

訪問リハビリ↑たより

酷暑から一転、北風の冷たさを感じる季節となりました。気候の変化に体調が追い付かない方もいらっしゃるので、訪問時も注意していきたいと思います。寒暖差が激しいと、紅葉もきれいになる、と聞きます。人間には厳しい寒さですが、ふと外を見ると秋らしい色合いを感じることができます。芸術の秋、食欲の秋、運動の秋・・・秋は本来活動するには最適な季節かと思われますので、訪問リハビリでも利用者様のご希望に沿いながら、様々な活動にチャレンジできるよう支援していきたいと思います。

リハの視点

STシリーズ（全3回）
第2弾

「ムセについて②」



食事中の『むせ込み』について

「食事中にむせるから心配だ」という相談をよく受けます。食事中にむせて何となく心配だけど、どうしたらいいか分からず、という方は多いのではないでしょうか。「むせ」ているタイミングに焦点を当てた分析方法について書かせていただきます。このコラムを読んでむせに上手く対応できる食事ケアを実践していただければ幸いです。

【食べている途中にむせる】

疲れてきて、飲み込む力が弱くなり、喉に食物が溜まってきてむせる方が多いです。

ガラガラ湿った音が特徴のむせをされる方が多いです。

食事前に疲れさせないよう配慮する、食事時間が長くならないようにするなど

疲れにくい食事環境を設定してみてください。お茶やお水を飲ませて喉に溜まった食物を流していただくのも効果的です。



言語聴覚士
前島 尚幸

第3弾へつづく

利用者さんとの あゆみ ~リハビリの記録~

No.17 Q 様 「多職種連携での褥瘡（床ずれ）対応」

Q様

男性 疾患名：脊髄梗塞

ご希望「立てるようになりたい、歩けるようになりたい」課題「褥瘡の治癒、予防」

【褥瘡（床ずれ）について少しお勉強】

（褥瘡とは）

・身体に加わった外力は骨と皮膚表層の間の軟部組織の血流を低下、あるいは停止させる。この状況が一定時間持続されると組織は不可逆的な阻血性障害に陥り褥瘡となる。



褥瘡の発生

外力
(圧迫、ズレ、摩擦) × 時間

外力や外力かかる時間を減らす
体圧分散や体位交換が必須
↓
マットレス選定、
ポジショニング

骨が突出している部分にできやすい
お尻の少し上の部分（仙骨）など



ベッドアップすると
ズレ・摩擦が起き
やすくなりリスク大



Q様 【身体機能・日常生活の様子】

- ・下半身対麻痺でベッド上での生活
- ・上半身は麻痺なし
- ・ベッドアップし食事やTV鑑賞（下方へのズレあり）
- ・寝返りはご自身では困難



リハビリでの取り組み

【圧力の測定】
専用の機会で、仙骨部にかかる圧力を測定。
(褥瘡予防には40mmHg以下が基準)
→測定値は68.3mmHg



【クッションの選定】
院内のクッションを持参し評価
→クッション使用時の測定値は34.2mmHg
クッションのレンタルをケアマネージャーへ依頼



【ポジショニングの実施】
ベッドアップ時に、下方にズレ落ちないようポジショニング。

頭の位置が
ベッドの上端
=下方にズレ
ていない

クッションで
ズレ防止&接触
面を増やすし体圧
を分散

医師や看護師は褥瘡の状態や治療状況を、
リハビリはポジショニングなどをMCSで共有しました

