



活動報告

日頃より、看護師の皆さんはせん妄ケアに苦慮されていることと思います。そんな看護師の背中を押すように、今年度4月よりせん妄ハイリスク患者ケア加算を取得できるようになりました。具体的な内容として「入院早期に**せん妄のリスク因子をスクリーニングし、ハイリスク患者に対して非薬物療法を中心としたせん妄対策を行う**ことについて新たな評価を行う。」として、**入院中1回に限り100点**の加算がつくようになりました。当院のせん妄ハイリスク患者ケア加算は、**4月261件、5月184件、6月228件**の加算を取得することができました。

せん妄のリスク因子に関して、当院では
①70歳以上②頭部疾患の既往
③認知機能低下④アルコール多飲
⑤せん妄の既往⑥ベンゾジアゼピン系
薬剤内服を挙げています。④のアルコール
多飲の具体的な量はビール中瓶3本/日、
日本酒3合/日、25度焼酎300ml/日
としています。

これらの因子は、せん妄の準備因子とよばれ、起こりやすい素因となります。なので、これらの因子を持つ人はせん妄を起こしやすい人、となります。そこに直接因子である身体疾患、薬剤、手術などが引き金となり、せん妄を発症します。直接因子に関しては避けようがないので、せん妄の遷延化を防ぐには、促進因子を減らしていくことがカギとなります。促進因子とは、疼痛や便秘、などの身体的要因や、不安や抑うつなどの精神的要因、入院という環境変化、不眠などが挙げられます。看護師としては、この促進因子を減らすべくケアをする必要があります。看護計画にある急性混乱、または急性混乱リスク状態内に具体的なケアの方法が書かれているので、立案をお願いしています。

せん妄ケアはまず予防が第一と言われます。

せん妄ハイリスクの患者をいち早くキャッチし、発症・遷延させないよう促進因子の減少に努める必要があります。せん妄ケアに関しては、患者一人一人の発症要因が異なるため、一律に「これが正解」というものはありません。患者をよく観察し、「この人にとって不快の原因はなんだろう？」という視点を持ち、看護に当たっていただきたいと思います。



促進因子の除去 看護師や家族ができるケア





認定看護師の豆知識

毎日の生活に”脳活”をちょい足し！

毎日の生活に、ちょっとした運動や脳トレ習慣を加えることは、認知症予防に効果的だと言われています。気軽にできる脳活を、あなたも始めてみませんか？

●おとこの晩ごはんは何でしたか？

昨日のことは思い出せても、おとこのこととなると、少し記憶が曖昧になりますよね。薄れかけている記憶を思い出すことは、認知症予防にとっても有効です。一日の出来事を書き起こすことは大変でも、晩ごはんの献立だけなら、手軽に始められるのでおすすめです！

●おうちに眠っているけん玉はありますか？

けん玉は脳の老化防止にいいことだらけ！膝や下半身を使った全身運動で足腰が強化されるだけでなく、手先を器用に使い、集中して技を決めることで脳が活性化されます。遊びながら認知症予防を始めてみませんか？

●お買い物に出かける時は歩幅を広く！

男性は70cm、女性は約65cmで歩くことがおススメ！歩幅が狭い人は、広い人に比べ認知機能低下のリスクが約6倍という調査結果があるほどです。大股で歩くことを心がけましょう。

●このポーズ、作れますか？

●まず「キツネ」を10秒提示します。そして、「これと同じものを指で作ってください」と言って患者さんに作ってもらいます。

●次に「ハト」でも同じ事を行います。



キツネを行います



ハトを10秒提示します

実はこれ、認知機能の検査なんです。キツネは中等症認知症の方までは、ほぼ全員できます。ハトは軽度認知症の方で、8割ができなくなります。軽度認知障害(MCI)の方でも5割が間違えます。認知症に早めに気づくきっかけになりますね。

認知症看護認定看護師 藤原則子

看護の困りごと 相談受付中！

認定看護師会では看護の困りごとの相談を受けつけています。

相談お待ちしております！

各分野電話番号



救急看護:村上 8863
慢性心不全看護:原谷 8394
感染管理:篠原 8623
皮膚排泄ケア:大西 8397
認知症看護:藤原 8667
集中ケア:堀内 8872