

# 姫路市医師会

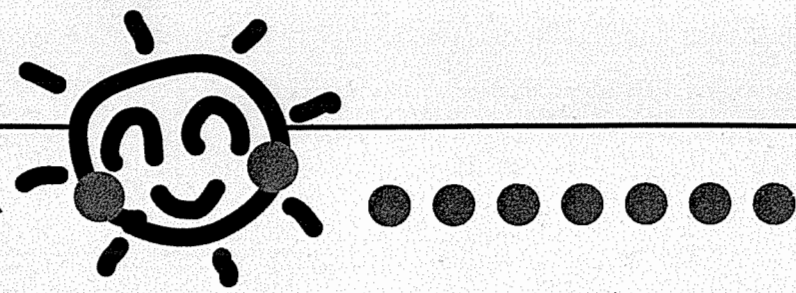
ほうもん かんご

## 訪問看護ステーションだより

No.023 2007.4 発行

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 姫路市西今宿三丁目7番21号 TEL079-295-3377



春の北斗七星は北東高くにあります。そのカーブをそのまま延ばすと東の空にオレンジ色の星が見つかります。これがアークトゥルスでうしかい座の星です。またさらにカーブを延ばしていくと、おとめ座の白い星スピカまでたどれます。この曲線を「春の大曲線」といいます。アークトゥルスは春の夜空では一番明るい星で、日本でも古くから注目されていて、麦を刈る季節に空高く輝き麦刈りの時期を教えてくださいの事から「麦刈り星」とよばれています。最近では、そんな季節の移り変わりにも気づかないまま過ぎていってしまいます。せつかくの春です。桜に、つくし、ぼかぼかのお陽様、日本の春はなんて幸せな気分になるのでしょうか。過ぎていってしまう前にしっかりと楽しみましょうか。

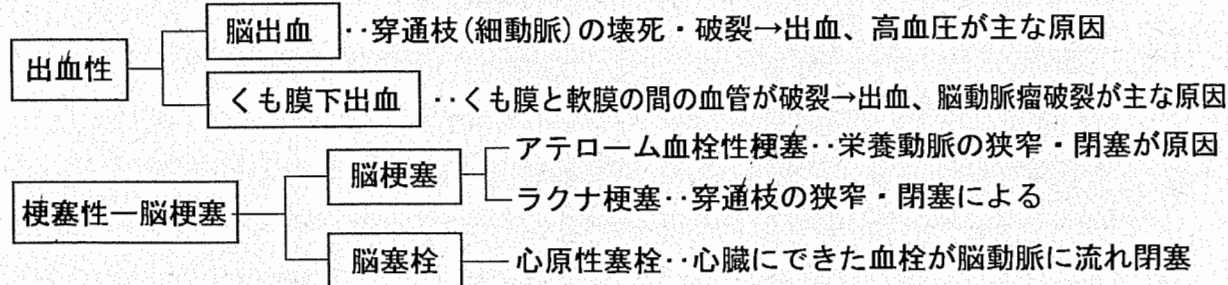
### 在宅ケア勉強会より

3月10日 医師会館大ホールにて市民の方を対象に「在宅介護で知っておきたい病気について」というテーマで3名の先生のお話がありました。コメディカルの方も多く聴講され、会場からの質問も活発にでて活気ある勉強会となりました。内容を簡単にご報告致します。

#### 第一席 「内科医から」 中野診療所 中野 稔雄 先生

- 寝たきりになる原因
  - 1位・脳血管疾患 27,7%
  - 2位・高齢による衰弱 16,1%
  - 3位・骨折、転倒 11,8%
  - 4位・認知症 10,7%

#### ●脳卒中の分類



#### 第二席 「看護師から」 姫路市医師会訪問看護ステーション 井上 雅 看護師

- 食べる・片麻痺がある場合、麻痺側の口腔内に食物残渣物が残りやすい。それにより口腔内汚染から肺炎になりやすくなる。訓練や食物形態を変えても誤嚥したり肺炎を繰り返すようになった場合、経鼻経管栄養やPEG（経皮内視鏡的胃ろう造設術）からの栄養確保が考えられる。
- 排泄する・加齢、運動不足、臥床時間が長くなると、腹筋が低下して腹圧をかけなくなり腸の動きが悪くなるため、便秘に傾きやすい。腹痛のある時に勝手な判断で浣腸はしない、イレウス（腸閉塞）の可能性あり！

- 褥創・①栄養状態の改善・高カロリー食摂取（医療保険で提供できるエンシュア、ラコールなど）栄養補助食品の利用
- ②除圧・体位交換、エアマットの利用、ギャッチアップ、ダウン時の背中へのズレは必ず解消する。
- ③保清・入浴を積極的に行い、血液循環を促進する。皮膚のために弱酸性洗剤の使用  
通気性、吸収性のよい寝衣、シーツの使用、オムツ汚染時はすぐ交換

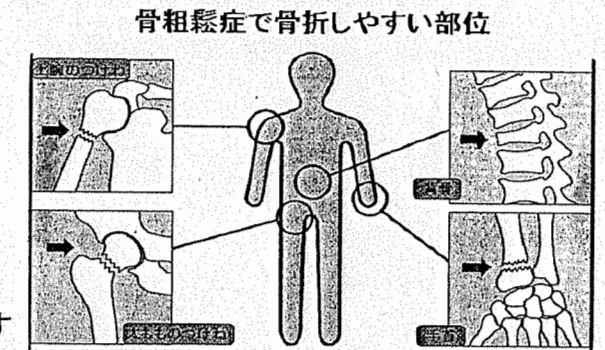
#### 第三席 「整形外科医から」 桃井整形外科 桃井 健仁 先生

- 骨粗しょう症それに伴う骨折  
骨粗しょう症とは低骨量と骨組織の微細構造の劣化が特徴的で、その結果、骨の脆弱性が増し、骨折が生じやすくなった全身性の骨疾患  
閉経後の女性は特に注意！  
骨粗しょう症にかかっている女性の割合  
・50代女性は10人に1人、60代女性は3人に1人、70歳以上の女性は2人に1人  
2cm以上身長が低下された方は、椎体に骨折が起こっているリスクが高い。  
椎体骨折の2/3は無症状。

- 転倒予防  
転倒した高齢者の1割が骨折する。  
転倒により骨折した高齢者の7~8割が大腿骨を骨折している。

#### 転ばない体づくりの基本

- ①しっかりと歩行 ②ストレッチング
- ③バランス能力の向上 ④足指の感性和力を取り戻す



姫路市各地域の委託包括センターが決まりました。  
予防プランの利用者は各居住地（介護保険の住所）の直営包括センターもしくは委託包括が担当します

#### 平成19年度地域包括支援センターの委託開設法人

名称	所在地	開設法人	委託プラン担当校区
1 中部第一	本町165	(医)五葉会	城南・城巽・城西・船場・城乾・城東・東・野里
2 中部第二①	御立東5-1-1	(社)ささゆり会	高岡・高岡西・安室・安室東
3 中部第二②	栗山町151-2	(社)姫路市社会福祉協議会	城陽・手柄・荒川
4 西	打越1075-1	(社)姫路市社会福祉事業協会	曾左・白鳥・青山・峰相・太市・林田・伊勢
5 東	花田町加納原田155	(社)本覚寺苑	花田・四郷・御国野・別所・谷内・谷外
6 灘	白浜町宇佐崎北1-13	(株)セイフティサービス	白浜・八木・系引・的形・大塩
7 網干	勝原区下太田573	(社)やながせ福祉会	網干・網干西・勝原・旭陽・余部・大津茂
8 飾磨	飾磨区英賀清水町1-5-1	(株)ニチイ学館	飾磨・高浜・妻鹿・津田・英賀保
9 北	西中島	姫路医療生活協同組合	城北・広峰・水上・増位・砥堀・豊富・船津・山田
10 広畑	広畑区東新町1丁目29	(医)石橋内科	広畑・広畑第二・大津・南大津・八幡
11 夢前	夢前町宮置821-1	(社)光寿福祉会	置塩・古知・前之庄・山之内・筋野・上菅・菅生
12 香寺	香寺町須賀院338-506	(社)徳宗福祉会	香呂・香呂南・中寺
13 安富	安富町植木野426-64	(社)紫陽会	安富南・安富北