医療法人社団　心の絆
認知症専門病院　蓮田よつば病院

携帯からも当院のホームページにアクセスできます→

私たちは、大切な人に自信をもってすすめられる病院をつくります

よつば通信　7月号

発行日　令和 3年 7月 1日

コロナの状況は依然変わらず、病院での面会禁止、人との接触減が1年以上続いています。訪問看護の場面では今までとは少し違った影響が出ています。それは利用者様が「入院したくない」とおっしゃるケースがとても多くなったと思っています。

病状が悪く入院治療が必要なケースであっても、入院を拒否し在宅療養を選択されるケースがとても増えました。理由は「病院は面会禁止」ということが大きな理由です。入院した時よりも悪くなって帰ってきた等の経験から在宅療養を選択するケースが増えたようです。在宅療養では治療が限られますが、家族に囲まれながら住み慣れた自宅で療養することは薬以上の効果がある事も実感しています。

食事が食べられなくなり、訪問診療の先生と相談して点滴しながら食事ができるようになり元気になった方や、老衰だろうと最後の手段の点滴を始め毎日訪問看護師が来ることが刺激になり階段の昇り降りまでもできるようになられた方がいました。自宅療養ならではの力が存在するのだと実感しています。

入院治療や在宅治療、置かれた環境によって希望通りにはいかないこともありますが、家族様と共に利用者様を笑顔にし、楽しいと感じて頂く事は、自己免疫力を高め病気の悪化を予防すると思います。訪問看護師として病状を安定に導き、住み慣れた自宅で安心して在宅療養を続けられるよう一層努力して参りたいと思います。

よつば訪問看護リハビリステーション所長　藤代真弓

～元気の出るエピソード～

認知症の治療には薬物療法と非薬物療法があります。当院では非薬物療法に力を入れているため、患者様に安心して心地よい気持ちになっていただけるよう日々関わり方に注意しています。患者様には役割を持っていただくことにより、自己肯定感ややりがいを感じ、感謝される喜びが気持ちの安定につながります。

病棟では、ホワイトボードの文字を消す、食事で使用するエプロンをたたむ、空き箱を捨てやすいよう広げるなど、その方ができる役割をしていただいています。いろいろな役割の中でも患者様同士が年配者の周りに集まり笑顔でお話しされている姿は本当に心温まる風景です。寂しくて一人でいると落ち着かない患者様のそばに他の患者様が寄り添い話し相手になってくださるときは、患者様に助けられていると感じます。こちらからお願いしなくてもお互いが助け合い、励まし合い、共に生活することにより今日よりもよりよい明日へ向かう姿に感動します。これからも微力ながらこのような患者様の力になりたいと思います。

看護副部長　佐藤　美佐江

診もり短歌

～介護者の知恵～

外来に愚痴こぼしあい介護する

老いし姉妹の嫁たちの知恵

Drねぎし

外来案内

診療科目		月	火	水	木	金	土
午前	認知症外来	鈴木	非常勤	非常勤	鈴木	鈴木・非常勤（隔週）	休診
		根岸		一木（7/14、7/28のみ）			
	一般内科	白濱・窪山		白濱・窪山	窪山	窪山	
午後(新患のみ)			鈴木				休診

病院方針

・身体拘束は原則おこないません
・薬物は適正に使用します
・言語的抑制を最小限にします
・地域と共に考え貢献します

受付時間		診療時間		面会時間
午前	午後	午前	午後	
8：45～11：30	13:00～15:00	9：00～12：00	14:00～17:00	現在面会制限中※

※入院患者様への面会を全面禁止とさせて頂きます。ご了承ください。
スカイプを利用してのオンライン面会は予約制のためご連絡ください。

～初めて外来を受診される方～
お電話での予約が必要になります
・紹介状
・お薬手帳をご持参ください。
予約時間の変更等につきましては、
１３時以降に外来にお電話下さい
〇休診日〇
土曜・日曜・祝日は休診になります

蓮田市認知症カフェ　はすカフェ
毎月第一土曜日
１０：００～１２：０
蓮田よつば病院　１Ｆフロアにて実施

はすカフェは現在中止しております。

蓮田よつば病院　当院は認知症専門の病院です
〒349－0114　埼玉県蓮田市馬込2163番地
電話:048－765－7777

医療法人社団　心の絆
よつば訪問看護リハビリステーション
電話：048-796-5157

蓮田よつば病院
デイケアわかば

～　よつばご飯　～

※写真はデイケアの写真となります。

献立
主食：牛肉と夏野菜のトマトカレー
副菜：バンバンジー
汁：里芋のポトフ風スープ
デザート：メロン

栄養価
エネルギー：583kcal
たんぱく質：21.9g
脂質：22.2g
塩分：3.7g

暑くじめじめとした時期はどうしても食欲が落ちてしまいます。認知症の方にとって食欲が落ちるということは、脳のエネルギーが不足して病状を悪化させてしまうリスクがあります。カレーは老若男女を問わずみんな大好きで食欲増進効果もある為、食欲の落ちる時期にはおすすめの献立です。カレーの具材に夏野菜を使ったり、季節の果物を一緒に提供したりする事で季節を感じて頂くこともできます。

管理栄養士　水野俊

看護部の取り組み

認知症患者の睡眠覚醒リズム改善に向けて

2階病棟　中島美沙登　塩崎千佳　島田裕美
折原美佐子　田嶋恵　山﨑智美

＜はじめに＞
　不眠は高齢者では多く見られるが、特に認知症、神経変性疾患、脳虚血障害など脳器質障害を有する高齢者では睡眠障害の出現頻度が極めて高い。実際、認知症の数多い周辺症状の中で高頻度に認められるのが夜間不眠、昼夜逆転などの不規則な睡眠覚醒リズム、せん妄などの睡眠関連障害である。
　せん妄の発症は急激で1日の中でも変動しやすく、特に夕刻や夜間に増悪することが多く、回復できる状態であるのに対し、認知症は脳の神経細胞の変性や脳血管病変によって生じ、発症が1日の中で大きく変動せず一般的に非可逆的という違いがある。そこで現在入院中のA氏に目を向けてみた。脳梗塞、小脳出血が既往にあり不眠で昼夜傾眠傾向のA氏に日中介入することで睡眠と覚醒リズムの改善に効果があるのかについて検証し、報告する。
＜研究目的＞
「認知症高齢者に日中介入し、睡眠と覚醒リズムの改善をする。
＜患者情報＞
　・A氏　76歳　男性　脳血管性認知症・構音障害・睡眠障害・易怒性
＜具体的援助方法＞
　・覚醒に対しての環境調整
　・易怒性の対しての環境調整
　・セグメント表を使用し夜間の睡眠状態の把握
＜研究期間＞
　令和2年11月26日～令和3年1月21日
＜看護実践＞
　①歩行介助
　②日中の介入
　③食事中の介入
　④セグメント表を利用し夜間睡眠状態の把握
＜結果＞
　・日中の環境調整を実践し夜間良眠できている日が一週間のうち3日から5日に増えた。
　・日中の活動性をあげることで体内リズムを整え、睡眠覚醒リズムの改善を得ることができた。
　・姿勢が良くなり椅子からのずり落ちが減少した。
　・放声が減少した。
＜考察＞
　A氏にとって日中の活動性があがることにより良い睡眠が得られ、その人らしい生活を過ごすためのエネルギー源になると考えられる。睡眠・覚醒リズムの変化を十分に理解した上で患者様それぞれのできることを増やすことに注目し、個別的な日中の介入が必要で休息と活動を工夫することが大切であると知ることができた。睡眠への援助はよつば病院では大切な治療の一環となる。生活の質を維持するために今後も日中の活動UPを促し睡眠覚醒リズムに注目していく必要がある。
＜おわりに＞
　認知症では高頻度に睡眠の障害がみられ、それぞれに対応した治療や日中の活動性をあげる方法が必要である。日中の活動を行う上で体内リズムを整え睡眠障害への対応は認知症の睡眠を治療するうえで重要なのだということが分かった。

QOL推進部からのお知らせ

食中毒の予防

　食中毒とは、細菌やウイルスの付着した食品を摂取する事で起きます。食中毒を引き起こす細菌は体温に近い温度（36℃前後）で最も増殖しやすい為、細菌が原因となる食中毒は夏場の暑い時期が発生のピークとなります。今は新型コロナウイルスの影響でテイクアウトやデリバリーの需要が高まってきていますが、どちらも調理してから喫食するまでの時間が長くなる為、その間に細菌が増殖する危険が高くなるので、特に注意が必要となります。
　調理を行うお店の衛生管理が徹底されていたとしても、細菌の付着・増殖を絶対に防ぐという事は出来ません。少量の付着でも、増殖の速い菌で約1時間、その他の菌でも2～3時間で食中毒を発症する程度まで増殖すると言われています。テイクアウトを利用する場合には、持ち帰りの時間が30分を超えない店を選び、生ものや冷たい料理は保冷バッグ等を利用して温度の上昇を防ぐようにし、持ち帰り後は速やかに喫食するようにしてください。デリバリーを利用する場合にも、調理後30分以内で配達してもらえる距離の店を選び、受け取り後は速やかに喫食するようにしてください。
　そして一番大事なのは手洗いです。新型コロナウイルスの影響で皆様も手洗いの習慣が定着しているとは思いますが、喫食する前には必ず手を洗うことも忘れないでください。

栄養科科長　管理栄養士　水野俊

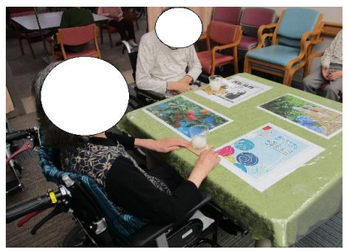
～よつば訪問看護リハビリステーション～

　私が訪問させて頂いている利用者様が外の空気は吸ってみたいという気持ちがあっても体を動かすと苦しくなってしまう為、昨年病院を退院してから半年以上外出することが出来ていない方がいました。季節が春になり、利用者様から「花見がしたいな」とお話がありました。「去年の春には妻と車に乗って近所に花見に出かけたけれど、今年は自家用車で行くのは難しそうだ。」と、残念そうな様子が見受けられました。
　自家用車で奥様と二人でのお花見は困難な状況であった為、主治医やケアマネージャー様、訪問リハビリスタッフと話し合い、またデイケアスタッフにも介護バスの送迎等の協力を得ることができ、訪問看護スタッフ同行のもとお花見を実現することができました。
　当日はお天気にも恵まれ、利用者様と奥様の嬉しそうな笑顔を桜の花の下で見ることが出来て、私たち訪問看護スタッフにとっても忘れられない素敵な時間を過ごすことが出来ました。
　利用者様とその家族様がその方らしく過ごしていただけるように、これからもお気持ちに寄り添えるような看護・リハビリ援助に努めていきたいと思います。

よつば訪問看護リハビリステーション　田島亜紀

～よつば病院作業療法風景～

初夏を感じる会



暑中見舞はがきの作成

今月の予定

〇誕生会　2階・3階病棟
　随時おこないます
〇7月7日　七夕の会

感染症対策のためはすカフェ、クラブ活動等を中止させて頂いておりましたが、周囲のワクチン接種の状況をみながら、再開の調整を行って参ります。