

## 診察室から

## 頭部打撲 I (高齢者)

院長 福田 雄高

11月は季節も良く、外出もしやすく、外で活動する機会も多いでしょう。小さい子供から高齢者まで、この季節は頭部打撲による受診は目立ちます。更に、90歳前後から90歳以上の方の転倒は年々増えているように感じます。



### 高齢者の頭部打撲の特徴

- ① 転びやすい場所：玄関、駐車場の縁石、ベッド横やトイレ（夜間）、仏壇前。  
 第1位はなんといっても玄関でしょう。玄関といえば段差、段差といえば玄関というほどに、段差に足が引っかかります。コンビニやスーパーの駐車場の縁石は気づきにくい様です。夜はベッド横も危険で、よく仏壇の前で後ろに転べれます。最終的には、なにもないところで転倒することもあります。
- ② 転びやすい環境：つっかけ（スリッパ）、両手がふさがっている（荷物を持ったり）、脚立、自転車、飲酒。つっかけ×玄関は非常に危険です。買い物の後などで両手がふさがっているときや、どうしても剪定しないと気が済まない脚立に登ったり、自転車で疲れ果てた際、飲酒後など、転倒時は受け身が取れず、頭だけ打撲することになり、頭へのダメージが大きくなります。
- ③ 転んだ時の様子：意識消失を伴うかどうか。大きなたんこぶ（皮下血腫）がないか。切り傷で、外に血が出たから良かったなどは迷信でしょう。頭を打たないに越したことはありません。
- ④ 転んだ人の状態：筋力低下、病気。当然ですが筋力低下により転びやすくなります。パーキンソン病や脳梗塞、膝を悪くするなどにより、転びやすくなります。高齢になると脳は萎縮し（個人差あり）、脳の組織も弱くなっており、傷つきやすいでしょう。萎縮を認めると頭痛などの症状は出にくいです。
- ⑤ 繰り返す：軽い打撲でも繰り返すとやはりダメージを受ける可能性があります。知らず知らずのうちに、頭の中で出血していることもあります。
- ⑥ お薬やお酒：血のサラサラの薬の影響やお酒の飲みすぎ。  
 高齢者で、血のサラサラのお薬を内服している方、よくお酒を飲む方などは、血が止まりにくく、後々血腫が貯まる慢性硬膜下血腫も心配です。

一度頭蓋内出血を起こしてしまうと後遺症を残したり、命に係わることもあります。頭部打撲しない様に十分注意すると同時に、万が一、頭を打った場合も、少しでも上記の様な特徴を認めた場合は受診して頂ければと考えます。



クスノキと西堀

**“Donde menos se piensa, salta la liebre.”** 「ウサギは思わぬところから飛び出す」  
 （突然のこと、予期しないことが起こる。）よく足元を確認し、注意しながら歩きましょう。



## 地域連携室より ～生活自立支援センターの紹介～

地域連携室 社会福祉士 A, M

◆先日受けた研修の中から、お役立ていただけるような内容をご紹介します。

平成27年4月から『生活困窮者自立支援法』が施行され、生活困窮者への自立支援制度が本格実施されました。自立生活支援センターが各市や県(各町在住者)に設置され生活相談に対応していますが、特にコロナ禍となり稼働年齢の方の生活困窮、複合的課題を抱える世帯、ひきこもりなどの相談が増加している状況です。

また、相談対象は全世代に及ぶこともあり、「困っているのに相談先がわからない」、「相談先が複数にまたがるので大変そう」と相談につながりにくい実態も見られるようです。

生活自立支援センターでは、センターにより業務内容が異なることもありますが、「自立相談支援事業」、「住居確保給付金の支給」、「就労準備支援事業」、「家計改善支援事業」、「こどもの進学に向けた学習支援」を相談に応じて専門の相談員が自立支援計画を作成し各機関と連携しながら対応しています。



問題を放っておくと、より複雑化・深刻化します。  
早めの相談をお勧めします。

◆相談は、お住まいの地域のセンターへまずお電話ください。相談は無料です。

\* 佐賀市生活自立支援センター 電話 0952-60-6209

\* 神崎市生活自立支援センター 電話 0952-97-6730

\* 佐賀県生活自立支援センター 電話 0952-20-0095

(吉野ヶ里町、基山町、上峰町、みやき町在住者)

\* 佐賀県生活自立支援センター西部事務所 0952-97-7322

(玄海町、有田町、大町町、江北町、白石町、太良町在住者)







# スタッフからの秋だより



## 食欲の秋



秋の食卓：さんまに梨にフドウ  
韓流ドラマ好き♡FAさん

## 行楽の秋

さつまいもで  
スイートポテト、ハロウィンバージョン  
スイーツ好き中年女性 SYさん



お店もハロウィン一色  
マンガ大好き HNさん



家族で乗馬体験 in 阿蘇  
ガクト様♡イケメン大好き MAさん



秋といえば

さつまいもでしょ！

髪型コロコロ変わります HAさん



# 秋

## Autumn

## スポーツの秋



秋の運動会  
親子競技頑張ったよ～  
コーヒーlove♡中年女子 YNさん

どんぐり拾って  
トトロ作っちゃいました  
バーレーボール女子 SMさん



秋の遠足  
頑張る3児の母 EYさん

## 紅葉の秋



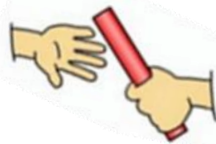
イチヨウ並木と黄金色の稲穂  
K-POP好きパワフルな高齢者 SMさん



秋といえば  
コスモスでしょ！  
旅行大好き HNさん

小学校最後の秋の運動会  
現在部屋の片づけ一生懸命 KMさん





## スタッフリレー

### お題 「私の好きなもの・好きなこと」

今月は

総務 M, K さん



私が最近ハマっていることは、「片付けに目覚めた娘」の部屋の片付けを毎日一緒にすることです。学校から帰り、部屋をひとしきり散らかしたあと、“片付けルール”があるからと言って、一緒におもちゃ袋やカゴの中に順番に入れていきます“ペアのものは無くしたときは次につかえなくなるからねえ～”と私の口癖の真似をしながら…

片付くと どお??私きちんとできているでしょう?

After



Before



という満足げな顔をし、宿題をしています。

いつまで続くかわかりませんが、「自分のことは自分です」という習慣が身につけばいいなと思っています。



NEW

道路拡張に伴い、病院の看板が数メートル北側に、お引越ししました。新しい看板の下にはクリスマスカラーの花を植えました♪  
とっても可愛い花壇ができました(^^)／



### お知らせ

インフルエンザワクチン予防接種、開始しています。  
今年はR5年1月末まで助成があります。  
詳細は、受付または看護師にお尋ね下さい。

