バナナ園グループ

2021年8月号 Monthly August

BANANANEWS

WEST ホームページにも情報満載！ バナナ園

ありがとうございます BANANA NEWS 通算 200号

ノンフィクションライターの中澤まゆみさんに伺いました

高齢者の「入院と入院関連機能障害」を考える

中澤まゆみ（なかざわ・まゆみ）さんﾌﾟﾛﾌｨｰﾙ
長野県生まれ。雑誌編集者を経てﾌﾘｰﾗﾝｽに。 人物ｲﾝﾀﾋﾞｭｰ、ﾙﾎﾟﾙﾀｰｼﾞｭを書くかたわら、ｱｼﾞｱ、ｱﾌﾘｶ、ｱﾒﾘｶに取材。 『ﾕﾘ―日系二世NYﾊｰﾚﾑに生きる』（文藝春秋）などを出版した。 その後、自らの介護体験を契機に医療・介護・福祉・高齢者問題にﾃｰﾏを移し、『おひとりさまの「法律」』、『男おひとりさま術』（ともに法研）、『おひとりさまの終活――自分らしい老後と最後の準備』（三省堂）、最新作 『人生100年時代の医療・介護ｻﾊﾞｲﾊﾞﾙ』（築地書館）を出版。毎日新聞ｵﾝﾗｲﾝで「医療ﾌﾟﾚﾐｱ」にｺﾗﾑ連載中。今秋『認知症に備える（仮）』共著：村山澄江（自由国民社）を出版予定。

今回はﾉﾝﾌｨｸｼｮﾝｲﾗｲﾀｰとして医療、介護、高齢社会をﾃｰﾏに活動を続ける傍ら、自らもご両親の遠距離介護を続けてこられた中澤まゆみさんに「高齢者の入院」についてお話を伺いました。

Q：様々なﾒﾃﾞｨｱでの執筆活動、講演活動で介護を続ける皆さんに情報を発信していただいています。最近は介護の専門誌「Better Care」で長期にわたってご自身が体験された「遠距離介護ﾚﾎﾟｰﾄ」を執筆されました。

中澤：95歳だった父（松本市在住）の入院体験を綴りました。高齢ではありましたが当時（2020年7月）は要介護1。在宅介護の力は借りていたものの、まだまだ元気だった一人暮らしの父は、自宅での転倒がきっかけで「検査入院」のつもりの入院で誤嚥性肺炎を起こし、１か月であっという間に要介護5の「寝たきり」状態になりました。職業柄様々な機会で学んできたつもりでしたが、父がこれほどのｽﾋﾟｰﾄﾞで「寝たきり」状態になることは想定外のことでした。父の入院が高齢者の「入院」について改めて考えるきっかけになりました。

Q：施設で生活されていたご入居者が入院され、ご家族や介護者から「入院できたから安心」と言う声も聞かれます。

中澤：まず、病院は「治療の場」であって「生活の場」ではないという事、そして入院によって身体機能・認知機能が低下し、「入院関連機能障害」つまり「廃用症候群」と「ﾘﾛｹｰｼｮﾝﾀﾞﾒｰｼﾞ」がたやすく起こることを知ってほしいですね。「廃用症候群」とは、病気やけがで安静にすることで体を動かす時間が減り、身体能力の大幅な低下や精神状態に悪影響を起こす状態。高齢者にとって入院等による環境の変化（ﾘﾛｹｰｼｮﾝ）は、認知症悪化の引き金になるといわれます。

Q：「入院」というきっかけで何故それほどのｽﾋﾟｰﾄﾞで状態が悪化するのでしょうか？

中澤：まず、人は１週間の寝たきり状態が続くと筋力が10～20%、骨量が1%低下し、筋力低下や関節緊縮、心肺機能や咀嚼嚥機能の低下、更に認知機能の低下等のﾀﾞﾒｰｼﾞが起き、高齢者の場合はそれが特に顕著に現れるといわれます。現在の病院の状況は＜急性期・高度急性期病棟＞では看護師の配置は概ね「7対1」＜7人の患者に対し看護師１人（若しくはそれ以下）＞が基準で、＜通常介護施設では概ね「3対1」（3人の利用者に対し介護職員１人）＞に比べると極めて少ない。なので入院すると慢性的な人員不足と「ﾘｽｸ管理」の観点、つまりﾄｲﾚに連れて行く時間の節約と転倒防止のために患者にｵﾑﾂやﾊﾞﾙｰﾝ・ｶﾃｰﾃﾙの装着をします。そして、命取りになりかねない誤嚥性肺炎の防止と食堂に行く代わりに、ﾍﾞｯﾄﾞでやわらか食を食べさせることになるのです、さらに認知症状のある人には身体拘束を行います。これらによって結果的に「寝かされきり」状態が続き、治療は進んでも介護度が上がるという悪循環に陥ります。これに追い打ちをかけるようにｺﾛﾅ禍で面会も出来なくなったため、患者は会話もなく終日寝て過ごすしかないという日々が続き、完全な「寝たきり」状態に陥ってしまいます。

Q：入院の原因にもよりますが、施設ではご入居者が入院され、退院されてくると介護度が2ｽﾃｰｼﾞくらい上っていることは少なくなく、施設で気長にﾘﾊﾋﾞﾘを続けて、3カ月、半年かけ介護度を1ｽﾃｰｼﾞあげるという図式が出来上がっています。

中澤：それでも退院でき、施設といえども「生活の場」に復帰できればまだいいですよね。でも、入院が片道切符になってしまう。「ひとまず入院」が「ひとまず転院」になり、自宅や施設など「生活の場」への復帰ができなくなるｹｰｽは少なくありません。

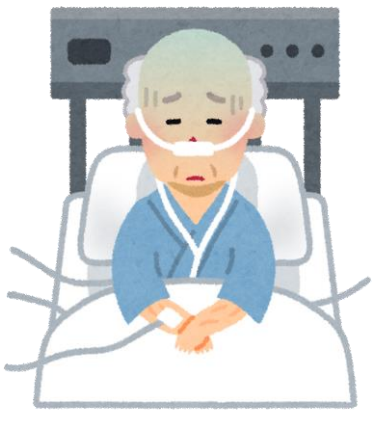
Q：このような状況を回避する対策はあるのでしょうか。

中澤：ｹｰｽ・ﾊﾞｲ・ｹｰｽですので一概には言えませんが、一つは「入院治療が大前提」を捨て、入院が本当に必要かどうかをかかりつけ医と相談してみることです。訪問診療や訪問看護の利用で自宅や施設でも病院と変わらない治療ができる場合もあるからです。また、入院するとしても出来るだけ短期間に退院を考えたほうがいいですね。入院になった場合もあらかじめ退院を想定し、病院の「医療相談室」や「地域医療連携室」等の医療ｿｰｼｬﾙﾜｰｶｰ、医師に積極的に相談を持ち掛けることも重要です。そしてもう一つ＜ｺﾛﾅ禍で難しい状況ではありますが＞できるだけ患者を見に行く。できれば患者に触れ合うなどのｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝを取ることも必要です。そして退院前にはかかりつけ医や訪問看護師、ｹｱﾏﾈｼﾞｬｰ、介護ｽﾀｯﾌを交えてｹｱｶﾝﾌｧﾚﾝｽをし、在宅での介護やﾘﾊﾋﾞﾘに備えることも重要です。在宅での介護が困難と考えられる場合は施設探しも視野に入れなければなりません。しかし、夜の吸痰など医療行為が常時必要な場合はこれも困難になってきますが･･･、勿論、すべての入院が悪いわけではありません。自宅に患者を受け入れる環境が整っていなければ、病状が進むおそれもある。また、家族も介護の疲労がたまり、患者の介護どころではなくなってしまいます。

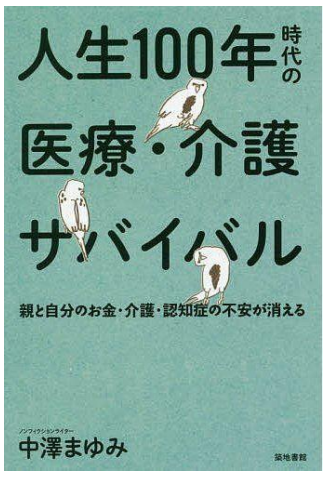
Q：私たちｸﾞﾙｰﾌﾟﾎｰﾑの入居相談も入院中の方の相談が1/3 近くになり、退院後の「在宅復帰の困難」さが施設探しのきっかけになっていることを感じます。

中澤：人は「生活の場」で生きてこそ人間らしく生きることができ、心の健康を保つことができるという事を知って欲しいです。

「入院したから安心」というのは高齢者 にとっては真実とは言えません。短期的なﾘｽｸを下げることはできるかもしれませんが、ﾌﾚｲﾙの高齢者は 10日間の入院で 7 年分の筋肉を失います。病気は治ったが、生活が失われることも･･･、入院そのものがﾘｽｸになる場合があることを知っておくべきです。



■中澤さんの「遠距離介護ﾚﾎﾟｰﾄ」「いえに帰るために」連載中の『Better Care』。介護する人・介護される人の立場に立って、よりよい介護のあり方を追求し様々な情報を提供してくれます。「Better Care」は今や数少ない一般向けの介護雑誌、全国の介護に関わる最新情報を一般読者向けに分かりやすく届けてくれます。
■購読のお問合せ：㈱芳林社 03-3341-8805
ＨＰ：bettercare.jp



■人生100年時代の医療・介護ｻﾊﾞｲﾊﾞﾙ』（築地書館）：老後の医療費と介護費、そして認知症への不安。介護する側もされる側も、生き方やｹｱのあり方を自分自身で決めるには、まずは制度やｻｰﾋﾞｽの内容を知ることから。中澤さんの実践と取材を通して得られた豊富な実例と情報の数々を通してｱﾄﾞﾊﾞｲｽする、今日から役立つ本。

川崎市宮前区のｸﾞﾙｰﾌﾟﾎｰﾑ「ﾊﾞﾅﾅ園生田の杜」より

七夕は短冊に願いを!!

今年の梅雨はほんとうに雨が多かったですね、そんな梅雨の真っ最中7月7日の七夕の日を前に、川崎市宮前区のｸﾞﾙｰﾌﾟﾎｰﾑ「ﾊﾞﾅﾅ園生田の杜1階」では入居者さまに、短冊に願い事を書いていただくことにしました。短冊に願いを書くのは様々な説がありますが、七夕がまだ日本で貴族の文化だった頃、貴族たちは芸や学問の上達を祈り、紙に願い事を書きお供物と一緒に川に流していたと言います。当時、紙は大変な貴重品で紙そのものを神に祀ることもあったといい、そんな高価な紙に願い事を書き川に流すのですから、それこそ大切なことを書いていたようです。この「紙に大切な願い事を書く文化」が現在の七夕の短冊といいます。ご入居者の皆様、おしゃべりしながら、「大切な願い事」をお考えになっています。「元気になりますように」「旅行にいけますように」「孫たちに会いたい」願いはそれぞれですが皆切実な願いです、女性陣一番の若手A様は「いい人に会えますように」と一言、これにはｽﾀｯﾌも含め一同大笑いです。その中で最も高齢のB様が書かれた「母は元気です」と息子様に宛てた短冊が印象的でした。多くを語らずして息子様を思いやる気持ちが込められていて思わずｽﾀｯﾌもｳﾙｳﾙ。さて織姫と彦星が天の川で出会う「七夕」の日お昼ご飯はｾｵﾘｰ通り「そうめん」を皆でﾂﾙﾂﾙ。実は7月7日は「そうめんの日」でもあるのです。これは、平安時代の宮中行事が由来で五節句の一つである七夕の儀式にそうめんの原形とされている索餅(さくへい)が供えられていたからと言います。また小麦が夏の病に良いという考えから、健康を願って食すという意味合いもあり、この歴史と七夕に願い事をするという習慣になぞらえて七夕を「そうめんの日」と決めたそうです。今年の七夕は生憎の曇天でしたが扇風機の風に揺れる室内に飾られた短冊もまたいいものですね。「さ～さ～の～はさ～らさら」今年も皆様の願い事が届きますように。

願いを込めた短冊一枚一枚を丁寧に飾っていきました。そして全員の願いは「ｺﾛﾅ収束」きっと願いは叶います！

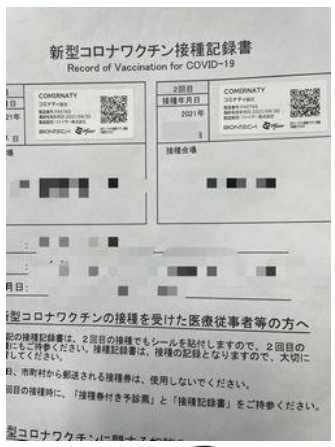
川崎市宮前区のｸﾞﾙｰﾌﾟﾎｰﾑ「ﾊﾞﾅﾅ園生田の杜・泉」より

ﾜｸﾁﾝ接種完了～安心･安全な生活を守るために

梅雨明けと同時に気温もうなぎ上りの暑さが続く中、いよいよ日本で57年ぶりとなるｵﾘﾝﾋﾟｯｸがｽﾀｰﾄしましたね。一方、新型ｺﾛﾅ･ｳｲﾙｽの感染の感染拡大も続き様々な不安が残りますが、暑さに負けず戦っているｱｽﾘｰﾄ達を見ると応援と共に私たちもまだまだ頑張らなければという思いです。

さてｺﾛﾅｳｨﾙｽと言えば接種時期や供給量が大きな話題になったﾜｸﾁﾝですね。川崎市宮前区のｸﾞﾙｰﾌﾟﾎｰﾑ「ﾊﾞﾅﾅ園生田の杜・泉」では7月20日に入居者様とｽﾀｯﾌの2回のﾜｸﾁﾝ接種が無事に完了致しました。ﾜｸﾁﾝについては「副反応」等の様々な噂や憶測が飛び交い接種に若干の不安はありましたが、入居者様や自分達、そして家族を守る為に必要だという思いが一番でした。ですが、接種後に感じたのは不安ではなく「やっとﾜｸﾁﾝが打てた」という安堵感が一番です。

勿論これで完璧にｺﾛﾅｳｨﾙｽを防げるわけではありませんが私たちの日常を守るためには最低限必要なことだと感じます。今までの通り感染防止策を続けながらも、これまでより気持ちに余裕をもって業務にも取り組めるのではないかと思います。現時点でご入居者、そしてｽﾀｯﾌにも感染者をひとりも出さずここまでこられたのは毎日尽力しているｽﾀｯﾌはもちろんのこと、連携している医療関係者の方のおかげです。また、ご家族様、地域の方のご協力があってこそだと思っています、本当にありがとうございました。ﾜｸﾁﾝ接種が進み、一日も早くこの状況が収束できることを願っています。



神奈川県下は8月一杯緊急事態宣下が発令。ﾜｸﾁﾝを打っても気を緩めるわけには行きません。

バナナ園ｸﾞﾙｰﾌﾟで働きステップ・アップをしませんか？

介護スタッフ募集中

★介護はｱｲﾃﾞｨｱ～未経験だからこそのｱｲﾃﾞｨｱが必要です！

■募集要項

★職種：ｹｱ・ｽﾀｯﾌ<①正社員/②非常勤職員>★無資格・未経験からｽﾀｰﾄ/年齢不問

★給与：① 月給：224,781円～<18歳資格なし夜勤6日含む>

② 時給1020<無資格>～1170円<介護福祉士>

※夜勤1回18,000～20,000円<介護福祉士>①②処遇改善加算交付金含

★時間：9:00～17:00 17:00～翌9:00

★待遇：社保・有休・交通費規定内支給：月額50,000円迄

★勤務場所：当社各施設10箇所の中から通勤し易い場所を選べます。

●問合せ：㈱ｱｲ･ﾃﾞｨ･ｴｽ 採用担当まで

☎044－455－6117

2022年3月新卒社員募集中

会社説明会随時開催中

エントリーはこちらから→

マイナビ2021

バナナ園グループ

【グループホーム】

●川崎大師ﾊﾞﾅﾅ園 ☎ 044-280-2386 ●第2ﾊﾞﾅﾅ園 ☎044-587-1773

●ﾊﾞﾅﾅ園武蔵小杉 ☎044-863-7101 ●ﾊﾞﾅﾅ園ほりうち家 ☎044-722-5361

●のんびりーす等々力 ☎044-750-9203 ●のんびりーす ☎044-422-2295

●ﾊﾞﾅﾅ園生田ﾋﾙｽﾞ ☎044-911-1599 ●バナナ園生田の杜 ☎044-789-5691/5692

●ﾊﾞﾅﾅ園生田の泉 ☎044-789-5693 ●ﾊﾞﾅﾅ園横浜山手 ☎ 045-264-9634

グループホーム空室情報

空室情報、入居に関するお問い合わせは右記の各施設もしくは総合案内

044-455-6119

月刊 MONTHLY BANANA NEWS（毎月1日発行）

通算第200号 編集：株式会社アイ・ディ・エス

川崎市中原区新丸子町734-2 ☎044-455-6119

＜HP＞ http://www.bananaen.com/