

あつとほ〜む☆たいほす

ヒロ薬品はお薬・介護・リハビリ・生活のご相談を総合的にサポートさせて頂いています！

2024年10月号 VOL. 226

ケアマネのお仕事-10



M様 89歳 女性 要介護5

認知症が進行しながらも希望通り最後まで
住み慣れた自宅で過ごし続ける事ができたケース



その②

M様の認知症が進行し行方が分からなくなると、警察に連絡しパトカーで保護される事も増えました。警察官を怖がりなかなか自宅へ戻れず、やっと戻っても「自分の家ではない」と仰るようになり声のかけ方なども工夫したのですが、スムーズに入って頂けず苦慮する事が多くなりました。何か良い方法がないかと考えたところ『おしゃべりする小さな子どもの人形』を利用したらどうかと思いつきました。認知症の方は症状が進行しても、昔の記憶や培った性格は保たれている事が多く、M様は若い頃から、近所の子供の世話好きで有名であったためM様が自宅に入ろうとしない時に、人形を見せて『この子がお腹を空かせて何か食べさせてほしいと言ってますよ』と声をかけて人形を渡すと、穏やかな表情になり、頭をなでながら人形を連れて自宅に入る事ができました。人形を自分の子どものようにとても可愛がるようになり、食事を食べさせたり、おむつを替える世話をするようになりました。子どもが心配なためか外出する事は少なくなり、時々外出して家に入らない時には『お子さんが中で待ってますよ』と伝えると、自ら家に入ることができるようになりました。



認知症が進行すると施設入所を検討するご家族が多いかと思います。ましてや一人暮らしなど不可能！だと思いがちです。長女様は遠方においてお母様宅に来ることは数か月に1度ではありましたが、とてもお母様の事を心配されておられ、今後についても懸念されておりました。『一人暮らしを続けさせることに不安ですが、認知症が発症する前に、母は施設には入りたくない、住み慣れた家で過ごし続けたいと言っていたので、できるのであれば自宅で過ごさせ続けてあげたい』とのお話がありました。

在宅ケアマネージャーは『自宅で住み続けたい』という希望をかなえるために、様々な医療・介護サービスや近隣の方々の協力を得ながらサポートする事が大きな役割です。M様の症状が進行して動けなくなるに伴い、訪問診療やヘルパーに続き、訪問看護、訪問薬剤師、福祉用具などのサービスを追加し、在宅生活を継続しました。最後は、可愛がっていた子どもの人形を横に置いて、穏やかに天国へ召されて行きました。長女様からは『母親が望む通り、最後まで自宅で過ごす事ができて良かったです。大変お世話になりました』との貴重なお言葉をいただいたことが強く記憶に残っています。



おしゃべり人形
「たっくん」

【事例提供】 ヒロ薬局介護サービス：主任介護支援専門員 M・M

M様のご支援に関わらせて頂き多くの貴重な学びを得ました。

私たちケアマネージャーは、利用者様が住み慣れた地域で最後まで暮らして頂くために、医療や介護、自治体のフォーマルサービス、近所の方々の支援などのインフォーマルサービスを活用して精一杯サポートすることが役割です。在宅生活を継続するために不安なことがありましたら遠慮なくご相談ください。



ことわざ物語-10

有限会社ヒロ薬品 顧問 古谷良子

『一葉落ちて天下の秋を知る』

★ 一枚の葉が落ちる事で秋の訪れを感じ取ることから、小さなサインや変化が全体の傾向や未来を示唆していること★

「秋のことわざ」を調べていて出会った中国の哲学書の一説にうたわれていることわざです。いつも思うのですが賢い先人達はよくこの様な意味深い言葉を生み出したものですね。さて、少しの変化に気づく事は勿論、そのことから先々の事を想定するという力量は経営者にとって必要な能力だと思います。私は第一線を退き久しくなりますが、いまだに周囲の変化や人の表情に「あれ？」と何かを感じる癖は残っているようです。

分かりやすい例えとして・・・家族や会社の同僚、友人がいつもと違う表情だった時に『何か悩んでいるのかな？』と察することが出来れば、早いうちに相談に乗って不安を解消してあげるなど手を打つことができます。この時に相手の『何でもありません』という一言を鵜呑みにすると後悔することになり兼ねません。いつもやる気のある人が仕事でミスが重なったり元気がない返事が生じたときには要注意なのです。何がそうさせているのか確認し、何が必要なかを判断し、良かれと思う対策を講じる。これが「一葉落ちて天下の秋を知る」ことなのです。また、体調の変化を見逃さないことも大事ですね。元気な人は今までにない少しの違和感を『気のせい』として受診や検査を後回しにすることありますが、小さな変化の裏側に早期の治療が不可欠な病気が潜んでいるかも知れません。一枚の落ち葉を見た際に、間もなくやってくる冬に備えられる人、逆に大雪が降ってから慌てる人がいる様に、自身の身体の調子を気遣う感性はとても大事だと思います。しかし感性や気づきというのは教えて教えられるものでもないので説明に苦慮いたします。気が利く人・気が利かない人（気づける人・気づけない人）のどちらの仕事量が多いかということ、私の経験上、圧倒的に『気の利く人』に軍配が上がります。



気づき



仕事が出来る人にはどんどん重要な仕事を任せられます。それは物事に対し関心の深さを身につけていて、責任が何かを知っている人だからだと思います。何事にも全て意味があって、その意味合いを理解して日常を上手く収められると安心この上ないと思います。『備えあれば憂いなし』に通じるものがありますね。



魚を食べると頭がよくなる？

魚で記憶力維持！血液サラサラ！



昔から「魚を食べると頭が良くなる」と言われていますが、それには根拠があります。青魚などに含まれる脂には「EPA」「DHA」という栄養素が含まれているのですが、これらを摂取すると記憶能力や学習能力がアップすると言われています。他にも中性脂肪や悪玉コレステロールの減少など、体に良い影響があります。

体内で合成することが出来ない脂肪酸を必須脂肪酸といい、食物から摂る必要があります。EPA・DHAは必須脂肪酸であり、イワシやマグロ、サバなどの魚類に多く含まれます。EPA・DHAには善玉コレステロールを増やし、悪玉コレステロールや中性脂肪を減らす働きがあり、脂質異常症や脳卒中、脳梗塞、心筋梗塞などを予防します。

また、脳細胞は20歳頃から減少しはじめ、脳細胞に含まれているDHAも加齢と共に減っていきます。DHAは記憶や情報伝達に関わっているため、加齢と共に減少することで物忘れをしやすくなります。

DHAとEPAの両方を摂取することで、血液の流れがよくなり、神経の伝達スピードがアップして、頭の回転が速くなると言われています。

(株)エスシーグループ 管理栄養士作成・監修

●EPA(エイコサペンタエン酸)

- 血栓の形成を抑制する
- 血管を広げる
- 動脈硬化、心筋梗塞、脳梗塞を予防する
- アレルギー症状を予防・緩和する
- 中性脂肪、悪玉コレステロールを減らす など



●DHA(ドコサヘキサエン酸)

- 脳、神経組織の機能に大きく関わる
- 学習能力の向上に役立つ
- 老人性認知症の改善・予防する
- 血小板の凝集を抑制する
- 中性脂肪、悪玉コレステロールを減らすなど



編集後記：秋のお彼岸を過ぎて暑い日があるなか、スーパーで栗を見つけたので栗ご飯を作ってみました。栗はお湯にしばらく浸して皮を柔らかくするとむきやすいのですが、この面倒な作業があるから美味しさも格別です。短い秋になりそうなので、ブドウや柿、サンマにきのこなど秋の味覚を急いで楽しまないと、と思います。 あっとほ～む 事務 広瀬 幸子



有限会社 ヒロ薬品

江東区千田22-4 TEL 3645-5101

<http://www.hiroyaku.co.jp>

★ホームページに過去分が掲載されています