



遠賀中間医師会

2019年3月8日発行

第6号

在宅総合支援センターだより

遠賀中間地域 在宅医療・介護連携推進事業



平成31年1月19日(土) 遠賀中間地域医療・介護関係者研修会を開催しました。

遠賀中間地域在宅医療・介護連携推進事業

医療・介護関係者研修会

講演

「若年性認知症の方々との関わりを通して」

～若年性認知症支援コーディネーターとして伝えたいこと～

講師 若年性認知症支援コーディネーター 中村 益子氏

座長 遠賀中間医師会病院 統括副院長 末廣 剛敏氏



映画上映

「ケアニン」～あなたでよかった～

今回の研修では認知症についての知識を深め、専門職として、認知症の方やその家族の支援に役立てることを目的とし、遠賀中間地域の医療・介護関係者82名の方が参加されました。講演では「若年性認知症」をテーマに症状の特徴や相談事例などをコーディネーターとしての立場からお話していただき、大変貴重な講演会となりました。

また、「ケアニン」は、介護職の仕事に正面から向き合い、実際の介護の現場で語られた言葉が生きた内容の映画でした。アンケートからは、「介護のイメージが変わった」「初心を振り返る機会となった」などの感想をいただきました。



高齢者施設等への出前講座 <施設へ出向き看取り出前講座(無料)を行っています>

松快園



高齢者等施設における看取りのニーズに対応するために、施設の体制整備に役立てることを目的とし、希望された施設へ出向き出前講座を行っています。

出前講座では、遠賀中間医師会おんが病院 統括副院長 末廣 剛敏氏、おんが病院訪問看護ステーション 管理者 中村 健吾氏より「施設で看取るということ」をテーマとしたお話をしていただきました。

遠賀園



垣生の里



あすなる岡垣



わくわくケア24



平成30年度は特別養護老人ホーム4件、サービス付き高齢者向け住宅1件、小規模多機能施設1件へ出前講座を行いました。参加された施設職員の方からは「看取りについての知識が深まり、不安等も軽くなった」、「看取りのお手伝いができることの素晴らしさを感じ、自信につながった」等の声が聞かれています。

在宅医療の特集コーナー

「食べる前の準備体操」について

基礎訓練(体操)は、食べ物を使用せずに行う訓練です。実際に食べる前に、食べるために必要な筋肉を動かしたり、刺激を加えたりして、口腔周辺の運動や感覚機能を促し、摂食による誤嚥のリスクを予防して安全に食を楽しむことを目的とします。

【基礎訓練(体操)の実際】

1. 嚥下(えんげ)体操

- ① 口をすぼめて深呼吸
- ② 首の回旋運動
- ③ 肩の上下運動
- ④ 両手を頭上で組んで体幹を左右側屈(胸郭の運動)
- ⑤ 頬を膨らませたり引っ込めたりする
- ⑥ 舌を前後に出し入れする
- ⑦ 舌で左右の口角にさわる
- ⑧ 強く息を吸い込む(咽頭後壁に空気刺激を入れる)
- ⑨ パ、タ、カの発音訓練
- ⑩ 口をすぼめて深呼吸 などをを行います。



2. 嚥下おでこ体操

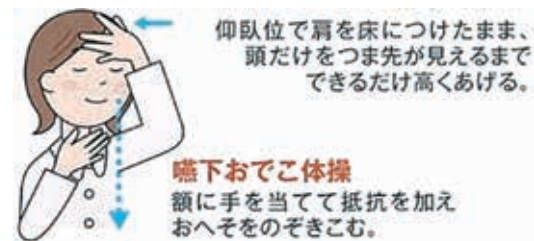
額に手をあてて抵抗を加え、おへそをのぞきこむように強く下を向きます。

① 持続訓練

ゆっくり5つ数えながら持続して行います。

② 反復訓練

1から5まで数を唱えながら、それに合わせて下を向くように力を入れます。



おんが病院 言語聴覚士 市原 拓翔

長生きはお口の健康から

噛むことと歯周病予防は、全身の健康につながります

歯周病の怖さ

20歳以上の成人は全員が歯周病予備軍です！！

歯周病とは「沈黙の病気」と言われる通り、自覚症状に乏しく受診したときには手遅れで歯を失う人が多い、歯を失う原因の第1位です。歯はただ物を食べるという役割だけでなく、認知症の予防や会話や表情をつくるといったコミュニケーションをとるためにも大切な役割を担っています。

また歯周病は全身の病気に関連する感染症です。毛細血管を経由して全身に飛び火します。糖尿病・心疾患・脳卒中・がん・誤嚥性肺炎に深く関連します。歯周病にかかってしまったら治療しないと治りません。静かに確実に進行していきます。

改善するには…

歯周病の改善・予防法

ポイントは毎日のセルフケアと定期的な歯科でのケアです。

1. 毎日のブラッシングで歯垢を取り除きます。
2. 歯と歯の間の歯垢は、フロスや歯間ブラシを使って取り除きます。歯ブラシだけでは60%しか取れません。
3. 歯垢が固まった歯石は自分では取れません。半年に1回は歯科に通い、専門的なケアを受けましょう。

歯ブラシで磨く

歯ブラシを歯や歯と歯ぐきの境目にきちんとあて、軽い力と小さな動きで磨きましょう。



鉛筆を持つように握ると磨きやすい。



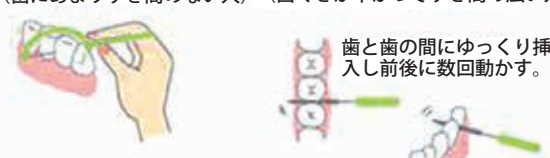
取替えのサインです！

歯ブラシは自分の歯にあわせて小さな歯ブラシを選びましょう。毛先が広がったら交換しましょう。

歯間ブラシやデンタルフロスで歯と歯の間を磨く

デンタルフロスで磨く。(歯にあまりすき間のない人)

歯ブラシで磨く。(歯ぐきが下がってすき間の広い人)



歯と歯の間にゆっくり挿入し前後に数回動かす。

歯の付け根まで糸を入れて軽く上下にこすってからかき出す。

おんが病院 総合健診部 餅井 栄子

嚥下（飲み込み）の外來・リハビリについて

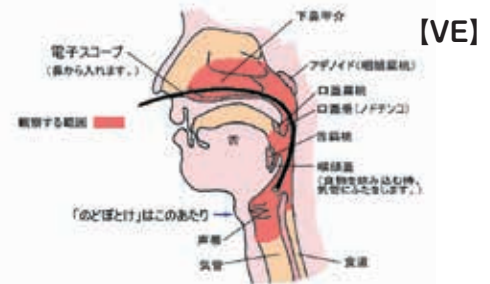
遠賀中間医師会おんが病院・おかがき病院は、高齢化社会のニーズにこたえ、「いつまでも口から食べられる」を目標に嚥下外來と嚥下機能訓練をセットにした診療を始めます。

高齢化が進む中、病院・在宅、診療科を問わず、「食事を食べてくれない」「食事中にむせる」「誤嚥性肺炎による繰り返しの入院が多い」「体重が減ってきた」といった様々な摂食嚥下障害が大きな問題となっています。
摂食嚥下障害は、低栄養、脱水、肺炎や窒息など生命の危機につながることも多く、特に、退院された後の在宅療養中の患者さんにこそ、丁寧な状態観察と機能回復・維持に向けた訓練や治療が重要です。

●外來では

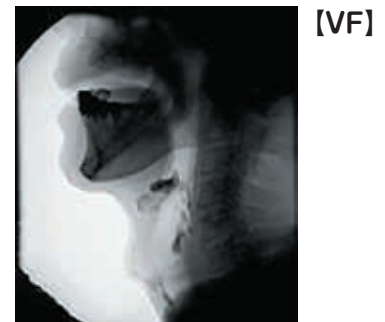
嚥下に関する問診、診察に加え

- ①嚥下内視鏡検査(VE) 図上
- ②嚥下造影検査(VF) 図下
- ③血液検査
- ④脳CT・MRI、肺CT など、必要に応じて様々な評価を行います



●嚥下内視鏡検査 (VE) 嚥下造影検査 (VF) について

- ①検査に要する時間は30分程度です。
- ②患者さん・ご家族・医療スタッフ(医師・看護師・言語聴覚士)がモニターを一緒に見て話し合いながら、飲み込みの状態を評価していきます。
- ③『検査をしながら試すことができる』というところにこの検査の大きな意義があり、問題がある場合、食事をするときの姿勢、食事形態や一口量は適切かどうか、食べる順番に工夫があるかなど様々な飲み込みの方法を試しながら効果を検討します。



外來受診から検査・嚥下リハビリテーションまでの流れ



おかがき病院 リハビリテーション科 部長 吉川 公正

在宅医療推進に係る研修会

ケアマネジャーのための医学講座を開催しました。

在宅総合支援センターでは、在宅医療に係る各職種のスキルアップのための研修会を開催しています。

平成30年12月19日(水) 18:30~20:00



在宅総合支援センター会議室にて、ケアマネジャーのための医学講座を行い、遠賀中間地域の介護支援専門員の方が27名参加されました。遠賀中間医師会おんが病院 緩和ケア認定看護師 河野 えり氏を講師にお招きし、「終末期コミュニケーションについて」をテーマに研修会を行いました。「基本的なコミュニケーションスキル」や「コミュニケーションの実際」について講義がありました。会場からは、日頃接している症例からの質問があり、「具体的な回答が参考になった」という意見も聞かれ、有意義な研修会となりました。

住民への啓発：「在宅医療について」の出前講座



地域の公民館や地域交流センターなどへ、在宅総合支援センターの職員がお伺いし「在宅医療について」の出前講座を行っています。平成29年7月から開始し、平成31年2月までの間に49箇所、2129名の方にご参加いただきました。参加された約8割が70歳代以上の方で、在宅医療について「知らなかった」、「知っていたが、自分や周りに受けた人がいない」という方が全体の約8割でした。

参加された方からの感想は様々で、「在宅医療が理想だが、家族の負担等を考えると決断が難しい」と思われる方や、「在宅医療を今後の選択肢として考えていきたい」という感想もあり、在宅医療について考える機会となっているようです。

在宅医療に関する相談窓口について

在宅総合支援センターには在宅医療・介護に関する相談窓口があります。お電話での相談も行っています。常時専門のスタッフがおりますので、お気軽にご相談下さい。

**在宅医療
相談窓口**

受付時間 月～金曜日 9時～16時
電話 093-281-3100
FAX 093-281-3105



今後の予定

<研修会のご案内>

遠賀中間地域多職種連携研修会

平成31年3月13日(水) 19:00~20:45

【内容】多職種事例検討

『行動心理徴候(BPSD)へのアプローチ』

【場所】遠賀中間医師会館 多目的ホール

【座長】遠賀中間医師会病院

統括副院長 末廣 剛敏氏

在宅医療に関する医療機器整備(無料貸出)

当センターでは、在宅医療に使用する医療機器、研修用シミュレータを医療機関及びサービス事業所に無料貸し出しを行っています。借用の手続きや貸出物品などの詳細は在宅総合支援センターのホームページをご覧ください。

<医療機器貸出物品>

- ◎ ポータブル吸引器
- ◎ ポータブル吸入・吸引両用器
- ◎ 点滴スタンド
- ◎ 自然落下式輸液ポンプ
- ◎ PCAポンプ
- ◎ カフティポンプ
- ◎ カフ圧計
- ◎ 血液ガス分析器(携帯用)
- ◎ もの忘れ相談プログラムなど



発行 **遠賀中間地域 在宅医療介護連携推進事業**
遠賀中間医師会 在宅総合支援センター

〒811-4342 遠賀郡遠賀町大字尾崎1725番地2

TEL 093-281-3100 FAX 093-281-3105

URL : <http://www.onnaka-med.or.jp/zaitaku/>