

小春日和

南東北春日リハビリテーションシヨン病院
介護老人保健施設 春日リハビリテーション・ケアセンター

こはるびより

発行
2010年4月

第65号

家庭の医学

脳卒中の症状と原因について

今回は脳卒中の症状や原因についてお話をさせていただきます。

具体的な症状

●頭痛：頭痛はいろんな原因で生じますが、急に生じた頭痛で、特に「普段経験したことのない強い痛み」の場合には要注意です。

は話し掛けられても理解できない感覚性失語と、思ったことを言えない運動性失語があり、さらにどちらも出来ない場合があります。構音障害は舌や口の周りの筋肉の麻痺によって呂律(ろれつ)が回らなくなります。

●麻痺(半身不随)：右あるいは左の片側の手足の力がぬけてしまいます。急に出現した場合には脳卒中発作を第一に考える必要があります。

●視野障害：視野の半分が急に見えにくくなる(視野障害)や急に片側の目が真っ暗になり見えなくなる場合には(黒内障)脳卒中が原因である場合があります。

●感覚障害：顔や左右片側の手足の感覚がなくなったり、しびれなどがあります。

●言語障害：失語症と構音障害の2通りがあります。失語症

●めまい：回転性めまい(景色がくるくる回って見える)、浮遊感(船に乗ったようなゆらゆらする)などがあり、急に生じためまいでは吐き気を伴うことが多いです。

●失調(ぎこちなさ)：手や足がスムーズに動かせない状態であり、見た目にはロボットのようなぎこちない動きや歩き方となります。

●意識障害：脳に原因がある場合では、頸部や頭蓋内の太い血管が細くなったために起こる脳貧血で生じることがあります。心臓に原因がある場合には不整脈にて生じることがあります。

●認知症：最近の出来事など新しいことが覚えられなくなり、同じ事を何度も繰り返し聞くなどの物忘れが急に生じることがあります。

●手のふるえ：多発性脳梗塞の症状としてパーキンソン症候群による手のふるえが生じることがあります。

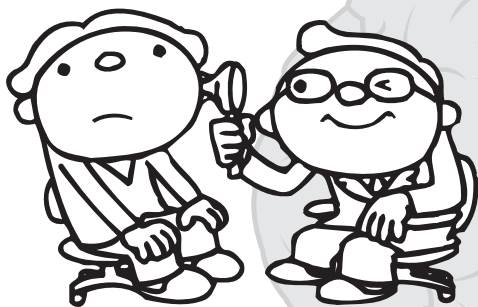
原因

脳卒中の危険因子

●高血圧 ●糖尿病 ●動脈硬化
などですが、それ以外にも、肥満気味の人や晩酌を欠かさない人は脳卒中の発症率は高くなります。最も恐いのは「高血圧」です。しかし、高血圧は、生活習慣を見直すことによつて予防でき、軽度の高血圧であればすぐに改善できることもあります。まずは、生活習慣を改善しながら、場合によっては診察を受けましょう。

今月の目次

- 1 ページ 家庭の医学
- 2 ページ イベント・ニュースのご案内
- 3 ページ 介護教室
- 4 ページ 形成外科のご案内



イベントニュース

第31回 市民健康教室の お知らせ

平成22年5月22日(土)、「腰痛予防体操」をテーマに地域の皆さんを対象とした、第31回市民健康教室を開催します。参加希望の方は会場までご案内しますので、当日受付にてお声をかけください。

たくさんの皆さんのご参加をお待ちしております。参加費は無料です。

日時●平成22年5月22日(土)
午後2時～3時30分

テーマ●「腰痛予防体操」

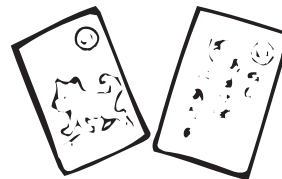
講師●中村淳

場所●南東北春日リハビリテーション病院
5階会議室

その他●健康チェック
(骨密度、血管年齢、血圧、体脂肪測定)

※テーマが変更になる場合があります。ご了承ください。

ました。患者さん一人ひとりが、職員の読み上げる言葉を真剣に聞き、目にもとまらぬ速さでカルタを取っていました。手の届かないところは、棒を使って取るなど、みなさんそれぞれに作戦を考えていて、職員も驚いてしまいました。



4階回復期病棟では、リハビリなどのない余暇時間にレクリエーションを行います。今回は、カルタ取りを行いました。



今後とも楽しく、有効に余暇時間を過ごしていただくために、職員一同レクリエーションを勉強していきたいと思えます。患者さんからも、やってみたいことなどがありましたら、職員までご一報ください。

回復期病棟で カルタ取りを行いました

介護用語

する用語の説明をしたいと思います。(50音順)

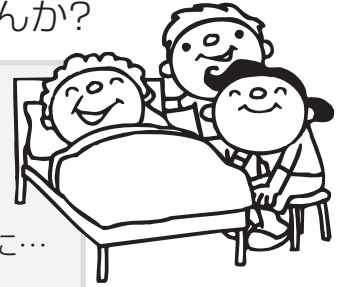
- トランスファー..... ベッドから車イス、車イスからトイレなど、別の場所に身体を移動させる「移乗動作」のこと。
- 脳卒中..... 脳の血管がつまる「脳梗塞」と、脳の血管が破れる「脳出血」または「くも膜下出血」の3つに分かれる。片方の手足の運動の麻痺・感覚麻痺など、右麻痺・左麻痺によって色々な障害を伴う。
- ノーマライゼーション..... 障害があっても区別や差別されることなく、人間として普通に生活を楽しみ、権利と義務を担って生きる社会であるべきだとする生活原理。
- バイタルサイン..... 身体の状態を観察するための不可欠なポイントで、体温・脈拍・呼吸・血圧・意識があるかどうかの5つを指す。
- 廃用(はいよう)症候群..... ずっと寝たきりで身体を動かさないと、骨や筋肉の萎縮(いしゅく)や関節の拘縮、意識や記憶力などの心身機能が低下すること。
- モニタリング..... 介護保険で作成したケアプランに沿った介護サービス利用がうまくいっているかどうか、利用者の意見を聞くこと。
- 理学療法士(PT)..... 病気やけがなどで身体に障害を負った人の機能を最大限に引き出すために、筋肉増加などの運動療法、電気や温熱などを使った物理療法を中心に動作機能回復をサポートするリハビリの専門家。

介護教室

介護するのは大変!されるほうは楽でしょ?○か×か

介護問題とは介護する側の問題??不眠・腰痛・ストレス…。それに比べて介護される側は気楽だ…とっていませんか?

- 気遣い**……………私の介護のせいで腰を痛めないかしら…
- 疑心暗鬼**……………ニコニコしているけど、本当はイヤなんじゃ…
- 嫉妬妄想**……………夫が家の外で何をしているのか…
- 羨望(せんぼう)**……………手足の麻痺さえなければあんなこともできるのに…
- 厭世感(えんせいかん)**……………人に迷惑をかける生活がいつまで続くのだろう…



介護は誰のために?何のために?

介護することは大変です。介護職ならそれによってお金をもらえますが、介護家族はそうはいきません。いくら介護保険制度を活用しても、家族がしなければならぬことがたくさんあります。だからといって介護の問題を、家族への支援という側面だけでとらえると大事なことを見逃してしまいます。それは、介護される側も大変だということです。誰も好んで、要介護状態になったのではありません。心ならずも人の手を借りなければならなくなりました。心の中は複雑です。どうして私だけが…という怒り、残った麻痺への失望、介助してもらうことへの心の負担…。さらに健康な人への羨望や嫉妬、ときには妄想にまで至ることがあるのです。したがって介護者は①要介護者の複雑な心理を理解し、②その心理を共有できる同病者の方との人間関係をつくり出すことが必要です。さらに③心理的負担を感じさせないような、さりげない介護を心がけなければなりません。要介護者の心理的安定なくして、楽な介護はありません。

身近な介護

前回に引き続き、日常生活に出てくる介護に関する

- 自助具**……………障害があっても自力で行動できるようにするための補助具。車イスや歩行器などをはじめとして、生活全般にわたるいろいろな道具がある。
- 社会福祉士**……………身体上・精神上・環境上の理由により日常生活を営むのに支障がある人の福祉に関する相談、助言、指導などの支援を行う専門家。
- 褥瘡(じょくそう)**……………床ずれのこと。ずっと同じ姿勢で寝ていると、身体の一部に圧迫や摩擦、血行不良のために炎症が起こる。
- 生活習慣病**……………いわゆる「成人病」のこと。食事、運動、喫煙などの生活習慣が関与している病気。代表的なものとして高血圧、糖尿病などがある。
- 清拭(せいしき)**……………清潔を保つために蒸しタオルや布を使って、身体をきれいに拭くこと。
- 成年後見制度**……………介護サービスは利用者とサービス業者の直接契約となっているが、利用者が精神・知的障害・認知症などの場合、法律上の手続きや財産管理などを援助者が代行して、利用者の権利を守る制度。
(せいねんこうけんせいど)
- せん妄(せんもう)**……………意識障害の1つで、幻覚、不安や興奮の状態を示す。高齢者では脱水やけがのショックなどにより一時的にせん妄状態になることがある。
- ターミナルケア**……………治る見込みがない人に施す終末期の医療や看護。延命治療ではなく、痛みや苦痛を緩和しながら、残された時間を有意義に過ごせるようにする。
- 摘便**……………自力で排便できないとき肛門から直腸に手指を入れて、便を摘出すること。

形成外科のご案内

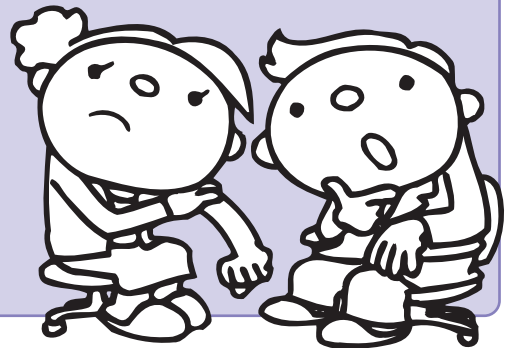
「形成外科」では主に体の表面の異常を扱っています。たとえば生まれつきの形の異常(口唇裂・耳の形の異常・指の形の異常等)、生まれつきの皮膚の色の異常(アザ)やけぞや褥瘡(じょくそう・床ずれのこと)、けがや手術後の変形など、全身のあらゆる部位の異常や形態変化が治療対象で、これらは健康保険の対象となります。よく間違えられる「整形外科」は骨折・椎間板ヘルニア・脱臼など骨・筋肉・関節の病気を扱う分野です。



形成外科の適応となる主な疾患

イボ、ホクロ、熱傷脂肪腫、顔面骨折、顔面神経損傷、先天性の皮膚などの異常(唇裂、口蓋裂、眼瞼下垂など)外傷などによる皮膚異常(傷跡・ケロイド・皮膚潰瘍)、褥瘡、巻き爪など

皮膚に関する病気や悩みがあるときはご相談ください。
当施設では形成外科の診療を行っております。診療に関することでご質問や心配事などありましたら、遠慮なくお問い合わせください。
ただし、診療日が変動しますので、お電話または窓口でご確認ください。
お問い合わせ
南東北春日リハビリテーション病院 TEL.0248-63-7299



■ 外来診療担当医表 (予定) ※形成外科の診療は4月30日(金)・5月6日(木)・20日(木)です。

診療科	診療時間	月	火	水	木	金	土
内科	午前8:30～12:30	大越 透	大越 透	大越 透	大越 透	佐藤 哲夫	大越 透
	午後1:30～5:00	大越 透	大越 透	大越 透	樋口 健弥	大越 透	後藤 恒夫
脳神経外科	午前8:30～12:30	後藤 恒夫		後藤 恒夫		後藤 恒夫	
	午後1:30～5:00						後藤 恒夫
眼科	午後1:30～4:00	小林 奈美江					
形成外科	午後1:30～4:30					※	
リハビリテーション科(理学療法 作業療法 言語聴覚療法)	午前8:30～12:30	後藤 恒夫		後藤 恒夫		後藤 恒夫	

ニコチン依存症管理を行っております。

健診 ●一般健診 ●協会けんぽ健診(旧政府管掌)〈生活習慣病・予防健診〉 ●人間ドック ●胃がん検診 ●内視鏡検査

編集後記

暖かさが増し、だいが春らしくなってきましたね。みなさんいかがお過ごしでしょうか?春といえはお花見ですが、なかなか忙しくて行けないという人も多いのではないのでしょうか。個人的にはお花見も好きですが、桜を楽しむよりは春の雰囲気や生き生きとした色を感じるほうが好きです。例えば服装でも、春は明るい色が増えますよね。自分で着るのもいいのですが、綺麗な色でかわいく着飾った人を見ると春を感じます。みなさんもそれぞれの春を感じてみてください。(豊田和喜光)

■発行/医療法人社団 三成会

南東北春日リハビリテーション病院 TEL.0248-63-7299
介護老人保健施設 春日リハビリテーションケアセンター TEL.0248-63-7279
春日居宅介護支援事業所 TEL.0248-63-7297
春日訪問看護ステーション TEL.0248-63-7278

所在地:福島県須賀川市南上町123-1 **ホームページアドレスが変わりました!** <http://www.kasuga-rehabili.com>

■印刷/石井電算印刷株式会社

南東北 春日

