



杏の里ステーション通信

訪問看護

住み慣れた家で生活するために

今回は約半年前に大腿骨骨折受傷により手術をし、回復期病棟でリハビリ加療後、ご自宅に戻られたP様を紹介します。

P様は、手術部の痛みはありませんが、シルバーカーや杖を使用し、歩いて生活されています。P様の目標は、独居のため身の回りのことはご自身で行い、安全に転倒なく在宅生活を送ることでした。ご家族・ケアマネージャーとも話し合いを行い、ご自宅で安全に暮らしていくことを目標に、まずは約半年の期間で利用開始となりました。

P様と自宅内の動線を確認し、移動の時には杖を使うことや、仏壇へお供えをする時は、シルバーカーにお供え物に乗せて押して歩くことなど、実際に動きながら一つ一つ一緒に確認していききました。また手術した部分の痛みに対してはマッサージや関節運動を行い、痛みの軽減を図りました。さらに両脚の筋力強化・バランス向上に向けた運動を行い、身体的にも転倒予防に向けたリハビリを行ってききました。調子の良い日は、お一人で外を歩きたいとの希望もあり、転倒なくお散歩が出来るように、駐車場での歩行練習も行いました。

現在、簡単な調理や洗濯などの家事を行い、毎日の仏壇へのお供えも転倒なく行えています。リハビリ開始時は週1回の利用でしたが、出来ることが少しずつ増え、卒業を見据えてリハビリの回数を減らしてみたいとの話しがあり、2週間に1回の訪問へ切り替えました。その後、転倒なく安全に暮らすことが出来るようになり、訪問看護を卒業することが出来ました。

利用者様の気持ちや考えを大事にしながら、在宅生活で不安なことがあれば一緒に解決策を見つけ、それぞれの目標を達成できるように、スタッフ一同一緒に取り組んでいきたいと思えます。

ワンポイント看護



新型コロナウイルスの感染拡大が止まらず、いつ、誰が感染してもおかしくない状況となりました。三八地方でも、連日のように感染者が報告され、医療の逼迫や自宅療養者が多数おられることも報道されています。

そこで、感染及び濃厚接触が疑われた場合の家庭内で注意するポイントをまとめてみました。

① 部屋を分けて、ご本人は部屋から出ない。

② 感染疑いがある人のお世話は、できるだけ限られた方にする。

③ マスクの着用とこまめな手洗い。

④ 定期的な換気。

⑤ 手で触れる共用部分の消毒。(ベッド柵、ドアノブなど)

⑥ トイレや洗面所は、こまめに家庭用洗剤で通常の洗浄をする。

⑦ 便や吐物で汚れた衣類に触れる際はマスクと手袋を着用。家庭洗剤で洗濯する。

⑧ 鼻をかんだティッシュは、ビニル袋にいれ密閉。その後は、直ちに手洗いをします。

使い捨ての皿や割りばしの活用、防護服をレインコートやカッパでも代用できます。飲料水や食料、日用品に困らないよう、必要な物を備え、もしもの場合に慌てず対処できるようにシミュレーションしてみてくださいでしょうか？

編集後記

秋のお彼岸が過ぎ、朝晩は一段と冷え込むようになりました。季節の変わり目で体調を崩されることもあるかと思えます。心身の不調がありましたら訪問した看護師・リハビリ療法士に遠慮なさらずお話しください。皆様安心して生活できるように職員一同支援してまいります。