



ネットワークナース通信 vol.26

令和5年9月発行

「腰痛緩和でQOLアップ!!」



平素は格別のご鼻頂にあずかり、誠にありがとうございます。

朝晩は少しずつ過ごしやすくなってきましたがまだまだ暑い日が続いております。残暑が厳しく夏の疲れが出やすい時期となります。体調管理を引き続き考えながら体調を崩すことなく過ごせることをお祈り申し上げます。私たちスタッフも暑さに負けず皆様が安心して療養生活できます様、お手伝いをさせていただきます。

随時、スタッフを募集しております。在宅医療、訪問看護に興味のある方、一緒に働きたい方、推薦したい人をご存知の方、是非ご一報下さい。今後ともご声援、宜しくお願い申し上げます。

今回は「腰痛の緩和を試み、心まで柔らかく」変化した事例を紹介させていただきます。

ホームページも開設しております。『ネットワーク訪問ナースステーション』で検索すると、一番上に出ますので、是非覗いてくださると嬉しいです。今後ともよろしくお願い申し上げます。(鳩山)



N様。89歳女性。重度の大動脈弁狭窄症、腰痛症、腰椎圧迫骨折、変形性膝関節症、円背、高血圧症。難聴あり。認知症なし。主訴：めまい感、胃部不快感(逆流性食道炎疑い)あり。ご主人の訪問開始するが、奥様の状態の方が悪いのではとアセスメント、全く受診もせず、市販の薬を勝手に飲んでいた。高血圧で眩暈や浮腫あり、転倒をくり返していた。夫の便尿失禁状態等の介護で疲労していたため、薬管理と環境調整を行うところから介入した。夫は介護認定されてからデイサービスに宿泊となった。お二人に訪問診療開始し始めて治療開始となった。腰椎圧迫骨折に起因した腰痛出現し歩行困難あり、トイレには伝い歩きでなんとか行けるがリハパンの上げ下げができず、尿失禁状態で一日中ソファで過ごし就寝する事が多くなった。食事は同居の長女が用意して配膳。内服薬はお薬カレンダーでは分り難いと、箱に日付け順にセットし、飲み忘れがなくなった。尿失禁と尿臭は継続。両下肢の浮腫著明で足尖部は暗紫色で冷感あり、足浴後ユベラクリーム塗りマッサージを続けた。結果、徐々に循環不良と浮腫が軽減してきた。腰の筋肉(広背筋や大腰筋・腸骨筋・腰腸肋筋等)が硬く強張っているため、ご本人に説明しながら、筋肉を緩め、ストレッチのリハビリを実施した。徐々に肩から腰背部の筋肉が柔軟になり、疼痛軽減し活動的になり、トイレや保清のセルフケアもできる様になった。また水分補給するとトイレの回数が多くなると拒否あったが、水分補給し活動することで循環良くなり下肢の浮腫も軽減することを説明し、納得されて水分摂取出来た。また、なるべくトイレに行き下肢筋力アップと水分補給で下肢の浮腫の軽減にもつながり、「足が楽になった。」と喜ばれ、意欲的に出来て居る。下肢筋力トレーニングも積極的に行うようになり、自ら「もっとしっかり歩けるようになりたい。」と仰り、笑顔が多くなり、意欲的に取り組む様になっている。疼痛に対して薬剤投与を第一優先にしてしまいがちですが、別の方法を模索し、利用者の気持ちに寄り添う事、意向を取り入れながらケアをしていく事を改めて学ばせて頂いた。利用者が自己決定し前向きになる様に寄り添う事が私達のケアだと確信させて頂きました。(鳩山)



神経難病、認知症、精神疾患、がんターミナル、看護師によるリハビリ等を特に得意としております。悩んでいるご利用者に医療相談や訪問看護お試しサービスを無料で行っています。お気軽にお問い合わせ下さい



Facebook



24時間
対応

ターミナルケア・お看取りも
対応いたします

訪問地域

世田谷区

その他の地域もぜひご相談ください!

松原・代田・代沢・豪徳寺・梅ヶ丘・宮坂・経堂・赤堤

杉並区

永福・和泉・浜田山・下高井戸

〒156-0043

世田谷区松原2-41-15エテルノ明大前203

TEL:03-6379-0683/6762-2272

FAX:03-6767-3703

/03-6379-0684

