



いきいき！ニュースレター 10月号

同居していないご家族との関わり

患者さんには、高齢のご夫婦 2 人住まいや独り暮らしの方が多いです。同居していないご家族がキーパーソンの場合も多いですが、介護のスタンスはご家庭それぞれなので、ご家族との関り方も、ご希望やご事情によって変えていく必要があります。

遠距離介護 東北から新幹線で

以前受け持っていた患者さんの娘さんは、遠方から介護のために、患者さんのもとに通われていました。

娘さんが来ている時には、色々質問を受け、身体の状態や認知症の状態、生活の質などお話をしました。そうしているうちに、娘さんのご希望で「何か患者さんに心配な事があれば、すぐ連絡する」、という関係性ができました。

転倒してアザができた時にご連絡し、娘さんがすぐ動かれたので、患者さんは安心されていました。

ご家族によって希望される関係性は違いますし、多様な価値観を受け入れることが大切だと思っています。こちらが一方向的に考えを押し付けることはありませんが、この方とは、遠距離でも一緒に患者さんのことを考えることができ、良い経験になりました。

仕事が忙しい中、動けないもどかしさ

施設に入所されている女性患者さんのもとへ、月に 1 度、娘さんが訪れていました。

患者さんは認知症があり、その進行度合いを心配されていました。

娘さんは仕事が多忙で、さらにもう一人、介護施設に入所しているご親戚もみているとのこと。

真面目な方で、「もっと通って様子をみてあげたいのだけど」ともどかしさを感じていらっしゃいました。

娘さんは忙しく、私はめったに会えないので、月に 1 度報告書を送っていました。

身体の様子や施術内容のほかに、「こんな会話をされていました」「この日は趣味のことをして過ごされました」など日々の様子がわかるように書きました。

娘さんは「見守ってくれる眼が複数あることが、なによりもありがたいことです」とお手紙をくださいました。

同居の介護者との関りを参考に

同居のご家族の場合、直接お会いすることも多く、気になる事などお話する機会もよくあります。

そんな時、よく聞かれるのがご家族とご本人の希望の解離です。

「外を歩けないことは家族も医師も十分わかっているのに、本人は外出できるようになりたいと言う」

「運動が大事なのに、いくら家族が言ってもやってくれない」

ご家族の意向を知っておくのはとても大事で、くみ取りつつ患者さんに接しています。

また、同居の場合でも、「見守りの眼」が求められることがあります。

「普段、一緒にいるからこそ、変化が分かりにくい」、とご家族から聞いたことがあります。

「あれ？と感じるようなことがあったら、こっそり教えて欲しい」、と言われたことも。



こういったご家族の訴えは、別居の場合でも同じということが多いので、経験を活用しています。

今後、より別居のご家族がキーパーソンとなって、介護するケースが増えていくと思います。

先述の娘さんの言葉、「見守ってくれる眼が複数あることが、なによりもありがたい」を胸に、患者さんやご家族が安心して生活できるよう、橋渡しできたら、と思っています。

大腿骨(だいたいこつ)骨折後のケアの重要性

若い頃はほぼ折れることがない、強靱な大腿骨。
骨粗鬆により、高齢者で大腿骨を骨折する方は多いです。

大腿骨は、骨盤と大腿骨が組み合わさって、股関節を形成している重要な骨です。
体重を支える身体の要の骨で、骨折後に十分なケアがないと、歩行困難に陥り、寝たきりの危険もあります。

頸部骨折・転子部骨折

大腿骨骨折は折れる場所によって、「頸部骨折」と「転子部骨折」に分かれます。



頸部骨折は、骨盤と関節を構成する、身体の内側の部分が骨折したものです。
骨盤と隣り合わせで、ほとんどの場合、骨折時に血管が損傷します。
そのため、血液を通して栄養を患部に運べず、治りにくいため、かなりの方が人工関節の手術を受けます。

転子部骨折は、骨盤あたりの出っ張りが感じられる辺りの、外側の骨の部分が折れたものです。
血管の損傷が少ないので、自然治癒が可能で、経過観察で自然融合することもあります。
とはいえ、痛みのため歩行不安に陥り、最終的に寝たきりの状態になる例も見受けられます。

転子部骨折した 80 代後半の女性患者さん

転子部骨折で、4ヶ月ほど手術とリハビリで入院し、退院後 1ヶ月後にマッサージを開始しました。
マッサージを始めたころは、足の痛みと浮腫みの不安から、極力動かない生活を送っていました。
マッサージで身体を整える事によって徐々に痛みや浮腫みが減り、身体を動かすことに不安がなくなりました。

現在は積極的に運動を取り入れています。足に筋肉がつき、問題なく室内を歩けるようになりました。

頸部骨折した 80 代前半の女性患者さん

入院時は、リハビリで歩けるようになりましたが、退院して自宅に戻ると、運動の機会が減ってしまいました。
そして退院して 2ヶ月後には、足のしびれや痛みで、歩くこともままならない状態になりました。

マッサージはしびれや痛みを軽減する目的で始めましたが、一人暮らしということもあり、“日常生活を送るために、しっかりと歩きたい”、というご本人の目標がありました。

大腿骨を骨折すると、膝も動かなくなることが多いです。膝は股関節と筋肉をシェアして連動している為です。
この方も、膝の動きが硬く、歩行に支障がでていたので、しっかりほぐしてケアしました。

1ヶ月ほどの施術で、ひざが曲がるようになり、「今まではシャワーで済ませていたのが、湯船の椅子に座れるようになったので、お湯の張ったお風呂に浸かれる」、と嬉しそうでした。

マッサージでできること



太ももの筋肉の多くが、股関節にくっついているので、手術すると筋肉を一度切ってしまう。

筋肉が修復して、動きを取り戻すには時間がかかり、その間、何も運動せずにいれば、一度切れた筋肉は同じ形では戻らなくなってしまいます。

痛みもあり大変なのですが、リハビリなどの運動を続けることが大事です。

痛みはネックですが、マッサージで循環を整えることで、痛みを取り除き、筋肉の修復も促します。

痛みを抑えることで、リハビリにも積極的に励むことができるようになります。

大腿骨骨折後も、“歩行が安定して、日常生活を楽しむことができるように”、と考えて施術しています。

★三ツ星治療院です★ お気軽にご相談ください。メールでのご連絡も大歓迎です。

TEL : 070-5020-6164 メール : m3204@y-mobile.ne.jp