

何かと出会って 新たな発見

暮らしほっとワーク

—バリアフリーへのかけ橋—



痴呆性高齢者とともに過ごす暮らし
～正しい理解とケアに向けて～

<介護特集>

ベッドの導入②

「マットレスの選び方と
ベッド上での動作と介護」

- 福祉用具豆知識
- そこが知りたいQ&A
- 販売・リサイクル
コーナーより
- お知らせコーナー
- こんなのもあるよ
福祉用具



Vol.11
NOVEMBER 2000



国立療養所中部病院 内科部長

お答え／遠藤英俊先生

痴呆性高齢者と ともに過ごす暮らし 正しい理解とケアに向けて

はじめに

高齢社会を迎え痴呆症は増加の一途をたどり、名古屋市においても推定6万人から8万人の痴呆性高齢者が存在すると考えられています。この痴呆症はご本人だけでなく、介護者にも大きな、しかも特別な負担を強いる非常にやっかいな症状です。この病気に立ち向かうために、なごや福祉用具プラザでも相談や支援を最大限に行っていきたいと考えております。最初に痴呆症とは何かということを十分に理解していただくことが重要です。基本的な知識を吸収し、日常の生活や介護にお役立て頂きたいと思っております。特集シリーズの初回は遠藤先生にお話を伺いました。

名古屋市総合リハビリテーションセンター附属病院
医療部長 松原充隆

1. 「痴呆」と一口に言いますが、 どういった症状の病気なのでしょう？

**痴呆症とは後天的な原因で
知能が低下することをいいます。**

簡単に言い換えれば、痴呆とは物忘れがひどくなり、生活に支障がでることをいいます。痴呆症の症状には中核症状である※記憶障害や※見当識障害に加え、精神症状などがあります。精神症状には※せん妄や被害妄想、昼夜逆転などがあります。しかしこれらの症状は時期により強くでたり、なくなったりします。痴呆症は徐々に進行し、ついには寝たきりになってしまいます。

2. 「痴呆」は早めに治療をすると 進行しないというのは本当でしょうか？

**早期診断を行い、早期の治療をする
といいかどうかは結論がでていません。**

しかし日本においても1999年からアルツハイマー病に有効な薬（アリセプトR）も市販されるようになり、一時的に症状を改善したり、痴呆症の進行を緩やかにすることが可能であるという報告ができました。つまり早期に発見し、薬物治療やリハビリテーション（音楽療法や回想法など）により痴呆症の進行を緩徐にしたり、進行を止めることができるのではないかと期待されています。

【言葉の説明】

記憶障害：痴呆では、まず近時記憶（数分から数日）の障害が起こります。火の消し忘れ、物の置き忘れ、電話内容などが伝えられないなどがあります。次に遠隔記憶（職業や家族の名前や人数など）の障害も見られます。さらに痴呆が進むと長期記憶（いつ、どこで、なにをしたかなどのエピソードや単語や数字、概念などの社会全般に通用する知識など）の障害も起こります。

見当識障害：時間や場所、人物に関する認識があやふやになります。今日が何月何日か、何曜日かいったことがわからなくなったり、どこにいるかわからなくなったり、人物を誤認などがあげられます。

せん妄：特に多いのが夜間せん妄です。昼間はウトウトとして静かに過ごされる方も、夜になると昼間の状態とは一転して不穏・興奮状態となります。中には幻

覚を伴い、いないはずの家族がそこにいるなどと言ったりすることもあります。※精神症状としては他に、人格の変化などもあります。物事への関心がなくなり何日も同じ服を着ていたり、何週間も風呂に入らなかつたりという場合もあります。また、気分が変わりやすく些細なことでも怒ったり泣いたりということもあります。病前の性格が極端に強く現れることもあります。



3. どのような症状のきっかけがあったら、医療機関を訪ねるべきでしょうか？

物忘れがひどくなり、たとえば何度も同じことを言うようになったら痴呆症の初期の可能性がります。

今までできたことができなくなったり、道がわからなくなったり迷子になったり、人柄が変わったりしたら受診をお勧めします。医療機関では、面接を行い、神経心理テストや頭部の画像診断により診断を行います。

4. 「痴呆」という病気によって、痴呆性高齢者ご自身、ご家族はどんな困り事があるのでしょうか？

痴呆性高齢者自身も苦しんでいる場合があります。

軽症の場合、`あなたはアルツハイマー病でなならない`と告知された場合、混乱や恐怖のために自殺を考える方もみえます。本人の前で`あなたは呆けている`と話すことはなるべく避けたほうがいいでしょう。また記憶障害や見当識障害のため、不安や混乱、徘徊がでることは容易に想像ができます。昔の記憶がつよく残っていれば、すでに亡くなっている家族をさがしたりすることもあります。

本人の意思にかかわらず、通所介護や通所リハ、短期入所をさせられるのも悲劇かもしれません。少しずつ環境に慣れたり、友人ができれば、サービスの利用もうまくいくこともあるようです。

以上のことから介護側は相手のペースにあわせ、相手の気持ちを考えることが一番重要なことでしょう。

しかし痴呆症の在宅療養では24時間介護が必要な場合があります。言葉によるコミュニケーションがとりにくい、症状によっては気の休まることがない、介護を替わってもらえる人がいないなどが、介護者にとって精神的に大きな負担となります。せん妄などで対応に苦慮すること、時に暴力行為がみられること、徘徊がひどくて困ることなどが主な介護上の課題でしょう。介護者は痴呆症の症状により身体的、精神的負担がかかり、ついには疲弊してしまうこともまれではありません。

5. 「痴呆」のケアでは、どんな点に家族は配慮するとよいのでしょうか？

まず第一に痴呆症は病気であるという理解をします。

何度も同じことを言っても怒らないようにすること、否定をしないこと、いらしないことなどが重要です。また環境をなるべく変えないこと、よい環境を提供することが精神的にもよい影響を与えるでしょう。最後に介護者も心身ともに休みをとるようにすることなどが重要です。

6. はじめに訪れるのに適切な受診先はどこでしょうか？ 介護の相談先も教えてください

受診先としては、神経内科や老年科、精神科のある病院がよいでしょう。

また、愛知県には家族会もあります。

**呆け老人をかかえる家族の会
愛知県支部**

代表者／尾之内直美

連絡先／〒477-0034

東海市養父町北堀畑58-1

相 談／毎週火曜日・木曜日

10：00～16：00

電 話／0562-31-1911

*病院についてのお問い合わせは、なごや福祉用具プラザへもお気軽にご相談ください。

マットレスの選び方とベッド上での動作と介助

ベッドは寝るための道具であると同時に、起き上がるための道具でもあります。ベッドを導入するときには、寝心地とベッドから起き上がる方法を合わせて考えます。

マットレス

人は人生の3分の1を睡眠で過ごします。ベッド上で快適に眠るためにはマットレスの選択が大切です。

標準マットレス

通気性、耐久性が高い化繊のマットレスが多いです。やや硬めでベッド上で動いても安定性に優れています。

豆知識

マットレスが硬いということで、その上に布団を敷くことがあります。しかし、ベッド上の背上げをすると布団が滑り落ちてしまいます。本来マットレスは布団の役目をするものです。マットレスを選ぶときには、硬さの程度など個人の好みにあったものを慎重に選んで下さい。

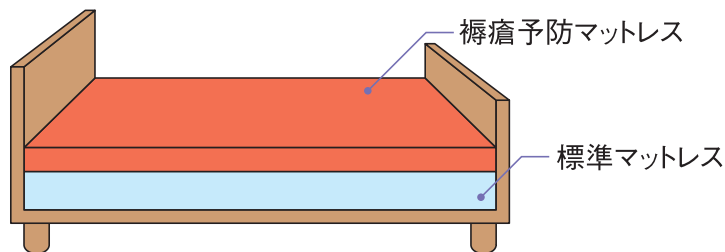
褥瘡(床ずれ)予防マットレス

寝返りが自由にできない方は、褥瘡を誘発する恐れがあります。褥瘡予防マットレスは種々あり、やわらかさが異なります。ある程度動くことのできる方がやわらかすぎるマットを選ぶと、ベッド上で動きにくくなりますので注意が必要です。

●使用方法による分類

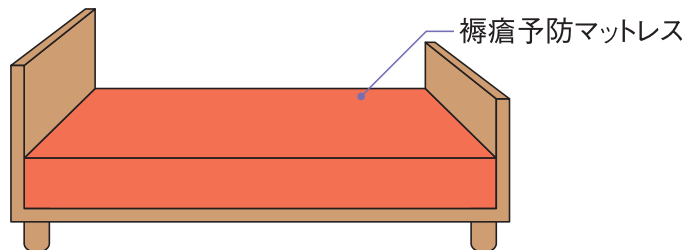
上敷タイプ (オーバーレイ)

標準マットレスの上に置いて使用します。エアーマット・薄いウレタンマット・ゲルマットに多いです。



置換タイプ (リプレースメント)

ベッド枠に直接置いて使用します。ウォーターマット・厚いウレタンマットに多いです。



豆知識

褥瘡予防マットレスにシーツを使用する場合には、通気性、伸縮性に優れたものにします。防水シーツやバスタオルなどを何枚も重ねて使用すると体圧分散の効果が伝わりにくくなりますので注意して下さい。

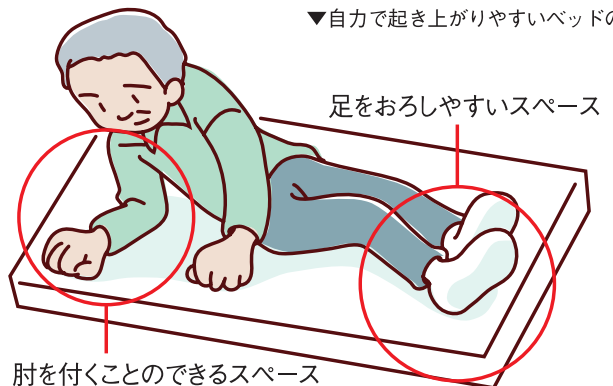
●素材による分類

空気	エアーマットレスと呼ばれ、空気の入ったセル(袋)と送風装置からなります。セルが膨張と収縮を繰り返したりすることで体圧を分散します。
水	ウォーターマットレスと呼ばれ、カバーの中に水が入っています。水に浮くような状態で体圧を分散します。
ウレタン	ウレタンフォームが身体に沿って変形することで接触面積を増やし体圧を分散します。
ゲル	コンニャク様の素材がカバーの中に入っています。厚みが薄いので局所的に用いることも可能です。

マットレスの幅

マットレスの幅は83cm~100cmの範囲のものが多いです。ベッド上での介護を中心に考える場合は、介護者の手が届きやすい幅のベッドにします。ベッド上でのご本人の動作を中心に考える場合は、動きやすい幅のベッドにします。

▼自力で起き上がりやすいベッドの幅



寝返り動作

ベッド上での寝返り動作は、障害により変わります。片手片足障害の方は、麻痺した手足が寝返るときの重みにならないように、麻痺の無い手で持ったり、足ですくったりします。両足障害の方は、両手を振って反動を利用して寝返ったりします。

安楽に寝返るためには、頭を浮かして寝返る側を向きながら、背中がまるくなるようするのがポイントです。



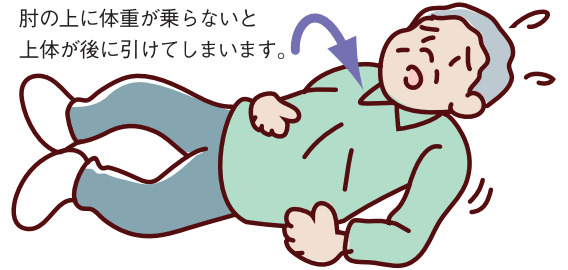
起き上がり動作

寝返る要領で横を向きながら、肘を付いて起き上がります。リウマチで両手の不自由な方は、両足を上げて振り下ろす反動で起き上がったりますが、首を痛めやすいので早めに電動ベッドを使用した方が良いです。



肘にしっかり体重が乗ることが大切です。

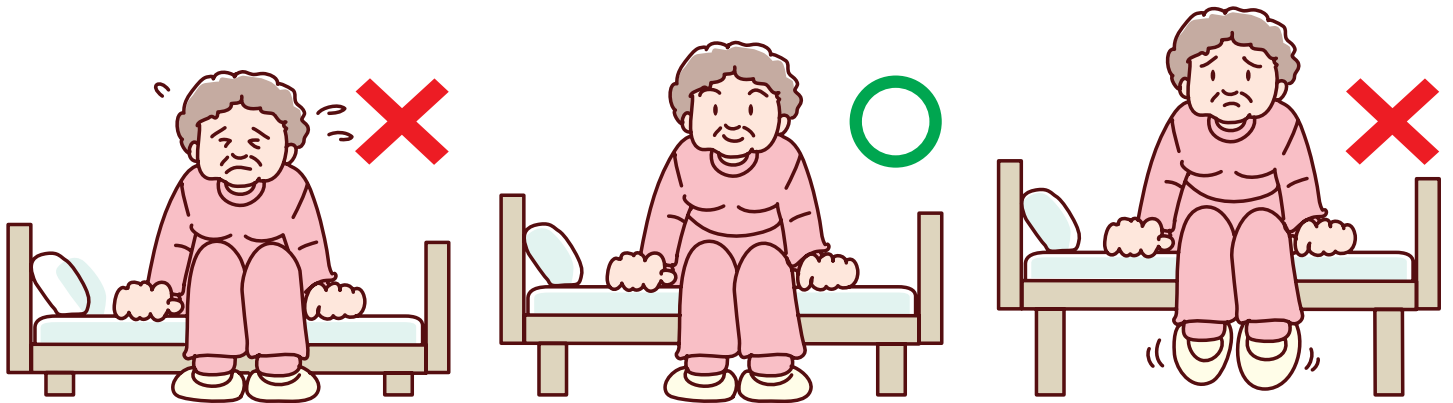
肘の上に体重が乗らないと上体が後に引けてしまいます。



ベッドの高さ

腰掛けやすいベッドの高さ

ベッドの端に座ったときに足が床に着いて上体をやや前屈できるくらいの高さが適当です。足が付かない高さのベッドは、座った姿勢が安定しません。

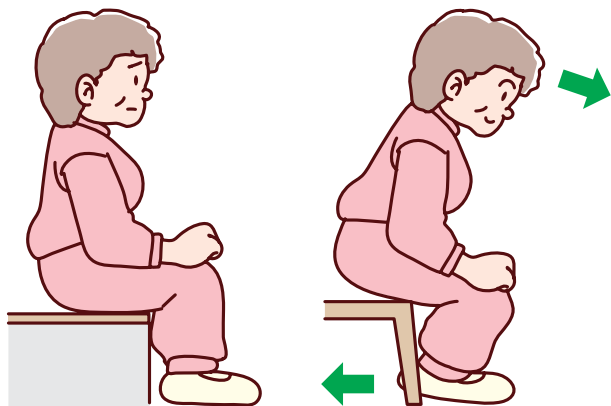


豆知識

エアーマットを使用した状態でベッドの端に座ると姿勢が不安定になります。エアーマットの使用は夜間のみにして、日中はエアーマットの空気を抜いてベッドから離れるなど、寝たきりの生活にならないように注意します。

立ち上がりやすいベッドの高さ

腰掛けやすいベッドの高さから、お尻を少し前へずらして、ややベッドを上げた高さが適当です。低すぎる高さのベッドは、立ち上がり動作がたいへんです。



足を後に引けなかったり身体を前に倒せないと立ち上がりにくいです。

足を後に引いて身体を前に倒すと立ち上がりやすくなります。

介助しやすいベッドの高さ

介護する方にとって、ベッドの高さ調節機能は大切です。介護しやすい高さにすることで腰にかかる負担を軽減することができます。



高さの低いベッドは腰に負担がかかります。



豆知識

立ち上がりの介助で身体を上を持ち上げるのみ努力してもうまく立ち上がることができません。身体を前に傾けることで足に体重が乗るように介助するとお尻が上がりやすくなります。



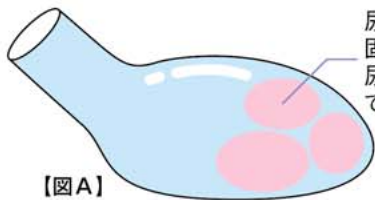
福祉用具 豆知識



排泄② ～汚物の処理方法について～

しびんやポータブルトイレの汚物の捨て方にお困りになっていませんか？

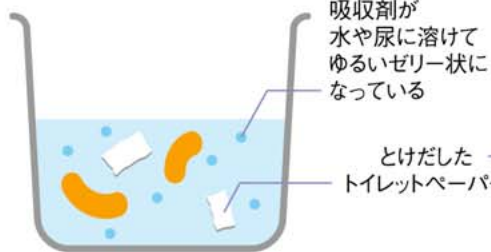
「夜間使用し、朝まとめて捨てたいが、臭いが気になる」「こぼしそうで心配」「用を足すときのはね返りが嫌だ」などの問題に悩まされてはいませんか？ 排泄用具によって、様々な対応の仕方があります。



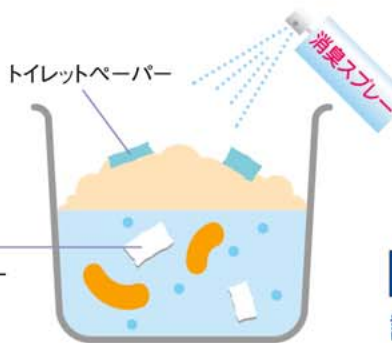
尿の回数分、固いゼリー状の尿の固まりができます。

①尿を吸水シートなどで硬めに固めるタイプは、固めた尿を新聞紙などにくるみ、「生ゴミ」として出せます。片まひの方でも、排泄した尿をこぼさずに使えます。(図A)

②事前に水を張ったバケツの中へ、防臭効果のある粉末状の吸水材を入れ、水をゆるいゼリー状にしておくと、はね返りも少なく、トイレに捨てるときもきれいに流せます。(図B)



吸収剤が水や尿に溶けてゆるいゼリー状になっている



トイレトペーパー

消臭スプレー

とけだしたトイレトペーパー

③泡状の防臭剤は、水面を泡でおおい、臭気を包み込むだけでなく、はね返りも少なくて済みます。(図C)

④防臭効果のみを期待する場合は、事前に水を張ったバケツの中へ、液体や錠剤の防臭剤を入れておく方法もあります。

※汚物は半日くらいでお捨てください※

詳しくはプラザまでご相談ください。



シリーズ **そこが知りたいQ&A** ?

介護保険制度を利用して「住宅改修」ができます。

～在宅サービス「住宅改修費の支給」について～

Q どんな改修ができますか？

A ・手すりの取付
・床段差の解消（敷居除去、スロープ設置、床のかさ上げ等）
・床材の変更（畳からフローリングへ変更、滑りにくい材質のものへ変更等）
・扉の取替（扉全体の取替の他、ドアノブ変更、開きの左右の変更、戸車取付等）
・和式から洋式便器等への便器の取替（暖房便座・洗浄機能付加も含まれます）
・上記工事に付帯して必要な工事対象となります。

*新築や増築工事は保険給付の対象外です。

Q 工事をする業者に指定はありますか？

A 指定業者はありません。また、材料を購入してご家族が行う改修も対象となります。

Q 改修の内容や手続きについて、どこに相談したらいいのですか？

A 担当のケアマネージャーに相談して、どういった工事を行うかを決めてください。ケアマネージャーがいない方（住宅改修以外の介護保険サービスを利用する予定のない方）は、プラザにご相談ください。

Q 手続きには様々な書類が必要だと聞きましたが、何を準備したらいいのですか？

A 必要な書類等は以下のものです。
・「住宅改修費申請書」区役所介護福祉課にあります。
・「住宅改修状況等確認書」ケアマネージャーが記入する書類です。
*ケアマネージャーがいない方はプラザが記入します。
・「領収書」施工業者の場合も、あるいはホームセンター等販売店の場合も、必ず被保険

者名でもらってください。

- ・「改修前後の写真」撮影日が入っていること。
- ・「工事費内訳書」「工事図面」施工業者が書いた図面、あるいはご家族が書いたフリーハンドの図面、どちらも認められます。
- ・賃貸住宅の場合は、「所有者の承諾書」も必要です。

*これらの書類を揃えて、工事が終了後に申請します。

Q 支給限度額が20万円と聞きました。これは、一度に使い切らないといけませんか？

A 20万円以内の工事に関しては、かかった費用の1割が自己負担となります。全額一度に使わずに、必要に応じて工事を重ねていくことができます。

イベントレポート

コミュニケーション機器展2000

10月27日～29日の3日間、特別展“コミュニケーション機器展2000”を開催しました。障害を持つ方、高齢者に向けた各種コミュニケーション機器の展示・体験相談・講演会・ワークショップ・講習会を行ないました。一同に200点もの機器を展示し、いろいろな機器を実際に触って体験していただきました。

講演会では「小さなスイッチからの社会参加とその実用例」というタイトルで徳島大学大学院の井手氏にお話していただきました。また、講習会「操作スイッチ適合の考え方と製作・適合実習」では、スイッチを参加者自身が製作実習を行ない、ワークショップ「障害を持つ人々の可能性を広げるために」では、機器の導入方法を学んだり、特殊スイッチを利用してお菓子作りをしたりなど、大変有意義なイベントを開催することができました。障害を持つ人、支援をする人など2000名を超える



方々に参加していただき、生活を広げるコミュニケーション機器に、理解や興味が深まったものだと思います。

来年も、さらに内容を充実し開催したいと思います。また、福祉用具プラザでは、さまざまな用具に関するイベントや講習会を開催しますので、皆さん、ぜひ福祉用具プラザまでお出かけください。



『車いすステッカー』を販売しています!

- ①ステッカー (小) 大きさ/9.5cm×9.5cm
色/青地に白抜き 価格/1枚250円 (税込)
- ②ステッカー (大) 大きさ/11.5cm×12.5cm
色/青地 価格/1枚300円 (税込)
- ③マグネット付きステッカー 大きさ/直径11cm
色/青地に白抜き 価格/1枚600円 (税込)

【入手方法】

- 1. なごや福祉用具プラザのリサイクルコーナーで販売しています。
- 2. 郵便振替でも受け付けています。(この場合は送料が必要です。ご希望の方はお手数ですが、右記までご連絡ください)

【注意】 この車いすシールを利用して路上駐車はできません。道路では駐車禁止除外の標章が必要ですので、最寄りの警察署交通課へお問い合わせください。



▲ ステッカー (小)

自立生活情報センターでは、「福祉用具のリサイクル相談」「福祉用具の販売、レンタル・販売の斡旋」の他に「車いすで行く旅行」や「車いすで利用できる名古屋市内の飲食店」などの情報提供を行っています。ぜひ、ご利用ください。

AJU自立生活情報センター リサイクル相談事業部

昭和区御器所通3-12-1 ステーションビル3F
なごや福祉用具プラザ内

TEL052-851-0059 FAX052-851-0159

E-mail aju-inc@pop21.odn.ne.jp



こんなのもあるよ福祉用具

「らくらくマウス」 USB用¥26,800 DOS/V用¥22,800

マウスはパソコンのキーボード操作の負担を軽減する大きな役目を持っています。しかし手の不自由な人にとって、マウスの移動やダブルクリック、ドラッグといった細かい操作は難しく、パソコンを使いにくいものになってしまう場合があります。そこで、マウス操作が楽に行えるように考えられた用具があります。

【工夫】

- ①ジョイスティックでカーソル移動ができます (スピード調整可能)。
 - ②ボタンを1回押す操作でドラッグ状態を作れます。
 - ③ボタンを1回押す操作でダブルクリックができます。
 - ④ボタンを大きくして押しやすくなっています。
- ※標準品の他、使う方に合わせてボタンの大きさや、取り付ける位置を変更するなどのオーダーメイドも可能です。(部品内容により、別途料金が必要な場合があります。)

各部の働き



お知らせ コーナー

介護保険住宅改修訪問 相談事業のお知らせ

なごや福祉用具プラザでは、専門の職員や一級建築士が相談者のご自宅へ訪問して、住宅改修に関するご相談に応じます。

●対象となる方

介護保険による要介護認定が「要支援」～「要介護5」の方で、在宅サービスを選択されている方。

●申し込み方法

- ①担当のケアマネージャーがいる方は、ケアマネージャーからお申し込みください。
- ②ケアマネージャーがいない方は、直接、なごや福祉用具プラザへご連絡をください。

●その他

介護保険対象工事以外の住宅改造についてもご相談をお受けいたします。お気軽にお問い合わせください。

特別講座 「福祉用具の製作・改造講座」のお知らせ ～自助具・被服・パソコンボランティア講座～

なごや福祉用具プラザでは、現在、自助具ボランティア、被服ボランティア、パソコンボランティアの3つのボランティアグループが活動をしています。これからボランティア活動を始めたい方や、興味がある方を対象に、下記の講座を開催いたしますので、たくさんの方のご応募をお待ちしております。

「全体講座」

平成13年1月20日(土)

障害を持つ方の生活に対する理解を深めていただき、どういった方にどのような用具が適しているのかを学んでいただくものです。

「個別ワーキング」

製作・改造の実習や相談援助の方法、また導入支援のあり方について学んでいただくものです。

自助具ボランティア講座 平成13年1月27日(土)

被服ボランティア講座 平成13年2月3日(土)

パソコンボランティア講座 平成13年2月4日(日)

なごや福祉用具プラザ情報会員募集！

なごや福祉用具プラザで行なう介護実習講座、各種講座、イベントなどのお知らせを電子メールやFAXなどで直接案内を無料でお届けします。
お申し込みになりたい方は、福祉用具プラザまでご連絡ください。



社会福祉法人 名古屋市総合リハビリテーション事業団

なごや福祉用具プラザ

〒466-0015 名古屋市昭和区御器所通3丁目12-1
御器所ステーションビル3F

TEL (052) 851-0051

FAX (052) 851-0056

電子メール nrc4@japan-net.ne.jp

ホームページ <http://www.japan-net.ne.jp/~nrc/plaza/>

●営業時間/AM10:00～PM6:00

●営業日/火曜日～日曜日

●休業日/月曜日・祝日・年末年始(月曜日が、祝日にあたる日は翌日も休みになります)



この広報誌は再生紙
(古紙配合率100%)を
使用しています

暮らしほっとワーク第11号

発行日/平成12年11月15日

編集・発行/なごや福祉用具プラザ

