

スタッフの声記載依頼

題名	令和3年9月 訪問看護
本文	<p>9月も終わりに近づき、朝晩涼しくなりました。日中の暑さも落ち着いてきましたが、まだまだ水分が必要な今日この頃。夏の脱水症だけでなく、暑くないからといって水分を控えてしまうと、重大な病気に罹るリスクも高まります。たとえば、水分不足は脳梗塞や心筋梗塞など、命に関わる病気につながる恐れがあります。のどの渇きを感じなくても、水分不足にならない様、こまめに水分（麦茶や経口補水液など、ミネラルの成分が含まれているもの）を補給しましょうね。</p>  <p>* あなたの体の水分は足りていますか？チェックしてみましょう！</p> <ul style="list-style-type: none">① 口や唇が乾いていることが多い。② 肌がカサカサしている。張りが無い。③ 排尿回数が一日5回以内である。④ 尿の色が濃い。⑤ 体がだるく感じる。⑥ 食欲がない。⑦ 朝起きるとまぶたが浮腫んでいる。⑧ 脇の下が乾燥している。⑨ 便秘または下痢気味である。⑩ 指で爪の先を押すと、赤みが戻るのに3秒以上かかる。⑪ 手背をつまんで離れた時に、跡が戻るまで3秒以上かかる。 <p>いかがでしたか？これから寒くなると「コタツやヒーター、電気毛布など」が欠かせなくなる季節です。また、寒くなるとトイレに行くのが億劫になり、水分摂取を控えてしまう方もおられます。周りの方が注意して、声掛けしましょう。</p> <p>さて、シリーズ認知症。今回は、「認知症の対応③ 幻覚と錯覚」です。</p> <p>「幻覚とは、実際に存在しないものを見たり聞いたり感じたりする症状」です。なかでも実際に存在しないものが見える幻視や、ものを見間違える錯視は、レビー小体型認知症の特徴です。幻視は誰もいない空間に向かって話し掛けたり、相手が居るように対応します。また、錯視は壁紙の模様や天井シミが人の顔に見えたり、虫やへびに見えたりします。</p> <p>こんな時は、どんなに現実離れしていても、本人は実際に感じているので、訴えを受け止め、頭から否定しないようにしましょう。幻視は暗いところで見える場合が多いので、照明を工夫し、部屋を明るくしてみましょう。部屋を見通し良く、錯覚を誘発するものを取り除いてみましょう。まずは安心感を持ってもらうことが大事です。本人の性格・幻視の症状・認知の状態を見ながら、専門医に相談しましょう。</p>  <p>9月 西蒲区 上堰瀉公園 縁起物の一つ、アマビエ。</p>

	<p><訪問看護豆知識> 訪問看護就業支援プログラム（インターンシップ）とは。</p> <p>インターンシップは、新潟県看護協会 訪問看護推進課で申込みとマッチングを行っています。</p> <p>インターンシップでは、3～4日間の予定で、県内市内の訪問看護ステーションの職場見学・体験ができます。参加費は無料、研修保証制度（日本看護学校協議会共済会）に加入していただきますが、保険料の自己負担はありません。訪問看護に興味がある看護師さんへ、協会のホームページに掲載されているフォーマットを使用して、参加申込みされると良いと思います。いかがですか、「病気や障害があっても、住み慣れた自宅で、その人らしく過ごせるように、一緒に考えながら、命と生活を支え、寄り添う」そんな看護を目指しませんか。</p>
--	--

備考	<p>訪問看護・訪問リハビリに興味がある、長期に渡り訪問の仕事をしてみたい方、ご一報ください。見学可能です！ご自宅で体調や動きでお困りの方、訪問看護や訪問リハビリを受けたい方、ケアマネジャーさん、お問い合わせお待ちしております。連絡先：025-362-0307（訪問看護直通）</p>
----	---

病棟名
訪問看護 ST