

東京都指定 2 次救急医療機関
(財) 日本医療機能評価機構 認定病院
人間ドック・健診施設機能評価認定
日本消化器内視鏡学会 指導施設認定
日本外科学会外科専門医制度関連施設

2017.3 311号



Suzuki Health Tomorrow

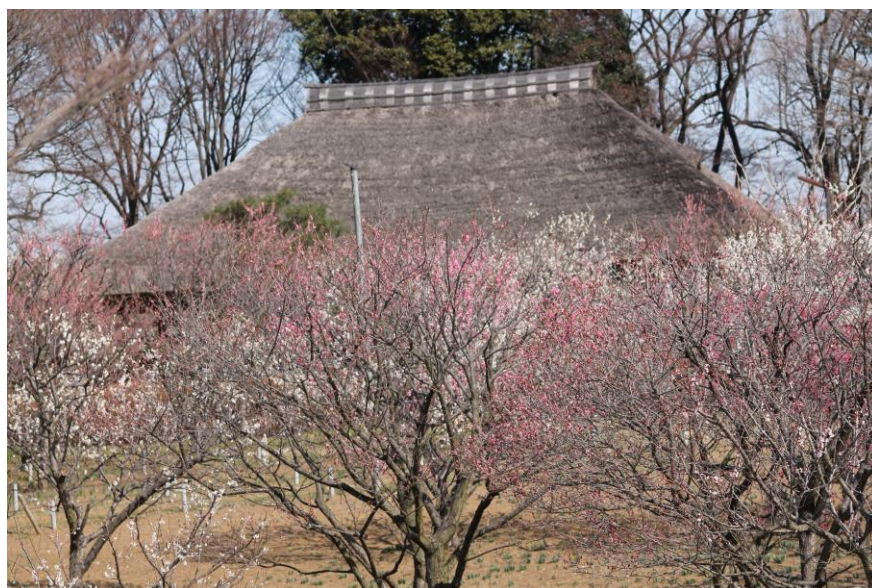


医療法人

浩生会スズキ病院

〒176-0006 東京都練馬区栄町 7-1 TEL 03-3557-2001

<http://www.suzuki-hospi.or.jp>



古河総合公園

多職種協働により褥瘡が良好になった一例

褥瘡委員会

はじめに

褥瘡管理は、「褥瘡ケア」、「リハビリ」、「栄養」の3つの要素が1つでも欠けると治癒遅延の原因となる。今回、多職種が関わり、この3つの要素に加えマットレスの検討も行い褥瘡が良好になった一例を経験したので報告する。

以下は日本褥瘡学会による褥瘡予防・管理ガイドライン¹⁾である。栄養状態の改善、マットレスの検討、多職種で構成する褥瘡対策チームの設置が高い推奨度となっている。

- 蛋白質・エネルギー低栄養状態（PEM）の患者に対して、疾患を考慮したうえで、高エネルギー、高蛋白質のサプリメントによる補給を行うことが勧められる。推奨度 B
- 褥瘡発生率を低下させるために体圧分散マットレスを使用するよう強く勧められる。推奨度 A
- D3～D5 褥瘡または複数部位の褥瘡の治癒促進には、空気流動型ベッドまたはローエアロスベッドを使用するよう強く勧められる。推奨度 A
- 多職種で構成する褥瘡対策チームを設置することが勧められる。推奨度 B

I. 症例

89歳 女性

4月18日、交通事故により他院へ救急搬送され鎖骨骨折と診断を受ける。帰宅後、足腰の痛みを訴え日常生活動作（ADL）低下。自宅でのベッド上生活が長くなり仙骨部に褥瘡形成みられ、ヘルパー付添いのもと近医受診し4月27日、当院紹介入院となる。

II. 経過

入院時、当院では「ベッドマットレスの選択フローチャート」により患者に合ったマットレスを選択している。この患者は、入院時は「自分で寝返り可能」→「ADL B-2」であったが浮腫と褥瘡があったため高機能エアーマットが適応となった。しかし、ポータブルトイレ部介助で移動ができ、高機能エアーマットでは移動が不自由になる為、普通マットレスで対応することにした。褥瘡ケアは、ハイドロコロイドドレッシングを貼布したが浸出液が多量に見られ、4月28日より洗浄、ワセリン、メロリン処置に変更する。食事は全粥減塩食を開始し9割摂取している。

5月5日朝、トイレで意識消失。貧血があり4日間、輸血を行う。5月6日、恥坐骨骨折が発見されたことや重度の貧血のためベッド上安静となり、5月9日高機能エアーマットへ変更した。意識消失後、食事は禁食となっていたが、5月13日嚥下食で食事開始し5月16日よりミキサートロミ食 主食 1/2 量に変更し10割摂取している。5月19日、創部に黒色痂皮があり褥瘡回診にてデブリードマンを行う。

6月1日よりリハビリ介入し端坐位訓練より開始し、全身状態を見ながら6月3日より立位訓練、車椅子坐位開始する。6月6日から歩行器歩行を開始する。6月13日、ADL UPに伴い高機能エアーマットから除圧マットに変更したが、転倒転落防止の為、身体抑制が必要となり褥瘡の悪化がみられ、6月16日高機能エアーマットへ戻す。同時期に、食事は摂取量が1~2割と低下したため補助食品2品のみへ変更し栄養補給量が低下しないようにする。抑制解除のため、日中は車椅子で過ごすようにする。6月17日より食欲も回復し本人より空腹の訴えもあり、全粥きざみとろみ全体量1/2量プラス補助食品1品に変更し全量摂取している。

さらなるADL向上、介助量軽減を目的に6月23日からは手引き歩行を開始し、病棟3往復程度の連続歩行が可能となる。

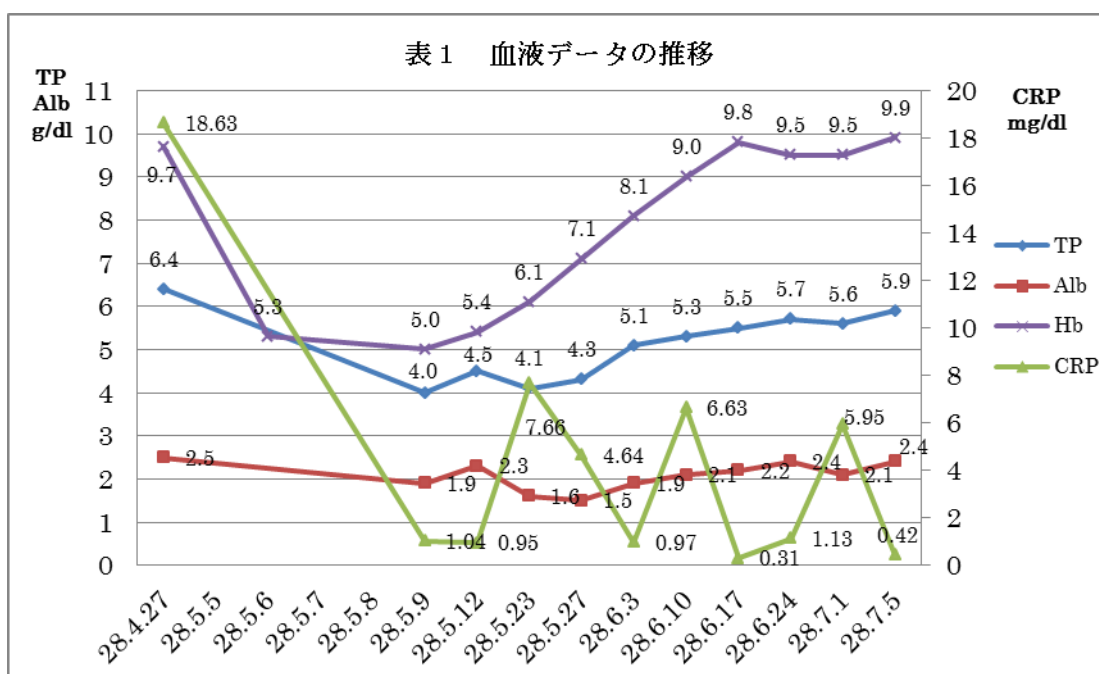


表1は血液データの推移を示したものである。

TP4.0から5.9、Alb1.5から2.4まで改善している。輸血の後、5月13日~6月6日点滴よりフェジン2Aが投与されている。Hbは5.0から9.9まで改善している。図1は入院時からの褥瘡の経過写真である。入院から23日後デブリードマンを行った。36日後、黄色い壊死組織があるが良性肉芽も出来てくる。ポケットがある。51日後、壊死組織がなくなり良性肉芽のみとなるが、ポケットは残っている。58日後、ポケットは小さくなり始める。



図 1 褥瘡の経過写真

III. 結果

褥瘡は、褥瘡経過評価指標で肉芽組織、大きさ、ポケットともに小さくなり合計点数は42点から31点と改善。血液データも改善した。日常生活はベッド上生活から車椅子で日中を過ごし手引き歩行が可能となり、食事は栄養充足率33%から114%と改善した。

IV. 考察

この症例は7月7日、容体が急変し不幸な転帰となったが、褥瘡が良好になったのは、マットレスの検討と適切な褥瘡ケア、リハビリの開始による寝たきり防止と筋力強化、食事摂取量増加による栄養状態改善が要因と考える。

V. 結論

褥瘡を改善するには「褥瘡ケア」「リハビリ」「栄養」「マットレスの選択」など多職種介入が必要不可欠である。

引用文献

- 1) 褥瘡予防・管理ガイドライン（第4版）

アロマセラピーのある暮らし

薬剤科 大谷 千菊

みなさん、香りによって気持ちが変わった経験はありませんか？

例えば、ラベンダーの香りで心が落ち着く、グレープフルーツの香りをかぐと気分がリフレッシュするなど、香りには心身をリラックスさせたり、自己治癒力を高める効果があります。

近年では、心地よい香りで心を癒すアロマセラピーが、人気のリラクゼーション法となっています。

アロマセラピーとは、植物が生み出す香りの成分(精油)を用いて、心身を美しく健康にする自然療法です。

そして一部では、認知症の予防・改善にも効果があるのではないかとされています。



では、この香りは私たちの身体にどのようなメカニズムで作用をしているのでしょうか？アロマセラピーが人間の心と身体に作用する経路は大きく二つあるとされています。

①嗅覚を通じて脳に作用する経路と②皮膚や呼吸器を通じて全身に作用する経路に分類されます。

① 嗅覚を通じて脳に作用する経路

私たちの持つ感覚(五感)の中で、嗅覚だけが他の感覚と違って、食欲などの本能を司る大脳辺縁系に直接伝わります。すなわち香りは、鼻から大脳辺縁系を経て、自律神経系を司る視床下部に伝わり、内分泌、免疫などを調節する働きや心に影響を与えます。

② 皮膚や呼吸器を通じて全身に作用する経路

精油成分が、皮膚表面から血管やリンパ管に、または気道の粘膜や肺胞から血管に入り、体内を循環し全身に伝わり身体の各症状に効果を現します。



次に、この精油について簡単に述べます。精油とは、花・葉・根・果皮・樹皮・種子・樹脂などから抽出した天然の素材で、植物の数だけその種類が存在します。

ここではよく耳にする植物からとれる精油を2種類ご紹介します。

○ラベンダー



鎮静・鎮痛作用があり、ストレスで緊張した心と身体をリラックスさせます。また、殺菌・抗菌・抗ウィルス作用などがあります。手作りコスメにもおすすめです。

○オレンジ・スイート



神経の緊張を緩めてリラックスさせ、ストレスによるイライラの解消や明るく前向きな気持ちに導く作用があります。また、質の高い睡眠に役立ちます。

アロマセラピーの楽しみ方には、芳香浴法・沐浴法・蒸気吸入法・湿布法・トリートメント法・ハウスクーピングなど様々な利用法があります。

今回は、簡単にできる重曹を使ったサシュ（匂い袋）を紹介します。

<材料・道具>

重曹	50g
精油	10滴
お茶パック	2枚
布袋	
リボン	
紙コップ	
かくはん棒	

<作り方>

- ① 紙コップに重曹を入れます。
- ② ①に精油を入れ、かくはん棒でよく混ぜます。
- ③ お茶パックに入れ、更にパックをもう1枚重ねます。
- ④ 布袋に入れ、リボンを結びます。

<注意点>

精油を使用する人の健康状態や体質、感受性などに注意を払うことが必要です。

たとえば、妊婦や子供に対して、またアレルギーや肌の弱い人に使用する場合は、様子を見て使用してください。

植物の香りは、私たちの心と身体にやさしく働きかけてくれます。

ぜひ一度、アロマセラピーを生活に取り入れてみませんか？

チョコバナナマフィン

材料（マフィンカップ4個分）

無塩バター 50g

砂糖 50g

塩 ひとつまみ

はちみつ 15g

卵 1個

★小麦粉 100g

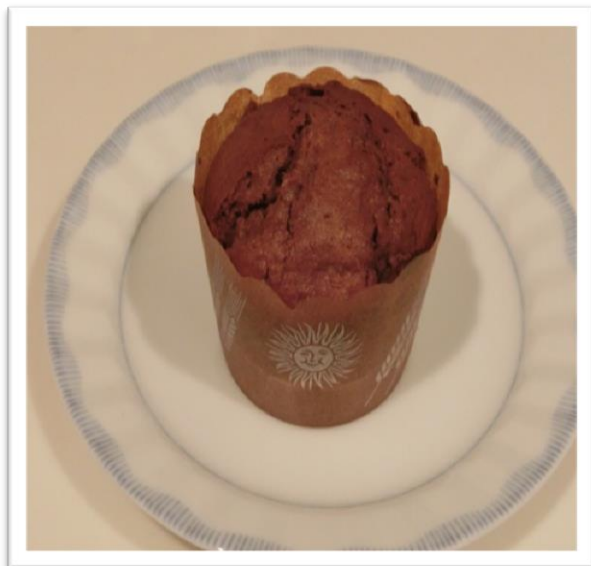
★ベーキングパウダー 小さじ1

★ココアパウダー 10g

牛乳 50cc

チョコチップ 30g

バナナ 1本



作り方

- ① ★の粉類は合わせて振るっておく。バナナは縦4等分にし1cm位のサイコロに切る。オーブンは180℃20分に予熱しておく。
- ② 常温に戻したバターを泡だて器でほぐし砂糖を入れ白っぽくなるまで混ぜる。そこに、はちみつ、塩を加え混ぜる。溶き卵を少しずつ加え混ぜる。
- ③ 振るった粉類の半量と牛乳半量を①に加え混ぜ、残りの粉類と牛乳を加え混ぜる。注意：混ぜすぎないこと
- ④ チョコチップを③に合わせ、マフィンカップの1/3程入れ、カットしたバナナを入れる。
- ⑤ ③に残りの生地を7~8分目位まで入れる。予熱したオーブンで焼く。



「台湾旅行」

事務部 野村

私は今月、友人と2人で台湾へ旅行に行って来ました。目的としては、1年に一度行われる台湾のお祭り「スカイランタンフェスティバル」を見に行くことと、「千と千尋の神隠し」のモデルとなった町といわれている“九份(ジョウフェン)”へ行くことが目的でした。



年に一度行われるスカイランタンフェスティバルは、台湾の旧正月の日に行われ、大きなランタンに願いを書き空に飛ばす行事です。ディズニー映画「塔の上

のラプンツェル」のワンシーンのモデルにもなっているといわれています。今年は、旧正月が土曜日だったこともあり見に行くことが出来ました。お祭りでは願いが書かれた100個以上のランタンが一斉に夜空に放たれます。輝くランタンが一斉に空に昇る姿はとても幻想的で、私自身はランタンを飛ばしませんでした。間近でみるのができ本当にディズニー映画のワンシーンの中にいるような気持ちになり、とても感動しました。

もう一つの目的だった九份は台北から車で約1時間30分のところにあります。商店街のように両側にたくさんのお店があり、そこで食べ歩きをしたりお土産を買っていたりしている人がたくさんいました。商店街をしばらく進むと、少ししてから「千と千尋の神隠し」のモデルと言われている茶藝(芸)館がありました。オススメの時間帯は夕方の、提灯に灯かりがともる頃といわれています。私はお昼くらいに行きましたが、レトロな雰囲気もまた魅力的でした。

台湾へは、日本から約4時間で行け、海外旅行でも人気の旅行先です。台湾の人たちもとても親切で、台北に着いてすぐ迷っている私たちに声をかけてくれ、案内までしてくれるほどやさしい人たちばかりでした。日本語を話せる人もたくさんいるので初めて海外に行く人も安心だと思います。

私がお話した場所もオススメです。他にも台湾には人気の観光スポットやおいしい食べ物がたくさんあるので、皆さんもぜひ一度台湾に行ってみてください。

診療科目・診療担当者表

平成 29 年 2 月 1 日 改訂

		月	火	水	木	金	土
午前	内科	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)
	糖尿病内科	澗潟					
	消化器外科・外科	病院長	病院長	病院長	病院長	病院長	病院長
				平野			新井田
	循環器内科	佐藤(直)☆		鈴木(臣)☆	福田☆		矢部
	呼吸器内科			加藤☆			加藤☆
	整形外科		坂本				
	訪問診療	鈴木(小)	古川	町田	鈴木(小)		
リハビリ	植田	植田・我妻		植田	植田・我妻	植田	
午後	内科	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)
	消化器外科・外科		平野				平野
	整形外科(2:30~)		坂本			林	坂本
	呼吸器内科	加藤☆			神尾		第2週休診 Pm2:00 ~
	泌尿器科	豊永					
	訪問診療	鈴木(小)	古川	町田	鈴木(小)	鈴木(小)	安田
	リハビリ	植田・我妻	植田・我妻	我妻	植田	植田・我妻	植田

※ 診療日:月~土曜日 休診日:日祝祭日。(急患の方は、24 時間受付しております。)

※ 診療受付時間 : 8 : 30~11 : 30、13 : 00~16 : 30

※ ☆:予約制です。

