なるざ 健康新聞

NO.27　平成２４年３月

〒910-4103　福井県あわら市二面２丁目２１１番地

訪問看護ステーションなるざリハビリサービス

TEL　0776-77-2282　　ホームページ　www.naruza.jp/

== もくじ ==

1．在宅生き生き便り
　～手引き歩行～
2．お悩み解決します
　～お薬編～
3．制度が変わります③

担当：西・徳堂・谷川真

在宅生き生き便り　～ 手引き歩行 ～

Ａさんは認知症と歩きづらさがあり、家の中を移動するのに、お嫁さんに手を引いてもらっています。Ａさんも介助しているお嫁さんも、今まで普通にやってきた習慣を大切していて、食堂に行ってご飯を食べることを続けています。なので、Ａさんは食欲もあり、訪問時もとてもよい表情をしています(^^)。

リハビリでは、食堂でご飯を食べることを続けられるように、食堂まで歩く練習をしています。歩きながら窓からなじみの景色をみると、「雪だいぶ消えたんの～」とＡさんからもよくお話をしてくれます。日によって足がなかなか前に出ないことがあるので、介助方法を工夫しながら練習しています。

【Ａさんの手引き歩行介助のポイント】

足が出にくいときは、立っていることが不安定なことが多いです。そんな時に、手を引っ張って足を前に出そうとすると、お互いの距離が離れて、より立っていることが不安定となってしまい、さらに足が出ないということになってしまいます。

足を前に出しやすくするためには、**重心を上にあげるようにして、まずしっかりと体を支えてあげること**が大切です。

歩くのにあわせて、握っている手で左右に重心を移動するように誘導していくと、さらに足が出やすくなります。

さらに足が出にくいときは、**肘と肘を持って、歩く介助します**。肘で支えることでより安定します。ただ、動きが制限されるので、介助する人は自分が転ばないように注意が必要です。

担当作業療法士はご自宅の環境を踏まえ、「Ａさんの歩き方」、「お嫁さんの手引き介助のやり方」を指導させて頂き、「家の中の移動」という作業の向上を図ってます。

お悩み解決します：お薬編

あわら市在住のＭ．Ｈさん。家で転倒して右手首を骨折してしまいギブス固定中です。

右手が使えないため生活全般においてなにかと不自由をきたし、今までお薬も両手でシートや袋から取り出して飲んでいましたが、右手が使えなくなってしまい困っていました。

そこで、片手でも簡単に確実に内服できるよう、蓋つきの開き容器を利用して薬の整理ボックスを作りました。一週間分を容器にセットして飲んだら蓋をあけておきます。これだと片手で薬を飲むことができ、一目で飲み忘れが確認できます。

ふたがあるので一回分を持ち歩くのにも便利です！

片手でふたを開けて飲むことができます

このように一週間分をセットします

制度が変わります　③

2025 年の超高齢化に向けて、現在の介護サービスの役割も変化します。地域包括ケアシステムでは、介護サービスは機能訓練など自立を支援する役割に重きを置き、家事援助などの生活支援は、基本的にＮＰＯや地域住民による互助、など保険外のサービスや自助（自分で行う）を促進するとしています。

地域ケアシステムの中で施設系サービスは、補完的な存在となります。特別養護老人施設（介護老人福祉施設）は、主に重度者や低所得者の受け皿として位置付けられ、2025 年にかけて必要最低限しか増やさない方針。介護老人保健施設は、利用者を短期間受け入れ、在宅復帰を促進する中間施設（病院と自宅の中間という位置付け）としての役割に立ち返るとされています。一方で、認知症の人の増加に伴い、グループホームや小規模多機能型居宅介護の普及策はさらに強化されます。

「地域包括ケア」とは

高齢者の生活を地域で支えるために、必ずしも介護保険の保険給付だけでは十分ではないことから、まず高齢者のニーズに応じ、①住宅が提供されることを基本とした上で、高齢者の生活上の安全・安心・健康を確保するために、②独居や夫婦二人暮らしの高齢者世帯、或いは認知症の方がいる世帯に対する緊急通報システム、見回り、配食等の介護保険の給付対象でないサービス、③介護保険サービス、④予防サービス、⑤在宅の生活の質を確保する上で必要不可欠な医療保険サービスの５つを一体化して提供していくという考え方。