



利用者さま、ご家族さまへ情報をお届けします

セルフコントロールとリハビリテーション



今年の夏は前半暑く、後半は雨の多い荒れた天候の日が多くありました。やっと夏が終わり、秋がやってきます。暦の上では秋分の日もあるので季節の移り変わりの月となります。気持ちを静め自己の内側に観ずる季節でもあります。

リハビリテーションには、ある一定の自己統制、自制心、意志力などと呼ばれるセルフコントロールが必要になります。1960年代にコロンビア大学で行なった「満足の遅延」に関する先駆的研究は、「マシュマロテスト」と呼ばれ、4歳の子供にある選択肢を与えました。このお菓子をすぐに食べることもできるが、しばらく待つことが出来た場合には倍もらえるとした。この初期の実験が行われてから、彼らが中年に差し掛かるときに探し出した結果、4歳の時にうまく誘惑を退けた子どもたちは成人してから一様に成功をおさめていた。成功には自制が不可欠であり、怒りを表に出さない、お菓子をしばらく我慢するなどのセルフコントロールはリハビリテーションのみならず人生においても成功の鍵となります。

その一方で前頭側頭型認知症の主症状である脱抑制行動とは、「状況に対する反応としての衝動や感情を抑えることが不能になった状態」のことを指します。すなわち、患者は外的な刺激に対して衝動的に反応したり、内的な欲求を制御することができず本能のおもむくままに行動したりします。「あなた太っているわね」「白髪が多いわね」など、他人に向かって思いつくままのことを口にしたり、ケア場面では、「卑猥なことを話す」「異性の身体を触る」などの性的逸脱行動をしたり、問題となりやすい。問題行動をたしなめられても悪びれた様子はなく、あっけらかんとしていることが多い。病期が進行し無為、活動性低下が優勢になるにつれ、脱抑制行動は自然に減少します。対応方法は、性的逸脱行動に対しては、性衝動をため込まないように日頃からのスキンシップを心がけ、行為に及んだ場合は、他の作業に誘導するなどして気をそらせることが効果的です。

直接ケアに携わるとご家族や施設スタッフには本当に頭の下がる思いです。身体を壊さない程度にケアの成功を願いセルフコントロールで乗り切って頂きたいと祈るばかりです。私たちも少しでもその助けになりたいと思っております。

(熊澤・理学療法士)



中部メディカル新聞は皆さまの情報をお待ちしております



夏休みも終わりましたが、まだまだ暑い日が続きますね！
今回は、夏の風物詩！高校生クイズ過去問からの出題です。
○か×で答えて下さいね！

1. 「ハゲタカ」という鳥はいるが、「ハゲインコ」という鳥もいる。
2. 乾電池は買ったばかりよりも、切れた後のほうが軽い。
3. 日本の銀行の名前には、「銀行」という言葉を入れなければならない。
4. フグには毒があるが、ウナギにも毒がある。

(山田・看護師)



中部メディカル 訪問看護ステーションの理念

- **こころを大切に** (ご本人とご家族のこころを大切にします)
- **連携を大切に** (地域のケアチームと親密で良好な関係を築いていきます)
- **スピードを大切に** (出来る限り早く対応して信頼されるステーションを目指します)



訪問看護、訪問リハビリについてのご質問ご相談のお電話、メールをお待ちしております。ホームページからもお問い合わせできます

中部メディカル 訪問看護ステーション



〒463-0048 名古屋市守山区小幡南三丁目 17-31 B-3
 TEL 052-792-9802 FAX 052-792-9803
 携帯 080-5298-9513
 E-mail chubucare@arion.ocn.ne.jp
 HP <http://www.chubu-med.com>
 事業所番号 NO.2361390186



夏休み親子リニモツアーズ



夏休み親子リニモツアーズの愛知医科大学病院のドクターヘリ講座に参加しました。ドラマ「コードブルー」で御存じの方も多いと思いますが、医療現場最前線であるドクターヘリを間近に見ることができました。

ドクターヘリは全国に51基あり、愛知県内に1基のみ。整備されていない都道府県もあるそうです。消防からの要請があれば3分以内に出動！基本的にフライトドクター&ナース、パイロット、整備士の4名で現場に向かいます。最大時速は254kmで新幹線並みです。年間維持費は何と2億円（国1億、県1億）！ではドクターヘリで搬送された場合の医療費が気になります。搬送自体の費用はかからないが、救急現場やヘリ内での医療行為に対する医療費が医療保険制度に基づいて患者様に請求されるとの事。基本的に3割負担の方で7000円+処置量・薬剤料・検査料等だそうです。

質疑応答では子供達以上に付き添いの親御さん達も積極的に参加。ドラマの影響もあり「山ピー（ドラマ主人公）に出会えるのでは？」と期待していた方もいたのかもしれませんが。私もその一人です（笑）

（三宅・看護師）



スタッフのほっと一息



今回は利用者K様から名東区の「ピアツア ピアツア」さんを紹介して頂きました。雰囲気良く居心地の良いお店で、お昼のランチがお手頃とのこと。ピッツアランチ、パスタランチ（前菜・ピッツア or パスタ・デザート・ドリンク）があるそうです。自家製の手打ち麺、ピザ生地でモチモチとした食感で本場の味を楽しめるとの事です。量は適度との事でしたので、いろいろ注文してシェアするといいかもかもしれませんね♪ 皆様のおすすめのお店をぜひ教えて下さい♪

（三宅・看護師）



* 「避難準備情報・避難勧告・避難指示・避難命令」の違い? *



最近、突然のゲリラ豪雨・落雷や道路冠水が全国各地で発生しています。この地方でも毎日のように突然の雨にみまわれています。先日、我が家の住む近辺でも「避難勧告」が発表されました。携帯電話がけたたましくアラーム音を鳴らし知らせてくれるのですが、「避難勧告って避難するの?」と不安になるばかりでした。そこで、どのような時にどのような行動すればいいのか調べてみました。

○避難準備情報：今後、避難勧告が発令される可能性が高い時に住民に避難の準備を促すもの。高齢者や障車など移動に時間かかる要援助者を早期に避難させるためによりかけるもの。

○避難勧告：災害の発生する恐れがある場合に避難のため立ち退きをすすめるもの。

○避難指示：災害が発生している、もしくは発生する恐れが非常に高いと判断された時に出され、避難勧告よりも危険が切迫し、避難のため立ち退きさせるためのもの。

○避難命令：避難命令があると思われませんが日本に避難命令の法律はない。

正しい知識を持ち、自分はどこに避難をするのか事前に再確認しておく事も重要ですが、どのタイミングで避難するのも考えておく避難の時に慌てる事がなくなると思います。災害が起きる前に行動し災害から自分自身を守れるといいですね。

（松本・管理者、看護師）



私の18のピリフ 18番「時間厳守」



暑い夏も終わりになり子供達は夏休み明けで学校が始まりリズムがついてくる頃でしょうか。暑くてなかなか進まなかったことも時間を決めてやっていけるといいですね。私達は様々なことを予想して「10分前行動、5分前集合」を意識して行動するようにしています。

気持ちに余裕を持つことで焦ってミスや事故などがないように気を付けています。

（熊澤真・専務）



みちくさの答え：1. ○（※2002年、ブラジルのアマゾンで発見された）2. ×（※質量保存の法則により、化学反応の前後で質量は変わらない）3. ○（※銀行法第6条で、「銀行は、その商号中に銀行という文字を使用しなければならない」と規定されている）4. ○（※ウナギの血液中には、「イクチオトキシン」という毒が含まれている）