

# ももたる便り

新年号  
Jan.2016

## 新年ご挨拶

新しい年を迎えてのお慶びを申し上げます。御家族の皆様も年末年始はゆっくり静養されたでしょうか。

さて、岡山市内の基幹病院が次々と建て替えの時期を迎えて新しい建物に変わってゆくのを目にする一方で、我々

を取り巻く医療の環境も大きく変わりつつあります。病院では病床削減、入院期間の短縮が進められるだけでなく、在宅医療促進という大きな流れの中で最近では退院後の「在宅復帰率」などの数値目標までが言われるようになりました。制度はいろいろ変わっても、在宅療養される患者の皆様が影響を受けないように、より良い状態で療養生活が送れるようにお手伝いをしてゆきたいと考えております。本年も宜しく願いいたします。



## トピックス

### ～低温やけど～

寒さが身に染みる季節になりました。暖房器具や湯たんぽ、カイロなど使う機会も増えてきます。そこで今回は『低温やけど』について考えてみたいと思います。

『低温やけど』はそれほど熱くないものでも、長時間皮膚に触れていると生じるやけどのことです。50℃で2～3分間、42℃でも6時間接触するとやけどになると言われています。特に高齢者は感覚が鈍くなっているので注意が必要です。

### ～低温やけどを防ぐには～

- ・湯たんぽやカイロは厚手のタオルや布で包む、あてる位置を変える。
- ・電気毛布は就寝時に使用しない。（布団を温めることに使用）



## 職員紹介



鳥越 英次郎 Dr

普段は岡山大学の呼吸器乳腺内分泌外科に勤務しております。これまで、外科医としてたくわえた知識と技術を少しでも地域の皆様に還元できるように頑張りますのでよろしくお願いいたします。



田中 真 Dr

これまでは在宅医療にバトンをわたす側としてしか診療に携わっておりませんでした。クリニックで在宅医療の実際を肌で感じることでその使命の重要性を痛感しております。皆様に少しでも貢献できるよう頑張りますのでよろしくお願いいたします。



## 高齢者を知ろう!

### ～加齢と食事～

高齢者の食欲低下、よく聞きますよね。原因は、活動量や気力の低下、体力の消耗、薬の影響、また、味覚や嗅覚、視覚の衰えから料理自体の味や香りを楽しめない場合等々。

唾液の分泌が減ると口の中が乾燥して衛生状態が悪くなります。不快感は強くなり、嚙んだり飲んだりすることも難しくなります。食べ物の偏りができれば、便秘にもなります。食道に食べ物を送り込む力が弱くなれば、誤嚥による肺炎を起こしたりする事も。お正月、餅を喉に詰まらせないようにするのは、高齢者宅では注意事項ですね！私たちがよく食欲の落ちてしまった患者さんにお伝えするのは、『食べたい時に、食べたい物をどうぞ』もちろん薬との飲

み合わせや、病気、飲み具合との兼ね合いで食材や味付け、形態に注意が必要な場合もあるでしょう。そうでない場合は、なるべく食事の時間が幸せだと感じられるような配慮を心がけてみて下さい。ご自分で食べられない方の場合は、食べさせるのに苦労される介助者の方も多いと思います。でも、ご自分が逆の立場になった時、食欲がわからないのにスプーンが食べ終わるまでずっと口元に運ばれ続けたら・・・どうでしょう？高齢者の食事量の低下は、身体の衰えの反応の一つ。そうとらえると、食に対する考え方も少し変わるかもしれませんね。



ナースももこ

支える医療へ



医療法人ザイタック ももたろう往診クリニック

Mail info@momotaroclinic.jp TEL 086-242-3232

URL www.momotaroclinic.jp FAX 086-242-3233

デザイン協力: 川崎医療福祉大学 医療福祉デザイン科 谷陽里