

老健だより

NEWS FROM ROKEN

第38号



明るい笑顔、大事にしたいです。

CONTENTS

- P2 新事務長よりご挨拶
介護報酬改定について
- P3 認知症ケアだより
リハビリだより
- P4 栄養科だより
トライやるウィーク

【発行】
公立八鹿病院 老人保健施設

施設長 近藤清彦 平成27年7月発行
兵庫県養父市八鹿町下網場 413
TEL(079)662-2355 FAX(079)662-2388

高齢者の脱水予防

高齢であるだけで体液の量が減少し脱水になりやすくなります。だるさを感じたり、足がつる、頭が痛いといった症状は、脱水が疑われます。

とくに認知機能が落ちている方は、温度に対する感覚が落ちて暑さを平気に感じがちです。そういう方は、エアコンのリモコン操作をできない場合もあります。ときおり空気を入れ換えるほか、枕元など手の届く場所に水分を置くなど、家族や介護者が、脱水に対する対策をおこなってください。

食欲がないときは、おかゆと梅干しでもOK。おかゆから水分と糖分、梅干しから塩分とクエン酸が摂れ、脱水と疲労の対策になります。

高齢者は、夜間の頻尿を気にして水分を摂らない方が多いので、そういう方には経口補水液をお勧めします。塩分と糖分がバランス良く含まれているため、身体への吸収が速く、身体に保持され尿になることが少ないからです。

経口補水液は、液体タイプだけでなく、ゼリータイプのももありますので、常備しておいて、こまめに少量ずつ摂取することで、脱水症を予防することができます。一度にたくさん飲んでも、全て吸収されず汗や尿になってしまうので、少量ずつ頻回に飲むのがポイントです。



管理栄養士
山田 久美子

自宅で作れる経口補水液

- 水 ……1リットル
- 塩 ……3g (小さじ1/2)
- 砂糖 ……40g (大さじ4と1/2)



よくかき混ぜて、出来上がり。
レモン汁などを入れると飲みやすくなり、カリウム補給にもなります。

トピックス

6月1日～5日 トライやるウィーク

八鹿青溪中学校の2年生5名がトライやるウィークで当老健に来られました。期間中はデイケア利用中の方々と交流を行い、食事準備やレクリエーション活動への参加等、老健での職業体験を行いました。最初は緊張した面持ちの皆さんでしたが、徐々に笑顔が増えてきました。また老健に遊びに来てくださいね！



▲ ご利用者さんと道の駅ようか「但馬蔵」へお買い物に行きました

◀ おやつ時間にホットケーキを作りました



公立八鹿病院
福祉センター事務長
古川 尊史

4月から福祉センター事務長として公立村岡病院より異動となりました。村岡病院勤務の経験しかなかったため、わからない事ばかりであったという間に3カ月が過ぎてしまいました。福祉センターの勤務となつて、利用者さんの笑顔や職員が元氣いっぱいなことに驚きました。これは非常に大事な事だと思えます。

現在、養父市・香美町は都市部よりも10年先の高齢化社会となつています。そんな中で福祉センターの3事業所（老人保健施設、南但訪問看護センター、ケアプランセンター）は、在宅での療養生活を送っている方々の支援をおこなつていて、重要な役割を果たしています。これからも地域のみならず、全国に必要とされるよう、まだまだ未熟ではありますが職員のみならずと一生懸命頑張りたいと思えます。どうぞよろしくお願い申し上げます。

<改定率について>

平成27年度の介護報酬改定は、地域包括ケアシステムの実現に向け、介護を必要とする高齢者の増加に伴い、在宅サービス、施設サービス等の増加に必要な経費を確保するためマイナス2.27%の介護報酬改定がおこなわれました。（地域包括ケアシステムとは「住み慣れた地域で自分らしい生活を続けられるようにする」を、基本的な考え方とする。）

<ご利用料金の変更部分>

- 入所基本サービス（要介護度又は加算区分により増額に幅があります。）

介護保険施設サービス利用料金（長期入所）	1日あたり6円～10円の減額
短期入所療養介護サービス利用料金	1日あたり20円～24円の減額
居住費（320円/日→370円/日）	1日あたり50円の増額

- 通所基本サービス（要介護度又は加算区分により増額に幅があります。）

通所リハビリテーションサービス利用料金	1回あたり5円～16円の減額
通所（予防）リハビリテーションサービス利用料金	1回あたり約140円の減額

平成27年度介護報酬改定につき
ご利用料金が変更となりました

平成27年4月より、長期・短期入所及び（予防）通所リハビリサービスの一部料金が変わりました。

<ご利用例>

	期間	改訂前	改訂後	
長期入所で介護度3の場合 （標準食事負担額）	30日	99,766円	→ 99,526円	240円減
短期入所で介護度3の場合 （標準食事負担額）	14日	46,818円	→ 46,496円	322円減
通所リハビリで介護度3の場合	8日	15,834円	→ 15,754円	80円減

※基本サービスのみですので、実際のご利用料と異なる場合があります。

八鹿病院老人保健施設ホームページでも、ご確認できます。
詳細な料金表・ご不明な点については、老人保健施設1階事務所までお問い合わせください。



認知症ケア だより

認知症ケアのい・ろ・は

【第7回】レビー小体病について

この病気は主として大脳皮質の多数の神経細胞内に「レビー小体」という異常な蓄積物が現れるもので、レビー小体型認知症とも呼ばれており、認知症全体の約20%を占めています。

レビー小体病は、初期に幻覚（特に幻視）や妄想が出現します。幻視は極めてリアリティのある等身大の人物が登場することが多いと言われています。また、物忘れ等の認知症症状と平行して、身体が硬くなる、動作が遅くなる、小刻み歩行等のパーキンソン症状が現れます。その他の症状として、自律神経の機能障害（便秘・失禁・血圧の変動等）、錯乱、せん妄等もみられます。症状には日によって変動があり、状態のいい時と悪い時を繰り返します。



レビー小体病は、アルツハイマー型認知症や脳血管性認知症、またパーキンソン病と区別しにくく、レビー小体病の有効な治療法はまだ見つかっていませんが、それぞれの症状に効果のある薬はあります。適切な専門医を見つけ、早期に治療をしていくことがとても大切です。詳しくは下記のホームページをご参考下さい。

※教えて！認知症予防サイト、レビー小体型認知症家族を支える会サイト引用
<http://www.ninchisho.jp/info/>
http://www.dlbf.jp/about_dlb1.html

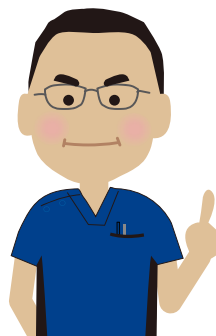
リハビリだより

廃用症候群が起こるきっかけ

「廃用症候群」という言葉は、医療・介護の現場ではかなり浸透してきたように思います。「疾病がもたらす一次的障害による長期間の臥床や不動で生じる二次的障害の総称」で、心肺機能から精神機能まで広範囲の機能低下をもたらします。その機能低下により活動性はさらに低下し、様々な悪循環となってしまいます。

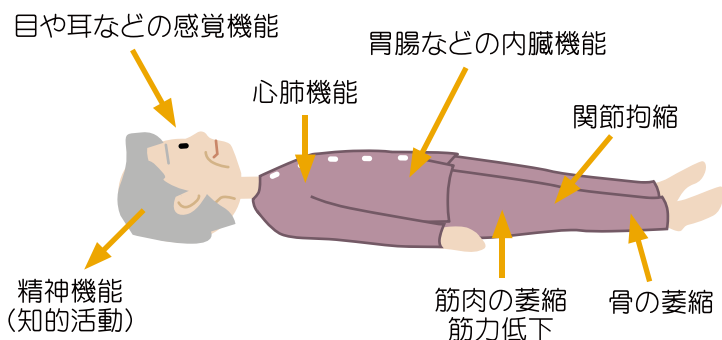
ではなぜ廃用症候群が起こってくるのでしょうか。いろいろな理由は考えられます。利用者の健康の損失はもちろん、親類や親友の死別・離別、経済的不安定もしくは仕事や役割の損失などによって閉じこもり気味になり、結果心身ともに廃用性の低下を起こしていきのではないかと思います。そのため、運動機能向上といっても体を鍛えることばかり考えるのではなく、なぜ閉じこもってしまうのかを考えて解決しなければいけません。高齢者の心身の特徴を少しでも理解し、まずは「外

理学療法士
吉田 一正



へでかけよう」「通所のサービスに行こう」と思っただけのような環境作りが大切だと考えます。

介護現場での取り組みとしては、まずは閉じこもり予防から取り組んでみてはいかかでしょうか。家族の「介護意欲」が低下しないように、常に状況を把握し、利用者にかかわるすべての人達と情報収集と連携を欠かさないように気をつけて対応していきたいと思います。



安静や低い活動性は全身の機能を低下させる。