

「地域包括ケアシステム」に向けた保養会の取り組み

医療法人財団保養会 理事長 堀内 英夫



当施設は、昭和 18 年に沖電気（株）・日本鋼管（株）並びに日本鑄造（株）の社員のための結核療養所として発足しましたが、昭和 36 年に医療法人財団（当時の名称：保養園）として発足し、東日本大震災の発生した平成 23 年 8 月に創立 50 周年を迎えました。また、平成 10 年 2 月に開設した「老健たけおか」は、来年開設 20 年を迎えます。

「竹丘病院・老健たけおか」が高齢者医療に取り組んで 30 年以上になります。高齢化の進むこの地域において、また、団塊の世代が後期高齢者の仲間入りする 2025 年を目途に進められている「地域包括ケアシステム」は、これまで以上に私どもに課せられる責任が大きくなるものと考えています。

「地域包括ケアシステム」は医療と介護の連携により、施設（病院・老健等）から住み慣れた在宅への復帰を進めることを目指します。その実現のためには、地域の医療・介護の諸施設間の連携が必要です。

近年、在宅療養される方に必要な訪問診療は、地域の診療所がその役割を担っていますが、高齢者医療を担う病院も地域の諸施設と連携しながら多職種協働してその役割を担う必要があると考えています。

在宅療養されている方々は、ADL（日常生活動作）の維持・改善が大切であり、老健の「通所リハビリ」・「訪問リハビリ」・「ショートステイ」を通じて ADL の維持・改善のご支援を致します。

そのためには、ご利用者の ADL 状態について「施設サービス計画書」をもとに、サービス内容についてもモニタリングを実施し、併せて障害高齢者や認知症高齢者の日常生活自立度を判定し、変化をみること等により定期的に評価し、リハビリ（身体リハビリ、生活リハビリ）の提供を通じてご自宅での生活のご支援をさせていただきます。

医療・介護サービスに関するご質問等がありましたら、病院の「医療連携室」老健の「支援相談室」にご相談ください。

激動の年を迎えて

特別顧問 医師 黒岩 明彦



2017.1.1 に竹丘病院に常勤医師として入職した黒岩明彦です。

専門は脳神経外科で、他に認知症専門医、頭痛専門医などの資格があります。

てんかんや慢性疼痛も専門領域です。急性期病院での手術などは5年前に卒業して、その後は慢性期治療に従事しています。

外見は若く見られるのですが、実は今年から年金受給年齢です。郷ひろみ、明石家さんまと同期ですね。自宅は杉並区で、ずっと東京育ちです。竹丘病院へは自宅から車で40-50分と近くて大変うれしいです。以前、府中病院・公立昭和病院に勤務していたので多摩地区の土地勘はあります。

趣味は睡眠です。数十年におよぶ豊富な経験が自慢です。健康に良いので皆さんにもお勧めです。ただし、早寝早起き必須です。毎日22時就寝です。

最近ハマっているのは、糖質制限を飛びこえたプチ断食療法です。1日1食でも全然大丈夫ですよ。これもお勧めです。現代の病気のかなりの部分は栄養の過剰摂取によってもたらされているからです。寿命も延びるらしいです。

日本は少子高齢化で、介護療養が必要な患者様は増えつづけているにもかかわらず、労働力は減る一方という前途多難な状況です。さまざまな課題は技術革新によって解決してきたというのが人類の歴史の示すところで、今後期待できるのは人工知能の発展なのですが、こと介護療養に関してはこの恩恵を受ける部分がなく、正直言って、いい解決策は見当たらないです。しかも2017年は世界も激動の年で今後日本のみならず世界がどうなるのか誰にも分からないという不安いっぱい時代になってしまいました。

竹丘病院の患者様は大部分が脳疾患の後遺症なので、お役に立てる部分があると思いますが、療養病院は多くの職員の努力によってこそ成り立っているのです、むしろ私が皆さまのお力添えになれば幸いです。

患者の個別性を考慮したオムツの装着

1 病棟

はじめに

毎日のケアの中でオムツ装着の患者様の中には、疾患による関節の拘縮・変形・不随意運動などで、装着が難しい事や利尿剤や緩下剤の使用により、汚染となることもあります。寝衣やシーツの汚染で、患者様の不快感や更衣の負担、皮膚のトラブルの要因になる事も考え、個別性を考慮したおむつ装着の工夫と介助について事例を通して検討しました。

1. 目的

患者様にあった装着方法を工夫、検討し、排泄による不快感を少なくする。また、皮膚のトラブルを予防する。そして職員間で装着方法や介助について得られた知見を共有する。

2. 期間

平成 28 年 8 月～ 11 月

3. 研究方法

3 名の対象者で対処法を検討・周知する

オムツの装着についてアンケート調査（事前、事後）を実施

4. 対象者

I 氏：両腕・両脚の変形、拘縮が強く膝と膝の間が開きにくい。

また、背中が曲がり強く、仰向けの姿勢がとれない。

K 氏：介助時、寝具・寝衣・身体に触れると体全体を硬直させてしまう。

T 氏：丸みのある体型。背中が曲がり強く、仰向けの姿勢がとれない。

体型により、オムツがずれやすい。

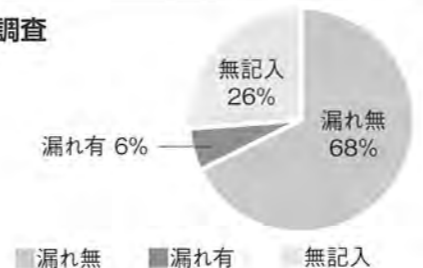
5. 倫理的配慮

研究の主旨を口頭で説明し、患者様及びご家族から同意を得た。

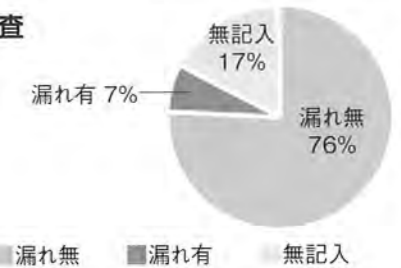
6. 結果

- ・ 回答率は前調査 71.5%、後調査は 85.5% であった。調査表は、漏れの有無を主に尿・便及び考えられる原因の項目で調査したが、無記入が多く、詳細を判断するに至らなかったため、状況を把握する資料とした。
- ・ 装着が難しく漏れが多いと問題点に上げていた対象者は、調査結果では、漏れが少なくなることがわかった。

前調査



後調査



漏れありの前後調査結果は

I 氏	0.0% → 1.4%
K 氏	5.8% → 7.6%
T 氏	17.0% → 8.2%

そこで、

初めから漏れと尿・便の汚染が少ない I 氏及び K 氏と、尿・便同時の汚染が考えられる T 氏で対応を検討することにした。

ここでは、T 氏の問題点を抽出し対応について報告する。

T 氏は丸みの体型と円背があり仰臥位が難しく、尿取りパットがアウターの真ん中からずれる事や体位変換時にオムツがずれやすく、アウターがずれた状態での漏れがあるという問題点があったため、以下のように対応した。

- ・ アウター（テープ固定式のオムツ）がずれてしまう → 腸骨にアウターを当てテープを止めていたが、それよりもやや上に設定し、テープを止める
- ・ アウターの脇からの漏れ → 緩みを持たせず、少し強めにテープを止める
- ・ 柔らかい便・水様便 → 栄養をそのままにして、緩下剤の見直しをする

対応後は

- ・ 体型を考慮し、アウターのテープ固定の位置を見直し、また、しっかり固定したことでずれの防止に対応できた。
- ・ 便の性状の変化により、パットの容量に対応できるようになり漏れが少なくなった。アウターの固定位置をしっかり装着することで漏れが少なくなった。

まとめ

- ・ おむつの装着は日常的に実施されているが、患者個々の状態を把握し対応していくことの大切さを知ることができた。また、そのことにより排泄の漏れが減少し、汚染による患者の不快の軽減につながると思われる。
- ・ 職員への周知徹底、技術の向上により、おむつ交換時間の短縮にもつながった。
- ・ 3 事例を通して調査表の作成、調査方法の周知等の難しさがわかったが、多くの学びを得ることができた。今後も継続的に実施し、患者ケアに取り組んでいきたい。

薬と食べ物・飲み物との飲み合わせ



薬局長 坂本 京子

薬には薬どうしだけではなく、食べ物や飲み物との飲み合わせによってその効果が変化することがあり、服用中の薬と良くない組み合わせについては注意が必要です。

注意すべき薬との飲み合わせ

食べ物・嗜好品

- ・カフェイン……睡眠薬（薬の作用が著しく弱くなる）
- ・タバコ………テオフィリン（薬の血中濃度が下降する）
- ・チーズ………イソニアジド、エフピー（顔面紅潮、頭痛、急激に血圧が上昇する）
- ・納豆………ワルファリンカリウム（薬の作用が著しく弱くなる）



飲み物

- ・お茶………お茶に含まれるタンニン酸やカフェインが薬の吸収に影響することが知られているが、今ではお茶での服用には問題ないと考えられている。
- ・ジュース………アンピシリンやエリスロマイシン等の抗菌薬（薬の作用を弱める）
- ・牛乳………テトラサイクリン系抗菌薬、ビスホスホネート製剤（薬の吸収を弱める）
- ・アルコール……睡眠薬（薬の作用が増強する）
糖尿病治療薬（低血糖の症状があらわれる）
- ・コーラ………アスピリン（薬の吸収が遅延する）
- ・グレープフルーツジュース
……一部のカルシウム拮抗薬



（血中濃度が上がり血圧が下がりすぎる）
抗血小板薬、高脂血症用薬、免疫抑制薬
（血中濃度を上昇させる）



◆薬はコップ1杯（150～180mL）の水かぬるま湯で飲みましょう。

◆お薬手帳を病院・診療所・歯科医院・保険薬局で確認してもらえば、薬との飲み合わせや副作用を防ぐことができます。

介護ロボット導入について

近年、介護人材の不足が叫ばれて久しい中、介護者のサポートをしたり、高齢者の自立支援をしてくれるロボット技術が注目されています。

政府も「今後急増する高齢者を支えていくため、介護現場の負担軽減を図るなど、働きやすい職場環境を整備していく必要がある」として、「介護ロボット等導入支援特別事業」を創設し、介護ロボット導入を希望する施設に助成することを決定しています。当施設でもこの事業に応募し、認証を受けることができました。

一口に「ロボット」と言っても人型ロボットのようなイメージではなく、認知症高齢者の見守りをサポートするもの、介護者の身体的負担を軽減するもの、要介護者の自立を促すものなど様々な技術開発が進んでいます。

当施設では、見守りケアベッドシステムを3台導入しました。これにより、入居者の起き上がりや端座位、離床の状態をより速く正確に感知して転倒転落事故の減少に繋げていきたいと考えています。





栄養通信



桜が咲き、暖かい季節になりましたね。何かをチャレンジするのにぴったりですね。このたび、栄養通信に新しい2名の管理栄養士が加わりました。旬の食材を使ったレシピや私たちが皆さんにぜひ作ってほしい!と思ったレシピ等様々なことをお伝えしていきたいと思っておりますので、どうぞ宜しくお願い致します。

しっとり鶏ハム キャベツの座布団

鶏胸肉ってタンパク質も豊富でお財布に優しい食材ですよ。でもパサパサするのがネックでもあります…今回はそんな鶏胸肉をおいしく出来るレシピをご紹介します!



(材料) 2人分

鶏胸肉…………… 1枚
砂糖…………… 小さじ1
塩…………… 小さじ1
粗挽き胡椒、ハーブ …… 少々
(お好きなものでOK)
香キャベツ ……お好きな量で!

1. 鶏肉の皮を取り、砂糖をまぶし、塩もまぶす。フォークで数か所刺す。ビニール袋で密封して半日冷蔵庫で保管する。
2. キッチンペーパー等で水分を吸い取り、ラップで形を整えキャンディーのようにクルクル巻く。(2重で巻き、両端を輪ゴムで留めた方が剥がれにくいです)
3. お湯を沸騰させ、2を入れる。再沸騰したら10分~15分加熱し、火を止める。
4. 3の粗熱を取る。
5. キャベツをお皿に敷く(茹でてOK、レンジでチンでも生でもOK)
6. 切った鶏ハムを並べ、ドレッシングをかければ出来上がり☆

玉ねぎドレッシング

(材料)

玉ねぎ…1/4 または 1/2
(お好きな量でどうぞ!)

醤油…………… 大さじ2
お酢…………… 大さじ2
油……………大さじ1
(ゴマ油、オリーブオイル・
お好きな油でOKです!)

砂糖……………大さじ1
塩…………… 少々

1. 玉ねぎをすりおろす(すりおろさなくてもOK! 荒目にざく切り、みじん切り…素材の味を楽しむのもいいですね!)
2. 他の材料をすべて合わせてよ〜く混ぜて出来上がり☆

鶏ハムを使ったアレンジレシピ 鶏ハムと新玉ねぎの簡単マリネ

(材料)

鶏ハム…………… 1本
新玉ねぎ…………… 1/2 個
★オリーブオイル …… 大さじ1
★酢…………… 大さじ1
★塩・胡椒…………… 少々
★レモン汁…………… 小さじ1/2

1. 新玉ねぎは薄くスライスする。鶏ハムは1cm幅ほどに切る。
2. ★の調味料を混ぜて1を入れる。出来上がり!