

げんき日和

勤務する筑紫南ヶ丘病院(福岡県大野城市)の入院用ベッドは250。全てが療養型で利用患者の大半は体が不自由なお年寄り。医療機関によつてはベッドに寝かせたまにしような患者でも、ここではできる限り離床を促す。

名付けて「離床プロジェクト」。自身を含む介護職約60人が中心となって2014年から取り組んでおり、介護長として責任者を務める。「ベッドですと過ごす廃用性萎縮に見舞われて、本当に体が動かなくなってしまう。その予防が狙い」と語る。

医人伝心

離床プロジェクト責任者 島添 祐子さん(58)



離床プロジェクトで歌う患者に寄り添う島添祐子さん。ユニホームのTシャツには「患者様を笑顔にするために」の文字がある

1回当たり約1時間。ラジオ体操や魚釣りゲーム、輪投げ、合唱など、参加する入院患者が少しでも体を動かしたり、楽しんだりできるようなメニューを提供している。入院患者の約半分が週3回〜1回のペースで参加。効果として例えば、90代の女性が車いすに乗

入院患者を笑顔にしたい

って魚釣りゲームに挑戦し、普段は動かせない手を動かしたりする」と話し「そんな姿を見ると私自身、とてもうれしい」と語る。

身体障害者の入所施設や特別養護老人ホームで介護職として働いた後、1994年から同病院に勤務。「患者さんが頼りにしてくれるので介護の仕事が好き」

(西山忠宏)

情報BOX

◆日本骨髄腫患者の会福岡ブロック懇親会 5月14日午後1時半〜4時半、福岡市中央区荒戸3丁目の市民福祉プラザ。患者さんの体験談を聞いたり、日ごろの不安や心配事などについて語り合ったりする。対象は骨髄腫患者と家族。申し込み不要。会費は茶菓子代、通信事務費として500円。問い合わせは柴田さん=090(4351)4181。

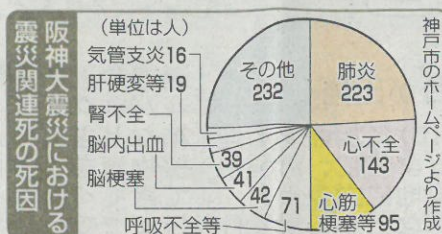
◆大人のADHDを知る動画公開 大人の注意欠陥多動性障害(ADHD)が生活に及ぼす困難

という幼少期の再現ドラマで、生きづらさを感じながらそれを医師や周囲にうまく伝えられない苦しさを訴える。

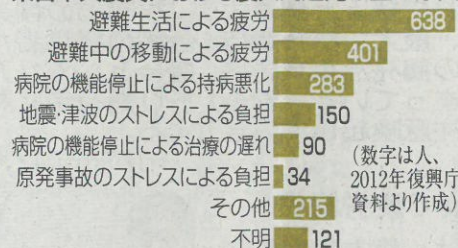
視聴はウェブサイト「大人のためのADHD.co.jp」で。

◆副作用救済制度の認知3割 医薬品医療機器総合機構は、医薬品副作用被害の救済制度に関する一般市民の認知率は3割弱だったとする調査結果を公表した。

昨年12月から今年1月、20歳以上の男女3160人にインターネットで調査。制度を「知っている」



東日本大震災における震災関連死の主な原因



震災関連死 対策急務

熊本地震 エコノミー症候群、感染症

熊本県を中心とした一連の地震は大勢の人が避難所に身を寄せたままで、車に寝泊まりする人も少なくない状況が続く。懸念されるのが、避難生活の疲労やストレスなどによる「震災関連死」。すでに犠牲者が相次いでおり、専門家は早急な対策を求めている。

震災関連死は、津波や建物の倒壊などによる「直接死」ではなく、避難生活による肉体的・精神的疲労や、病院の機能停止による持病悪化など「間接的な要因」で亡くなること。今回の地震では、熊本県阿蘇市の77歳女性が避難所のトイレで倒れているのが見つかり死亡が確認された。車中泊していた熊本市の51歳女性は肺血栓塞栓症(エコノミークラス症候群)で亡くなった。震災関連死が初めて注目されたのは1995年の阪神大震災。神戸市によると阪神大震災の全犠牲者の14%に当たる921人が関連死。インフルエンザ感染や、水不足で口内に細菌が増えたことによる誤嚥性肺炎が引き金となった例が目立った。

2004年の新潟県中越地震

睡眠、運動、水分補給、口内清潔に

避難所で注意すべきこと

- 6時間以上の睡眠を
- 1日20分以上歩く
- 水分を十分とる
- 減塩に努め、緑色野菜、果物、海藻類を多くとる
- 震災前の体重からの増減を2kg以内に
- マスクの着用、手洗いの励行
- 循環器疾患の内服薬は必ず継続
- 上の血圧が140以上なら医師の診察を
- 禁煙を
- 口の中を清潔に

(歯科医の意見や、日本循環器学会など3学会の共同声明より)

「震災関連死」を防ぐために避難生活でどんなことを心掛けたいのか。日本循環器学会、日本心臓病学会、日本高血圧学会が、アドバイスとして「避難所における循環器疾患の予防」に関する3学会共同声明を発表した。

声明は「循環器系は最もストレスの影響を受けやすい臓器の一つ」とし「睡眠」「血圧」「食事」「体重」「内服薬」「血圧」など9項目で予防法を提示している。

「睡眠」は、避難所での対処法として、夜間消灯に加え、アイマスクや耳栓、振動予防のマットレスの使用を推奨。

「運動」は一日20分以上歩くことを提案。済生会福岡総合病院の山本雄祐副院長(循環器内科医)は「避難所のみんな

医療と

を薦めている。「体重」は2kg以上減った場合、脱水や栄養障害が考えられると指摘。逆に2kg以上増加したら、心不全や慢性腎臓病の悪化やカロリーの取り過ぎなどを確認するよう求めている。特に震災後は高齢者の心不全悪化が増加するとし、夜に息苦しさなどを自覚したら医師の診察を受けるよう呼びかけている。

「内服薬」では、普段飲んでいる薬が分からなくなった場合、医師に相談するよう助言。「血圧」では災害時に循環器疾患を発症させる引き金の一

は市町村が遺族の申請に基づいて実施。復興庁によると、全国統一の認定基準はなく、市町村に任されている。熊本市は基準を設けておらず「今後必要」としている。(下崎千加)

高齢者、障害者 福祉避難所へ

不調に耐えず診察を

現地で診療の医師助言

来院する人たちが、胸痛や不眠、便秘などを訴える人たちに対応していく中で「震災関連死」が多く出たことが懸念を強めたという。

例えば、持病のぜんそくを悪化させた車中泊の30代女性は「避難所のトイレの列に並ぶのが大変だから、水を控えている」と話した。車中泊で座ったままだと、エコノミークラス症候群を招く恐れがあり水分を控えると、そのリスクを高めてしまうが「女性はそうした危険性を知らなかった。しっかりか

震災関連死を防ぐ手だての一つに、体育館などの一般的な避難所で過ごすことが困難

な高齢者や障害者を対象とした「福祉避難所」がある。災害を受け、市町村が協定を結んだ福祉施設に開設する。熊本市では、21日午後11時までに特別養護老人ホームな