

鶴岡市立荘内病院広報

2018夏 第32号

黎明

※黎明(れいめい)：明け方、夜明けの意

特集：褥瘡予防対策チームの取組み
話題：医療職紹介、外来受診のご案内



写真：院長と副院長（看護部長）と今年度新規採用職員

トピック

院長 三科 武



健康寿命という言葉をご存知と思います。日頃の生活に医療や介護の継続的な手助けが不要で自立した生活を営める期間を言います。日本人の平均寿命は大きく伸びて女性は87歳、男性80歳と世界でもトップレベルとなりました。今後団塊の世代の皆さんが年を重ねるにつれ、高齢者人口は増加します。高齢者は65歳からと言われるのも不思議な感じですが、これはWHOが採用している基準です。日本人の平均寿命は昭和25年には女性61歳、男性58歳くらいでした。その当時の感覚では65歳は高齢者というのでも納得できるのですが、最近では少し異なると思います。健康寿命はその点実際の人々の活動指標としてわかりやすいと思います。平成25年のデータでは女性74歳、男性71歳です。ぜひこれを上回る年代でも多くの皆さんが活躍できるように健康維持に向かっていたいただきたいと思います。死因の第一位はがんですが、その対策の一つに検診があります。検診を受けていればがんにならないわけではありませんが、早くがんを発見し治療すれば治る時代になってきました。鶴岡市では乳がん検診に超音波検査がオプションで可能になっていますし、胃がん検診にはヘリコバクターピロリ菌抗体検査や内視鏡検診を取り入れようという動きもあります。健康寿命を伸ばし鶴岡市を住みやすい面白いまちにしていきたいと思います。

特集

じょくそう

褥瘡予防対策チーム の取組み

褥瘡(床ずれ)に特化した高度かつ
質の高い医療・看護を実践しています

「床ずれ」とは?

床ずれとは、長い時間同じ姿勢でいることで体の一部(主に骨の突出部分)に体重がかかり、圧迫されることで血の流れが悪くなりできてしまうキズのことです。

専門用語では、「褥瘡(じょくそう)」と言われ、「褥」は寝床、「瘡(ぢう)」は皮膚のできものやただれを指し、寝た状態でできるキズを意味します。しかし、この限りではなく同じ姿勢で長時間車椅子や自宅の場合では、ソファや椅子に座っていることでできることもあります。時間にしてはわずかに2時間程度でできることもあり、気がついたら「なんでここにキズが?」ということもあります。床ずれは、寝たきりの高齢者に起こることが多く、一旦発生すると治るまでに時間がかかります。これは、加齢に伴って身体の様々な機能が低下していく中で、体重減少から骨が突出してくることやキズを治すための皮膚の機能も低下していくからです。

また、食事の摂取量と内容もキズ

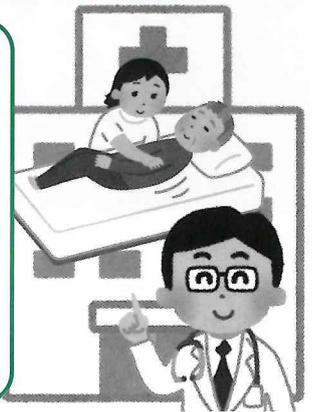
床ずれを起こしやすい部位

仰向けの場合

- ・かかと
- ・仙骨(お尻の中央部分)
- ・ひじ・肩甲骨
- ・後頭部

横向きの場合

- ・耳・肩・ひじ
- ・股関節・腰
- ・外くるぶし



の治りの速さに大きく影響してきます。栄養状態が悪ければそれだけキズの治療に時間を必要とするということ。そのため、床ずれはできる限り「予防」を行い、発見した場合には早期に「治療」と「ケア」を行うことが大切となるのです。

ここでひとつ問題となるのは、『できてしまったキズ』をどのようにして治すのか?ということ。患者さんやご家族から、「薬を塗ったら治りますか?」と聞かれることが多くあります。床ずれは、残念ながら薬を塗って治るキズではありません。薬は、キズが治ろうとすることを助

けるものであり、改善するためには、その方の生活環境を整えると共に長い時間同じ姿勢でいることを避けるなどのケアが必要となります。例えば、自分で寝返りが打てない人には、高機能エアマットと言われる寝具を使い更に介助で身体の向きを変えるなどが有効です。

褥瘡予防対策チームの紹介

院内には、床ずれを予防し早期治癒に導くための「褥瘡予防対策チーム」が設置され活動を行っています。床ずれの発生リスクの高い方への予防的介入と床ずれ保有者の管理とケア、早期治癒を目指した治療方針の決定など、キズをケアする専門の資格を持つ皮膚・排泄ケア認定看護師を中心に入院棟看護師を含む多職種で連携しながら床ずれに特化した高度かつ質の高い医療・看護を実践しています。主な活動としては、床ずれ予防対策強化のためのマトレスの整備やスキンケアの徹底、栄養管理、個々の状態に合わせた体位づけ(「ポジショニング」と言います)です。すでに床ずれを保有されている方へ

医療職紹介

～言語聴覚士 を紹介します～

リハビリテーションセンターには、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士という3つの専門職が在籍しています。皆さんは、言語聴覚士をご存じでしょうか？言語聴覚士は、ことばや聞こえ、食物を口から食べることに障害をもつ方の機能回復や発達促進の援助を行っています。

近年、当院では誤嚥性肺炎ごえんせいはいえんによって入院される方が多くなっています。誤嚥性肺炎とは、食物やだ液が誤って気管に入り、そこに含まれていた細菌によって肺炎になってしまう病気です。高齢になると、口腔機能低下こうくう（歯の欠損やだ液が少なくなる等）や嚥下反射えんげの遅れ、むせる力が弱くなるなど食べる能力が低下してきます。痩せてきた方も注意が必要です。栄養状態や身体機能が低下してきている可能性があります。これらは、誤嚥性肺炎発症ごえんせいはいえんのきっかけになるため、高齢者に多い病気の1つなのです。しかし、定期的に運動を行う、口の中を清潔に保つ、会話をするとといった何気ない行動で予防することができます。

このように言語聴覚士は、ことばに関わるリハビリだけでなく口から食べることに對してもリハビリを行っています。

①深呼吸



鼻から息を吸って
ゆっくり口から吐く

②口の体操



下を出す、引っこ
めるをくりかえす



左右の口角に
触れる

③発声

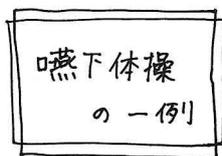


「バババ、タタタ、カカカ、
ラララ、パタカ」と
ゆっくり発音する

④咳ばらい



2秒ほど
息をこらえ
強く「エヘン」と
咳払いする



(リハビリテーションセンター

言語聴覚士 渡部)

【褥瘡予防対策チームの活動内容】

- ① 予防のための、耐圧分散マットの整備、スキンケア、栄養の管理を行います
- ② 治療管理のための、回診、ハイリスクラウンドを実施します
- ③ 職員および地域医療従事者向け研修会の開催、院内広報誌の発行
- ④ 市民向け「床ずれ公開講座」の開催

【チームメンバー】

- ・医師
- ・看護師
- ・薬剤師
- ・理学療法士
- ・管理栄養士

は、チームでの回診を行い、現在行われている治療の検討と個々に合わせたケアと環境調整および適切な治療の選択と実施を行っています。

また、床ずれを保有されたまま退院される際には、自宅の環境調整をはじめ、介護サービス等の導入や地域の訪問看護師やケアマネージャーと情報共有を行い、切れ目のないケアが継続できるように取り組んでおります。同時に病院職員や地域の医療・介護従事者向けの研修会を開催し地域医療の向上にも努めています。

また、地域住民向けの活動として



保湿の方法や身体の動かし方など、すぐに自宅で実践できる内容を紹介します。

☎ 26-5111 内線7750

褥瘡予防対策チーム

皮膚・排泄ケア認定看護師 梅本

「床ずれ市民公開講座」を開催しています。内容は、保湿の方法や身体の動かし方など一般の方へもわかりやすく、かつ、すぐに自宅で使える内容としており、参加者からは例年高い評価を受けています。

褥瘡予防対策チームでは、これらの活動を病院に入院される方だけでなく地域で生活されている方も対象としており、随時電話での相談も受け付けています。

外来受診のご案内

●お問い合わせ 0235-26-5111
 病院案内(内線6100)
 総合受付(内線6111)

◎外来診療受付時間 土曜・日曜・祝日以外の日 7:30～11:00
 ただし、完全紹介制の診療科は、8:30～11:00となります。

◎完全紹介制の診療科 ※初めて受診される方は、地域の医療機関等からの紹介状が必要となります。
 ・内科・神経内科・消化器科・循環器科・呼吸器科・整形外科・耳鼻咽喉科^{いんこう}・眼科^{こうくう}・歯科口腔外科
 診療科によって受付可能な曜日が違いますのでお問い合わせ下さい。

◎紹介状がなくても受診が可能な診療科と曜日一覧

診療科	月	火	水	木	金
外科	—	○	○	—	○
心臓血管外科	—	○	—	—	—
呼吸器外科	○*	—	—	—	—
脳神経外科	○	○	○	○	○
小児科	○	○	○	○	○
小児外科	○	—	○	○	○
泌尿器科	○	○	○	○	○
婦人科	○	○	○	○	○
産科	○	○	—	○	○
皮膚科	○	○	○	○	○
形成外科	—	○	—	—	○

※呼吸器外科 第1・3・5月曜日

◎非紹介患者初診加算料及び再診加算料について

国が病院と地域の医療機関との機能分担を図る目的で定めた制度で、当院のような400床以上の地域医療支援病院では、紹介状なしで受診される患者さんから、診療費とは別に、国が定めた金額以上の非紹介患者加算料を徴収することが義務づけられております。

これを受けまして、当院では次の非紹介患者初診加算料をご負担いただいております。

◆紹介状のない初診の場合

医科 5,000円(税込) 歯科 3,000円(税込)

◆診療所等への紹介を申し出したが、患者さんの希望で当院を引き続き受診される場合

医科 2,500円(税込) 歯科 1,500円(税込)

※緊急入院等の場合は除きます。

★都合により変更・休診となる場合がありますのでお電話でご確認の上おいでください。

売店のリニューアルオープンについて

売店がファミリーマートとして6月20日にリニューアルオープンしました。

営業時間は午前7時から午後9時まで、年中無休で営業しています。

病院関連商品をはじめ、充実した品揃えとサービスの提供を行うとともに、利便性向上のためうちよATMやマルチコピー機を設置し、来院者が利用しやすい院内コンビニを目指して運営しております。

●病院憲章 高度・良質な医療と心のこもった患者サービスで地域医療を担う基幹病院