

2011年9月9日(金)の読売新聞に 有隣会在宅医療部『訪問看護ステーション ゆうりん』の 萩野栄美さんの活躍が紹介されました。

寝たきりの高齢者を自宅で介護する際、心配事の一つに床ずれへの対処がある。介護者も高齢の場合、体面でも十分なケアができないケースも。訪問看護の利用やエアマットのレンタルなど、介護保険をうまく利用したい。



大阪市城東区の柏原アキコさん(96)宅に8月下旬、近くの「訪問看護ステーション ゆうりん」の萩野栄美さんが訪れた。日本看護協会の「皮膚・排泄ケア認定看護師」で、専門知識を備え、医師と連携して床ずれの予防や治療などにあたる。

萩野さんは柏原さんのかかとが少し赤くなっているのを見つけ、長女の敏子さん(68)に「このままでは床ずれになるかもしれません。足元にクッションを入れて、かかとにかかる力を分散させましょう」と助言。乾燥している皮膚には、摩擦やずれから保護するため保湿クリームを塗った。

床ずれ(褥瘡)は体の同じ場所が長時間圧迫されたり、こすられたりして血行障害が起き、皮膚などの組織が傷つ

床ずれ予防に訪問看護



「かかとは見落としがちなんですよね」。床ずれ予防のため、自宅で療養する柏原アキコさんの体の状態を見る萩野さん(左、大阪市城東区で)

床ずれ予防のポイント

- ・おあ向け、横向けなどの寝方の習慣や骨が突出している部分を確認し、床ずれになりやすい部位を見つける
- ・定期的に体位変換をする。その際、体を無理に動かして皮膚に負担をかけないようにする
- ・皮膚を乾燥させないようクリームなどを塗る
- ・身体状況に応じて適切なマットを選ぶ。体位を保つためのクッションも効果的
- ・こまめにおむつを交換し、蒸れを防ぐ。必要以上におむつを重ねづけしない
- ・皮膚が赤くなったり、荒れたりしていたら早めに医師や看護師に相談する
- ・良い栄養状態を保つ

(萩野さん、中村さんの話を基に作成)

わずかな変化とらえ対応

くことのできる。加齢によって骨周りの肉が薄くなったお尻やかかと、肩などにできやすい。悪化すると傷が深くなり、敗血症になる危険もある。柏原さんは寝たきりの要介護5。介護保険を利用し、訪問看護を受け始めたのはこの4月からだ。昨年はお尻に床ずれができ、治療に1か月かかった。敏子さんは、おむつ交換の際などに体の向きを右や左に変えるように心がけているが、萩野さんらに何度も助けられたという。「わずかな変化にも気づいて対応してくれるので、安心です」

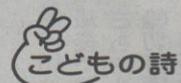
日本褥瘡学会(東京)の2010年の実態調査によると、自宅で訪問看護を受けている人のうち床ずれを起していた人の割合は5・4%。06年の8・3%より減少しているものの、病院や高齢者施設に比べると高い。

エアマットも有効

天理よろづ相談所病院(奈良県天理市)の「在宅世話どりセンター」責任者で医師の中村義徳さんは「介護者の高齢化が進み、こまめに体位変換ができなかつたり、無理に動かして皮膚がひきつったりするケースが見られる」と指す。「エアマットなど床ずれを予防する用具は有効です」と話す。

エアマットは、電源を入れ

「床ずれ対策の第一は予防です。人によってできやすい部位は異なるので、訪問看護師らと相談し、日頃から体の状態に気を配ってほしい」と中村さんは話している。



大ちゃん

飛田 実咲

わたしのおにいちちゃんは
大ちゃんは大ちゃん
大ちゃんはやさしくない
大ちゃんはずいぶんおこる
わたしのめんどうを見てくれない
でも何できらいじゃないんだろう
(茨城県ひたちなか市・
那珂湊第三小2年)

那珂湊第三小2年

話をしてなくても、遠くにいても、全然ちがうことをしていても、うだいはきょうだい。(長田 弘)