

# こ ん に ち は



落ち葉を踏むと、冬の足音が聞こえてきます。

平成24年 第12号

各事業所より、年末のご挨拶を申し上げます。

～ 2012年を振り返る 今年の一文字 ～

知

### 【訪問看護】

対人援助の仕事をしている私たちが、専門職人として成長するには、新しい知識の習得だけでは、十分ではないと考えています。今年度は、先ず、自己を「知る」ことから、学び始めました。来年も、宜しくお願い致します。 管理者 吉井

直

### 【ヘルパー】

今年は制度改正による介護報酬の「見直し」があり、利用者様には料金体系がわかりにくい等、「率直」なご意見を頂きご迷惑をおかけしました。来年も宜しくお願い致しますと「素直」な気持ちでお伝え致します。 管理者 青柳

向

### 【ケアマネジャー】

人と真摯に「向き合うこと」・・・今年に限らず大切にしたい思いです。「どこに向うのか」・・・今年は特定事業所（I）の申請が受理され、更なる向上を課した年でもありました。来年も丁寧な支援を心掛けてまいります。 管理者 上原

注

### 【福祉用具】

今年は、介護用ベッドや手すりでの挟み込み事故について、新聞等でも話題となり「注目」されました。幸い当センター利用者様に事故はありませんが、ベッドや手すりの隙間に腕や脚を挟まないよう是非「ご注意ください」。 管理者 神保

### 編集後記

空気がとても乾燥しています。この時期は、仕事柄、手荒れにとっても悩まされます。最近では、男性が家事や育児に積極的になり、ハンドクリームを使う人が急増中だとか。かく言う私もその一人です。 (大窪)



### 【目安箱】

ご意見、ご要望などは、いつでもご遠慮なく、ご連絡いただけますようお願い申し上げます。

910-6327 主任管理者 吉井

《11月の勉強会》 摂食・嚥下障害について ~その2~

横浜市立脳血管医療センターの天津看護師より、先月に引き続き摂食・嚥下障害についてお話を伺いました。今回は、姿勢や食事・内服介助、誤嚥時の対応など、より具体的な内容についてご紹介します。

**安全な食事のために、適切な姿勢をつくる。**

まず、体を安定させます。首はリラックスできる様に。うまく安定しない場合は、クッションなどを使います。

**ベッドの場合**

(ご状態によりますので、看護師などにご相談下さい。)

- ・枕を高め、軽くうなずいた姿勢。
- ・特に誤嚥しやすい方は、ベッドを30度位にします。

**いす・車いすの場合**

- ・奥まで深く座り、足を床につける。
- ・手をテーブルにのせる。



**内服介助における注意点**

食事と同様に、姿勢や飲み方に注意が必要です。

口腔内や咽頭に薬が残ってしまうと、薬の効果が期待できないだけでなく、粘膜を傷つけたり、誤嚥の要因となります。

なるべく多くの水で飲み、口腔内に薬が残らないようにしましょう。食後薬を食事途中に飲んだり、錠剤をゼリーに埋め込むなどすると、飲みやすいでしょう。

**食事介助の方法**

- ① 眼や匂いで食べ物を認識してもらう。
- ② 下唇中央にスプーンをあてる。
- ③ 舌の先にのせる。
- ④ 上唇が閉じたら、スプーンを下に引く。
- ⑤ 口を閉じて飲み込む。



◇上唇でこすり落としたり、スプーンを上を抜くと、顔が上に向いてしまい、誤嚥しやすくなります。

**飲み込みやすい食事形態は？**

- ① 大きさ・硬さが均一。
- ② まとまりがある。
- ③ くっつきにくい。
- ④ 飲み込む時にすべりが良い。



◇キザミ食はまとまりがなくなり、飲み込みが難しくなるため、舌でつぶせるような形態が安全です。

**もし誤嚥してしまったら…**

- ・まず、咳込みによって、自分で出す事を促します。むやみに背中を叩くと、咳をするタイミングと合わず、出しづらくなるため、さする程度にします。
- ・息をゆっくり吸い、「ハッハッハッ」と勢いよく吐く。これを3~4回行います。
- ☆出す前に水などを飲むと、誤嚥した物を気管に流し込んでしまう恐れがあるので、避けましょう。

都筑医療センター訪問看護ステーション	TEL	045-913-5181
都筑ヘルパーステーション	TEL	045-913-3577
都筑区医師会居宅支援センター	TEL	045-910-6327
	TEL	045-911-6100
都筑医療センター介護福祉用具センター 看護・介護・福祉用具 居宅	TEL	045-911-6100
	FAX	045-911-6700
	FAX	045-910-6506

☆☆パソコンから医療センターの活動内容を見ることが出来ます。ぜひご覧下さい☆☆

<http://www.tsuzuki-med.org/center/idea.html>

『ヨコハマつづき健康生活ナビ』の『医療センター在宅事業部門』からお入り下さい。