

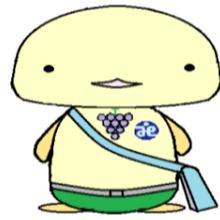
ほのぼの通信 第8号

令和元年 12 月 1日 発行

訪問看護ステーションかしわら

電話：072-970-2171

FAX：072-970-2172



柏原市社協イメージキャラクター
「ほのぼのちゃん」

今年は全国各地で台風や観測史上初の大雨などの災害に見舞われました。身近にできる所から災害への備えをしていきましょう。日常の買い物のついでに、日持ちのする手間のかからない食品を探してみたり、家から避難所までの道を確認したりとついででの備えがおすすめです。

‘災害についての勉強会を行いました’

訪問看護では年2回内部研修を行っています。7月に医薬品卸会社の方に災害対策の講演をしていただき、訪問看護の職員の他にケアマネジャー、ヘルパーさん、社協職員の10名の参加がありました。



◇水や食料の備蓄、停電時の備え以外に、日頃から地域の関係主体との顔の見える関係作りや情報共有を行っていくことの大切さを学ぶことができました。災害時のサービス復旧・継続のシミュレーションをしていくことや、停電時の対策が課題に挙がりました。

◇昨年大阪でも台風の被害に遭いましたが、その時の訪問時一番に困ったのが停電でした。まずは懐中電灯などの場所、備蓄用品の場所の確認をしておくことや、電動ベッドや家庭用医療機器を使用している場合は、停電時の使用方法やリモコンが効かない場合の対応方法を福祉用具相談員さんに確認しておくなどの、日頃からの備えが大事であることを学びました。

令和元年 11 月ご利用状況 ● 訪問看護・リハビリご希望の方はご相談ください。

	認定	人数
介護保険	介護	39
	支援	5
医療保険	医療	12

リハビリ ワンポイントアドバイス

皆さんも日常「誤嚥」とか「誤嚥性肺炎」という言葉を耳にされた事があると思います。今回は、高齢者に起こり易い「誤嚥」と「誤嚥性肺炎」について調べてみました。



誤嚥とは

高齢の方が食べ物を喉に詰まらせたり、飲み物でむせたりする事があります。これは飲み込む力が弱くなる「嚥下障害」というものであり、50歳前後から誰にでも起こりうるものなのです。食べたり飲んだりしようとしたときに、飲食物が誤って食道ではなく気管に入ってしまうことを「誤嚥」と言います。

誤嚥性肺炎とは

誤嚥性肺炎とは、誤嚥（食べ物や唾液などが誤って気道内に入ってしまうこと）から発症する肺炎のことを指します。高齢者が誤嚥性の肺炎を繰り返すと、生命に関わることもあるので、特に注意が必要です。

摂食嚥下障害の可能性について

- ・食事中によくむせる・飲み込むのに苦労することがある・飲み込んだ後も、口の中に食物が残っている・固いものがかみにくくなった・食事の後、がらがら声になる・よく咳をする

誤嚥性肺炎の予防方法

- ・口の中を清潔に保ち、歯磨きの徹底、舌のクリーニング、うがい、義歯の手入れ、虫歯や歯周病の治療で口の中の細菌を繁殖させない。
- ・食材をきざむ、軟らかく煮る、押しつぶすなどしておく。
- ・水でむせる場合は、お茶やスープにもとろみをつける。
- ・食事前に舌を動かす体操、首を動かす体操、発声訓練を行う 等々

☆むせずに美味しくいただいて下さいね！

* 訪問看護ではPT(理学療法士)によるリハビリも行っています。

『年末年始の休業日について』

令和元年 12 月 28 日(土)～令和 2 年 1 月 5 日(日)

- 看護師訪問についてはご相談の上、訪問が必要な方に対応させていただきます。
- 理学療法士訪問については、基本的にお休みとさせていただきます。