

診察室から

認知症の理解とケア

院長 福田 雄高

2020年の65歳以上の高齢者の認知症有病率は16.7%、約602万人となっており、そのうちの約7割はアルツハイマー型認知症とされています。

ここまで人数が多いと、もはや治療うんぬんだけではなく、社会問題であり、医療関係者だけでない一人でも多くの方の理解が必要と考えます。

どうしてそれが問題なのか？誰にとっての問題なのか？理解することで、生活の質を高めることは非常に有益になるものと考えます。

よく理解することで、4つの偏見（地域社会の中での偏見、介護する家族の中での偏見、患者自身の中での偏見、専門職の中での偏見）を少しでもなくすことは非常に重要と考えます。

アルツハイマー型認知症では、① 本人ができることを積極的にやってもらう、② 認知症が進行し、BPSDという周辺症状が出現した場合は、その原因を探り、原因に沿った対応を行う。非言語コミュニケーションも効果的ですが、言葉をかけるのも非常に重要とのことです。

アルツハイマー型認知症の特徴としては、体験全体の物忘れであり、違和感を感じているも、物忘れの自覚に乏しいことが挙げられます。

- ・時間・場所・人がわからなくなることに対しては生活リズムを確立すること。
- ・思考、判断障害に対しては、情報を簡潔にし、判断の材料を増やさないこと。
- ・実行機能の障害に関しては、ひとつひとつに対して声かけを行うこと。

高齢になるにつれて、脳卒中も認知症も増加しています。これからは、Value Based Medicine（価値を基にした医療）という新しい文化も重要でしょう。Personhood（人間性）を大切にし、その人格の価値を認め、独自性を尊重し、心理的ニーズを満たしていくことが大切でしょう。

（第42回日本脳神経外科コンGRESS

認知症の理解とケア 東北福祉大学 加藤伸司先生の講演より抜粋）



“En mayo lodo, espigas en agosto ” 「5月にぬかるみ、8月に麦の穂」

ぬかるみとは雨があること。そして、小麦の出来不出来ほど農民の気にかかることはないから、*Todo es nada, sino coger mucho trigo.*（小麦の豊作をのぞいて重大ごとなし）。というのである。日本でも梅雨の雨は恵みの雨といえるでしょう。

食中毒予防について

院内感染対策委員会 A, N

腹痛や下痢、おう吐などの症状が急に出たときに疑われるもののひとつが「食中毒」です。食中毒を引き起こす主な原因は、「細菌」と「ウイルス」です。細菌は、温度や湿度などの条件がそろって食べ物の中で増殖し、その食べ物を食べることにより食中毒を引き起こします。夏場(6月～8月)に多く発生し、気温が高くなり始め、湿度も高くなる梅雨時には、細菌による食中毒が増えます。代表的なものは、腸管出血性大腸菌(0157、0111 など)やカンピロバクター、サルモネラ属菌などです。食中毒を引き起こす細菌の多くは、室温(約20℃)で活発に増殖し始め、人間や動物の体温ぐらいの温度で増殖のスピードが最も速くなります。一方、ウイルスは、細菌のように食べ物の中では増殖しませんが、食べ物を通じて体内に入ると、人の腸管内で増殖し、食中毒を引き起こします。また、低温や乾燥した環境中で長く生存し、冬場(11月～3月)に多く発生しています。代表的なウイルスはノロウイルスです。家庭での食中毒を防ぐのは、食材を選び、調理する皆さん自身です。食中毒予防の原則と6つのポイントを紹介します。

◆食中毒予防の原則◆ 食中毒の原因菌を・・・

①つけない＝洗う!!分ける!!

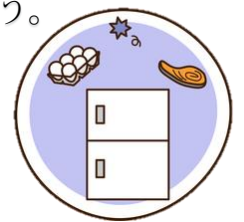
手にはさまざまな雑菌が付着しています。食中毒の原因菌やウイルスを食べ物に付けないように、手を洗いましょう。



②増やさない＝低温で保存する!!

細菌の多くは10℃以下では増殖がゆっくりとなり、-15℃以下では増殖が停止します。菌を増やさないためには、低温で保存することが重要です。肉や魚などの生鮮食品やお総菜などは、購入後、できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。

なお、冷蔵庫に入れても、細菌はゆっくりと増殖しますので、冷蔵庫を過信せず、早めに食べることが大切です。



③やっつける＝加熱処理!!

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、肉や魚はもちろん、野菜なども加熱して食べれば安全です。特に肉料理は中心までよく加熱することが大事です。中心部を75℃で1分以上加熱することが目安です。特に肉や魚、卵などを使った後の調理器具は、洗剤でよく洗ってから、熱湯をかけて殺菌しましょう。台所用殺菌剤の使用も効果的です。



◆来月は食中毒を防ぐ6つのポイントをお伝えします!



患者さまの こと ば



お世話さまになりました。
院長先生には気軽に（失礼）お話し出来そうでステキと
思いました。
看護師さん他スタッフの皆様もやさしく接して下さい有り難く
ただただ感謝でございます。
早くに退院出来たのも皆さまのおかげです。

病院食とはおもえない程おいしゅうございました。
有難うございました。



女性Oさん



この度はご意見ありがとうございました。
頂いたお言葉は看護師にとってとても嬉しく何よりも有難いです。
今後もそれを励みに頑張りたいと思います。
Oさんも無理なさらずお過ごし下さい。

受け持ち看護師 K, M



“おいしいと”言って頂きうれしく思います。ありがとうございます。
塩分制限食など治療食は塩分など制限があるため、難しいところあり
ますが、一般食の味付けは薄くなり過ぎないように気を付けています。

また、麺料理がお好きな方が多く、ご要望もあり、週に一度麺料理を
提供し、比較的満足して頂けているようです。

栄養士、調理員一同、これからも食事を楽しみにして頂けるよう、
努めていきたいと思っています。

厨房スタッフ一同



患者さまからのご意見やお言葉、おまちしております。

花壇が華やかになりました！

美化係 H, K

西側の小さな花壇にスイートピーが咲きました

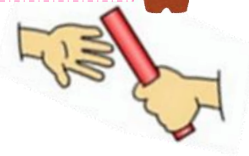
理事から冬場に苗を植えて頂き、霜対策までして頂き…（水やりだけはしました🌻）
少しずつ咲き始めたのが、色も増えいつの間にか満開になりました。
待合室からも見える場所なので少しでも癒されて頂ければ良いな～と思います。



スイートピーの花ことば「門出」「別離」
スイートピーは、マメ科の半耐寒性のつる性一年草でシチリア島が原産です。2m近くにまでなり、長い花柄の先に蝶形の花が1から4つつきます。一見野菜のさやえんどうに似ていますが花が大きく花色がカラフルで紅紫、緋赤、クリーム、桃紅など豊富です。



スタッフリレー



今月は
看護師 Y, M さん

お題 「私の好きなもの・好きなこと」

私の好きなことは、息子と一緒に過ごすことです。ご飯を食べさせたり、お風呂に入ったり、一緒に寝たりする毎日がとても楽しく感じます。また自分のちょっとした仕草をマネすることもあり、思わず笑ってしまいます。

先日一歳の誕生日を迎えた息子ですが、日々少しずついろいろなことを覚えてきており、最近はややぐ握まり立ちもできるようになりました。親としては息子の成長に大きな幸せを感じています。

現在はコロナ禍でありあまり外に出かけられない状況ですが、早く親子で旅行に出かけたり遊園地に遊びに行けたらと思います。

