

あぶた福祉会から

第3号

今 回は、清水友愛の里における施設利用者及び地域生活者の健康管理と医療行為の紹介をします。

「健康管理について」

看護師 片平 幸枝

今年は驚くほど雪が多く、寒い日々が続いています。清水友愛の里でも沢山の雪が降り積もり、除雪で出来た雪の山で敷地内が一杯です。

この季節一番心配なのは、やはり風邪やインフルエンザです。集団で生活している為、一人でも発症してしまうと館内に蔓延し、次々に感染してしまう可能性があります。特に菌への抵抗力が弱い人もいるため、重症化してしまう恐れがあるからです。

予防対策としては、一年を通して「うがい・手洗い」を徹底し、必ず行うよう声を掛けています。また、11月と12月にインフルエンザ予防接種を全利用者・全職員が受けています。



インフルエンザの予防接種を受ける利用者

手拭タオルも使い捨てのペーパータオルに変更し、手から手への感染も防ぎ、それを行うことで他の感染症の予防にもつながっています。今の所は風邪症状のある利用者はほとんどいなく、皆さん元気です。

体の不調や、具合の悪さを上手く伝えられない利用者が多い施設では、毎日の観察がとても重要になります。顔色や表情などいつもと違う所は無いか、鼻水・咳などは無いか、熱が高くないかなど、職員が利用者の体

調を毎日把握しています。

また、目で見て判断する事のできない内科的疾患に対しては、年に春と秋の2回健康診断を行い、数項目にわたって診断してもらおう事で、体の中の状態を把握しています。

施設では、秋の健康診断時に血液検査・尿検査、年齢によっては胃がん検診・大腸がん検診を行っており、結果によっては再検査を受けて治療を始める人もいます。

さらに、食事の内容の見直しを必要とする人、体を動かす機会を多く取り入れて、健康管理をしてもらう人など、各職種に協力してもらいながら、利用者皆さんがいつまでも健康な体を保ってもらえるよう支援しています。

施設入所者・地域生活者共に30代から50代の人達が多くなってきたおり、年齢に伴った体の内的・外的変化も見られてきています。友愛の里に勤めて5年目になりますが、5年前よりも確実に内科的疾患による定期

通院者は増えてきています。

高脂血症や高尿酸血症の人が特に多く、年齢に応じた基礎代謝が減って来ている事も原因の一つかと思われます。

できるだけ体を動かすよう声を掛けてはいますが、自分自身がそうであるように、なかなか体を多く動かすというのは大変な事だと思えます。本当に必要である事を理解していただければ、自分で健康管理のために体を動かすという事は難しい事だと思えます。そのため施設では、作業の中に運動を取り入れてもらう事で、散歩感覚で清水の豊かな自然を楽しみながら、体を動かす努力を継続できるように支援しています。

健康を考えた時、体の事はかりを考えがちですが、心の健康にも目を向けることが必要だと思っています。上手く思いを伝えられない、伝えられても相手の言葉を理解出来ない、そのような事がストレスの原因となってしまう、体調に影響を及ぼす事もあります。心の健康を保つ事は、とても難しい事だと思いますが、利用者の話に耳を傾け、それを聞くだけでも何か違うのではないかと日々考えていま

す。

現在、施設で生活している人も、地域で生活している人も共に、高齢と言われる人達がこれから増えていくのは間違いないことです。今後も利用者が送れるだけ長く、楽しい生活が送れるよう支援して行きたいと思えます。

「寄付・寄贈品」

- ▽住吉栄治(5区)▽菅野拓夫(6区)▽平山勝俊(月浦区)
- ▽細江恭子(清水区)▽森商店(株)カワマタ▽こけし堂製菓▽(株)グロリアガス北海道・道南プロパン支店▽加藤建設(株)▽(有)松崎精肉店▽(有)高橋石油▽ひまわり会▽赤羽商店▽斎藤設計事務所
- 伊達市 ▽菊地眼科▽(有)伊達クリーニング▽(株)小池商事▽今野鮮魚店▽原田武夫
- 室蘭市 ▽(株)楠本▽幸村浩太郎
- ▽岡田利實▽中森勝二
- 札幌市 ▽サンエスユニホーム
- ▽日野肇▽小貫静子
- 登別市 ▽中丸武
- 寿都町 ▽大崎一廣