隔月誌（2021年5月発行）

株式会社かなえるリンク

かなえるレター

KANAERU LETTER

vol.49
2021



今号の表紙

「二人の日々」

K様が大工職人だった頃、奥様のために作った椅子。
いつも、お二人のそばに置いてあります。

かなえるリンク　検索

訪問看護事業 ／ 介護予防訪問看護事業（訪問リハビリ含む）

かなえるリハビリ訪問看護ステーション	大阪市西区南堀江1-16-15 名城ビル4階 D号室	☎06-6531-3500
かなえるリハビリ訪問看護ステーション住之江	大阪市住之江区粉浜3丁目15-9 コテジャルダン203号室	☎06-4701-8554
かなえるリハビリ訪問看護ステーション西淀川	大阪市西淀川区姫島1-18-12 ロワール三恵1F	☎06-6476-3703
かなえるリハビリ訪問看護ステーション岸和田	岸和田市西之内町9-67 2階	☎072-423-0567
かなえるリハビリ訪問看護ステーション都	京都市中京区西ノ京池ノ内町19-11 御池KSビル202号室	☎075-803-0536
株式会社かなえるリンク	大阪市西区南堀江1-16-15 名城ビル4階 A号室	☎06-6531-3505

株式会社 かなえるリンク
KANAERULINK

— ご利用者とともに —



ご希望の「生活」を支えていきたい

かなえるリハビリ訪問看護ステーション都　看護師　山田

入退院による「ADL」の低下

私が担当しているK様は、心不全・心房細動・脳梗塞・COPD・2型糖尿病など多数の疾患を抱えておられます。疾患による入退院を繰り返すうちに、ADL（日常生活動作）や認知機能が低下して、平成29年4月から訪問看護をご利用いただいています。

週に2回、看護師による全身状態の管理・入浴介助・下肢筋力低下予防の体操や脳トレーニング、嚥下体操などを目的に訪問しています。

奥様につい、「頼ってしまう」

K様は、奥様とお二人で生活をされています。奥様自身も、脳出血による右半身麻痺を患っておられますが、ADLと認知機能の低下が見られるK様の介護を行っておられます。

K様は身の回りのことを奥様につい、頼ってしまわれることがあります。しかし、奥様も疾患を抱えておられますので、これ以上の介助負担が増えると、「一緒に生活したい」という2人のご希望も難しい状況になってしまいます。

そこで、奥様の負担が増えないように、K様の『ADLと認知機能の維持』を目的とした看護を行うことにしました。

自分でできることを「維持」できるように

K様は、臥床して過ごされているため、訪問時には必ず離床を促しました。また、嚥下機能の低下も見られましたので嚥下体操を促しました。しかし、これらの実施はなかなか気が進まない日が続き、私も奥様も「どうしたものか」と苦慮していました。

ある日、「国語はできひんかったけど、算数は100点ばっかりやったわ！」とK様より幼少期のお話を伺い、計算が得意だという情報を得ました。奥様から、「デイサービスでは得意な計算問題をいつも解いているようです」と教えていただき、一般的な嚥下や発声の練習に加えて、得意な計算問題を〝声に出しながら〟解いてもらうようにしました。

計算問題は非常に正解率が高かったため、結果をお伝えすることで、自己効力感を高めてもらうようにしました。自己効力感が高まることで成功に対する執着心が生まれ、困難な状況を打破するための努力ができるようになります。自己効力感を高めた後、別室への誘導を行うようにすることで、スムーズに離床ができるようになりました。



▸2009.08	心原性脳梗塞発症
▸2013.05	胆嚢摘出術実施
▸2014.12	冠動脈内ステント留置
▸2017.04	訪問看護のサービスを開始

「私たちにできること」

「二人きりだと大変ですが、看護師さんがいてくれて安心です」と奥様からお言葉をいただきました。私は、K様の看護を継続し、K様の能力を活かして、ご夫婦2人で暮らし続けられるように寄り添い、今後も生活を支えていきたいと思っています。

（看護師　山田）

リハビリ 豆知識

【薬の飲み方について】



看護師
浅川（あさかわ） 美晴（みはる）

薬の飲み方で充分な効果を発揮できない場合や、思わぬ副作用がでる場合があります。指示に従った飲み方を守ることが大切です。

なぜ、「薬」はコップ一杯の「水」や「ぬるま湯」で飲むの?

内服薬はコップ一杯の水で効果があらわれるように設計されています。効果が発揮するまでの時間も計算されています。薬の成分によっては熱いもので分解されてしまうものもあるので温度にも注意しましょう。

「薬」を飲むタイミング

食直前	食事を始める10分前
食　前	食事の30分前以内
食　後	食事が終わって30分前以内
食　間	前の食事から2～3時間

「薬」を飲み忘れたとき

1日3回服用の場合は、次回服用まで4時間以上、1日2回の場合は5時間以上、1日1回の場合は8時間以上あけましょう。

「水以外の飲み物」で「薬」を服用すると、どうなるの?

牛乳

腸で溶ける薬が胃で溶けてしまい
効果が減弱されたり無くなったりします。

お茶

鉄剤の吸収が悪くなります。

コーヒー

カフェインによる胃酸の分泌促進が薬の吸収に影響したり、胃腸障害の増加、風邪薬などカフェインを含む薬との成分重複による副作用が出ることがあります。

炭酸飲料

薬の吸収に影響すると言われ、制酸剤を含む胃薬では効果が減弱します。

アルコール

精神安定剤や睡眠薬は極端に作用が強まることがあります。また、糖尿病の薬では低血糖を起こしやすくなります。

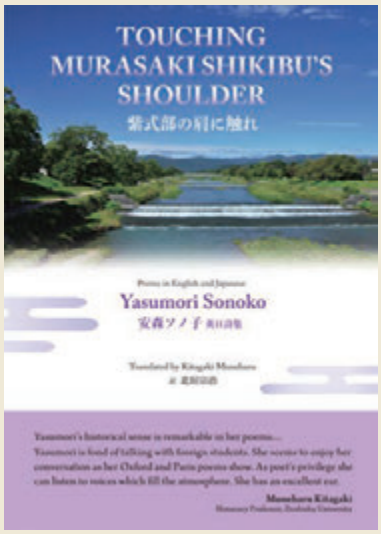
ご利用者「投稿コーナー」



作品 「執筆活動」

20代から執筆活動を続けておられ10冊目の著書です。
「華麗に加齢」を合言葉に、
現在も各地での朗読会やラジオ番組などで
ご活躍されています。

担当: 看護師　宇野



TOUCHING
MURASAKI
SHIKIBU'S SHOULDER
「紫式部の肩に触れ」

京都市
安森様/80代
（女性）

ご利用者からの”投稿募集”

あなたの作品をこの紙面で発表してみませんか?詳細は郵送、FAX、メール、または訪問スタッフまでお問い合わせください。あなたの投稿をお待ちしています。