが効果的だ。

##### ●鼻水、咳

鼻詰まりには、お湯で温めたタオルを顔にのせる方法を勧める。血行が良くなり、湿気が鼻腔に入り鼻が通りやすくなる。激しい咳は体力を消耗させる。うつぶせ寝をするとたんを出しやすくなる。ただし乳児のうつぶせ寝は窒息死の危険があるので親が横につくようにする。



## よもやま話

### 体が石になる!?

「おばあちゃんの体が石になってオムツが替えられない」介護者のお嫁さんの悲壮な訴えから訪問は始まりました。Sさんは88才のとても小柄な女性です。肝硬変と痴呆症状の為、寝たきり状態で時々「うっ」と発声されるのが唯一の言葉。しばらくの間、二人がかりでの力づくでの清拭、オムツ交換が続きました。Sさんは痴呆症状が進行していた為、周囲の人の話しかけている意味が分からず体に触られる事が、とても恐怖で嫌だったのです。だから近づいただけで体が堅い石になっていたのです。目線が同じになる様布団をベットに変え、たえずゆっくりと話しかけながら体をさする様に拭きます。一年かけて丸い石が、少しずつ



Illustrator Tada Yoshiko

少しずつほぐれていきました。幸い肝硬変は比較的安定していましたので体調をみながら徐々に上半身を起こし、ベットの端へ座れる姿勢がとれる様になりました。転倒の危険は大きかったので必ず恋人同士の様に側に座り肩を抱いたり、腕を組んでお嫁さんと3人で雑談するとSさんの顔の緊張がゆるみます。そしてマッサージすると手、足がスーと伸びるんです。次の入院が来る前に車イスに乗って、Sさんの大好きな畑へ出かけられたらと看護師はどんどん欲深になります。

ペンネーム・(ステーションで一番若手の) あられちゃん

### トピックス

介護保険部会の  
主な見直しの意見

- ・給付の効率化・重点化
- ・「新・予防給付」を創設
- ・施設入所者から居住費や食費を徴収
- ・特別養護老人ホームの入所は要介護度が重い人中心に
- ・【新たなサービス体系の確立】
- ・地域密着型サービスの創設(痴呆高齢者の見守りや夜間・巡回型訪問看護など)
- ・訪問看護ステーションで通所機能を導入
- ・痴呆の早期発見・診断
- ・【サービスの質の確保・向上】
- ・ケアマネジャーに更新制を導入
- ・「地域包括支援センター」を創設

05年の介護保険制度の見直しに向けて、厚生労働省の社会政策審議会介護保険部会(部会長・貝塚啓明中大教授)は30日、介護給付の伸びを抑えるため、要介護度が低い人を中心に介護保険以外の制度も一体となった「総合的な介護予防システム」の導入を盛り込んだ報告書をまとめた。

見直しの最大の課題となつている被保険者の年齢引き下げと給付対象の拡大を含む障害者福祉との統合問題は、積極・慎重の両論併起となり、引き続き検討することになった。総合的な介護予防システムは06年度以降、市町村の実情に応じ、3年程度かけて段階的に導入する方針。

現在、介護が必要な高齢者の半数は「要支援」と「要介護1」が占められている。要支援の高齢者に対する介護は「予防給付」の位置づけだが、要介護1も含め、サービスの利用が本人の状態の改善につなげていないとの指摘がある。

### 厚労省 介護予防で新制度

要支援者「新・予防給付」を提案

「新・予防給付」のサービス利用計画は、市町村が担う「地域包括支援センター」(仮称)がつくる。筋力向上トレーニングや栄養不足、閉じこもりなどの予防策について実際の効果や有効な組み合わせをモデル事業などで検証し、メニュー化する方向だ。