

甲州リハ お役立ち情報

甲州リハビリテーション病院は、「地域リハビリテーション」を推進しています。地域リハビリテーションは、高齢になっても、病気や障害を負っても、住み慣れた場所で生き生き暮らしていける地域づくりを目指します。「お役立ち情報掲示板」は、地域住民の皆様や患者様、利用者様に、医療・リハビリ・看護・介護・福祉などの視点で有益な情報を届けするものです。甲州リハビリテーション病院を身近に感じて頂けるよう、ぜひご覧ください。

第4号 2021年11月

- 脳卒中コーナー「脳卒中の症状」 p1~4
- 認知症コーナー「甲州カフェ新聞 認知症の方へのケアマネジャーの関わり」 p5~6
- フレイルを知ろう！お口編② p7

【お問い合わせ】

甲州リハビリテーション病院 地域包括ケア推進部 : 森 彰司 (もり しょうじ)

TEL : 055 (262) 3333 / Mail : tiiki-hokatu@krg.ne.jp

脳卒中の症状

理学療法士
脳卒中リハ認定看護師

これまで、脳卒中の兆候や予防について、お伝えしました。

今回は、脳卒中後に現れる症状についてお伝えします。自分や周りの方が、もし脳卒中になったらこんな症状が出る、という知識として知って頂きたいと思います。

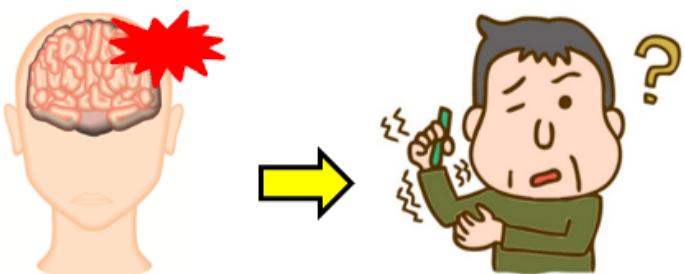
また、今も後遺症を抱えながら暮らしている方への理解が進むことを願っております。

1. 目に見える症状「運動麻痺」

腕や足、顔や体が思うように動かせなくなることを、

「運動麻痺」と言います。

運動麻痺は、損傷された脳と、反対側の体に麻痺が出るという特徴があります。



脳の左側が損傷されると、右側が動かなくなる

◆力が入らない

力が入らず重力に負けてしまう



- ・腕がダラリと下がってしまう。
- ・手で持とうとしたとき落としてしまう。
- ・歩くとき足を持ち上げられない。

など

◆勝手に力が入る

力が入り過ぎてコントロールできない



- ・自分の意志とは関係なく、腕が曲がり続けてしまう。
- ・足が棒のようにつっぱる。
- ・足首が下に向き続けてしまう。

など

2. 目に見えにくい症状① 「感覚麻痺」

目に見えてわかる運動麻痺と比べて、目に見えない症状は、周囲からも理解されにくく、つらい思いをされる方が多くいます。

触る、痛む、熱い・冷たい、バランスをとる等の感覚も、脳で感じています。

損傷される場所によって、様々な感覚麻痺が起こり、それによって二次的に起こる生活上の注意点も知って頂きたいと思います。

◆触る・痛む・熱い・冷たいの感覚(触覚・痛覚・温冷覚)

体の表面から入る感覚。
これらが障害されると傷ややけどなど気づきにくくなります。



◆体の位置を確認してバランスをとる感覚(深部感覚)

筋肉や関節から、体の位置や運動方向を感じる感覚。
これらが障害されると、バランスが悪くなり転倒する可能性が高くなります。



◆味覚・視覚・聴覚

いわゆる五感を感じる感覚。
これらが障害されると、視覚や聴覚や味覚が変わってしまったように感じる事があります。
特に視覚に影響があると、転倒にもつながります。
味覚や嗅覚に影響があると、食欲不振や体重減少にもつながります。



3. 目に見えにくい症状②「高次脳機能障害」

脳卒中の発症、事故などによる脳外傷などのあとに、「怒りっぽくなる」、「物覚えが悪くなる」、「集中できない」などの症状が表れることがあります。日常生活や社会生活に支障をきたすことがあります。

それらを高次脳機能障害(こうじ のうきのうしようがい)といいます。

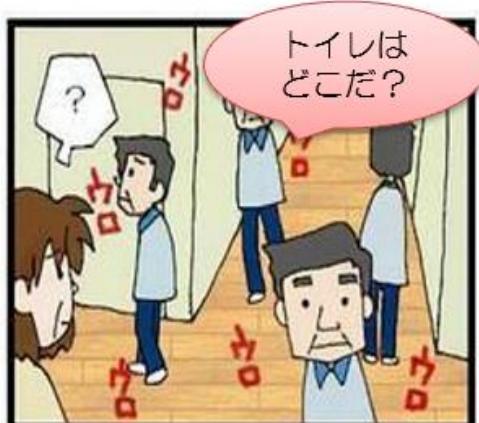
運動麻痺や感覚麻痺などよりも、自分でも気づきにくい症状で、入院中は気づかずに、自宅や地域での生活を始めてから気づく場合もあります。



◆記憶障害

□ 新しいことが覚えられない

□ 同じことを繰り返し話す



【対応のヒント】

- ・スケジュール帳やカレンダー、タイマーなどを使って、書くこと、みることを習慣にする。
- ・大事なものは置き場所を決めて、張り紙などをする。

◆注意障害

- 気が散りやすく、集中できない
- ほんやりしていてミスが多い



【対応のヒント】

- ・ 作業時は、静かな環境をつくる。
- ・ 長時間の作業は避けて、時間を決めてしっかり休憩をとる。

◆失語症

- 言葉が上手く出てこない。違う言葉が出てくる。
- 聞いた言葉や見た文字を理解できない。



【対応のヒント】

- ・ 相手の言葉を待つ。
- ・ はい/いいえで答えられる会話をする。
- ・ 絵やジェスチャーをつかう。

★ 詳しくはこちらへ ★

当院には、山梨県の委託を受け、
山梨県高次脳機能障害支援センターを併設しています。
お気軽にご相談ください。
支援ガイドブックは、センターの
ホームページからダウンロードも
できます。

山梨県
高次脳機能障害
支援ガイドブック



HELLO KITTY ©1976, 2020 SANRIO CO., LTD. APPROVAL NO. L612912

山梨県高次脳機能障害者支援センター

認知症コ～十～

甲州カフェ新聞

『甲州カフェ』は甲州リハビリテーション病院が運営する認知症カフェです。現在、集合型開催を見合わせている為、甲州カフェ新聞を発行し、暮らしに有益な情報を発信しています。今回は、甲州居宅介護支援事業所での認知症の方々との関わりについて紹介します。

「居宅介護支援事業所」は、
「介護支援専門員（ケアマネジャー）がいる所」です。

ケアマネジャーは、安心して、ご自宅の暮らしを続けられるように支援していきます。介護保険を利用するには、居宅サービス計画書（ケアプラン）が必要になります。利用者様・ご家族から、困りごとややりたいこと等を聞き、利用者様の意思を尊重した上で、生活や体の状態に合ったサービス計画を立てます。



甲州居宅介護支援事業所の特徴

- 笛吹市に2か所、山梨市に1か所、事業所があります。
- 経験豊富な介護支援専門員が多数在籍しています。

認知症の方への関わり～閉じこもりがちのAさん～

Aさんのこと



80代、男性

大人しく穏やかな性格。手先が器用で、もの作りが得意。アルツハイマー型認知症で、数分前のこと忘れてしまい、同じ話を何度も繰り返す。

最近閉じこもりのAさん

最近、やる気がなくなり、閉じこもり気味。
一日中、座っていることが多くなった。



Aさんへの関わりは、次のページへ

Aさんとの関わり

ご本人の思い

- 家族にかこまれた家で過ごしたい。
- デイサービスなどは、まだ行かなくて良い。
- 外の人には会わなくなくなつたな・・・（寂しそう）

ご家族の思い

- 入浴時、服を脱いでいる最中に脱衣所から出てきてしまう。
- 冷凍食品を冷凍のまま食べていた。
- 仕事中も心配になってしまふから、日中通所に行けると良いと思う。



ケアマネジャーの考え方

- このまま閉じこもりが続いたらしく、生活上の困りごとも増え、Aさんが家で暮らすことが大変にならうのではないか。
- まずは、ご本人との関係を深めて、やりたいことや困っていることも聞いていこう。

ご本人との話を重ねていくと・・・



私はものづくりが好きで、家具を作ったり、壊れたものは全部自分で直してゐるんだよ。

そんなところがあるのか？一度見に行ってみようか。

素晴らしいですね！Aさんのような方が、ものづくりをしてくれると助かる所があるんですよ！



●●デイサービスなんですが、見に行ってみますか？

現在のAさん

- 週4回デイサービスに通い始め、閉じこもりは解消され、周りの人と関わることを楽しめるようになりました。
- デイサービスでは、職員がお願いする形で、楽しんでものづくりに励んでいます。
- ご家族も安心して暮らせています。



Aさんへの関わりのポイント

- ◆ 生活全体の困りごとを支えるため、ご本人に合った支援を考える。
- ◆ 「できないこと」だけでなく、「できること」に目を向ける。
- ◆ お願いすることで、得意な事や、好きな事を生かせるように関わる。

Aさんのように、生活の困りごとを解決するために、外へ出かけるサービスを提案することもあります。単純にデイサービスという選択肢だけでなく、何ができる所なのか？を伝え、ご本人に選択・決定して頂くことが大切です。

フレイルを知ろう お 編



編

当院では、山梨県からフレイル予防推進事業の委託を受け、県民の皆様の健康寿命延伸に向けた活動をしております。

今回は、お口（口腔機能）の働きについて知って頂きたいと思います。

お口は、たくさんの働きをしています！！

口唇の働き



- 表情を作る
- 食べ物を取り込み口腔内に保持する。
- 言葉の発音を明瞭にする

ほほの働き



- 表情を作る
- 口の中に取り込んだ食べ物を噛める位置に保持する働き

舌の働き



- 口の中に取り込んだ食べ物を噛める位置へ移動する働き
- 噛んで細かくした食べ物を舌の上にまとめ喉の奥へ送り込む働き
- 言葉の発音を明瞭にする

唾液の働き



- 口の中にうるおいを与える、歯や舌や粘膜の保護
- 食べ物の消化を助ける
- 舌・ほほの動きをなめらかにし、食べ物を飲み込みやすくする
- 食べカスや細菌を洗い流し細菌の増殖を抑える

歯科衛生士のおススメ体操！



フクフクうがい

口唇・ほほ・舌を大きく動かす機会
にとてもおススメです！