

私の車いす生活 ～中部ろうさい病院を退院して～ リハビリテーション科・社会生活講座より

もう褥瘡はつくりたくない! ～日々の褥瘡対策あれこれ～

平良 隆志 42歳・会社員・胸髄損傷

**車いす生活のはじまり**

私は、工作中5階建てのビルの4階から転落して、胸髄12番を損傷しました。すぐ病院に運ばれ、約13時間にもよる大手術をしました。手術後、先生から一生車いす生活だと言われた時は、ものすごくショックを受けました。約4ヶ月入院し、中部労災病院に転院して来ました。

リハビリ等に専念し、ケガから約1年たった頃、車いすマラソンをやっていたOさんと出会い、退院後、車いすマラソンを始めました。それから、入院が一緒だった仲間達とチームを作り、テニスもはじめました。車いすでのスポーツは初めてで、できるのか不安はありましたが、週3回の練習の積み重ねで、大会に参加出来るまでになりました。



その後、仕事も始め、仕事とスポーツと精力的に活動していましたが、平成18年から約2年の間に、褥瘡の手術を3回経験しました。

3度の入院と手術

最初は、40度位の熱が出ました。その頃は冬でしたので風邪を引いたのかと思い、何とか仕事もこなしていましたが、1週間、10日位たっても熱が下がらず、中部ろうさい病院で診察を受けました。

お尻に傷があるわけでもないし、リハビリ科、外科、泌尿器科の診察を受けましたが、異常が見つかりませんでした。最後に形成外科で診察していただいた結果、お尻の坐骨部分に出来物があり、メスで切ったところ大量のウミが出てきました。その日は処置のみで自宅に帰りましたが、熱が一向に下がらず、入院しました。

約3ヶ月の入院生活の始まりです。褥瘡専門のY看護師に、褥瘡が出来た原因について聞かれました。考えられる事は、仕事とスポーツのあい間に、プッシュアップをまったく行なわなかった事。車のトランクから車いすや荷物等を積み降ろす時に、トランク部分にクッションなど何も敷かず座っていた事。また、車体の高い自家用車に乗

り降りする際、一回で乗りきれず、お尻をすりながら乗っていた事。また、降りる時は、車いすにドスンと降りていた事、などです。

その後、先生方と改善策を考え、無事に退院しました。退院してから1ヶ月後、テニスの大会に参加したら優勝しました。そして週1の診察の日、診察室の机の上を見ると、カルテと一緒に新聞の切れ端がありました。自分自身が参加したテニス大会の記事です。私の名前が大きくのっていたのでY看護師にバレました。スポーツは止められていたので激怒されました。

その後5ヶ月位たったころ高熱が出ました。嫌な予感がして、その日に診察していただいた結果、手術した同じ所が再発してしまい入院となりました。2度目の入院・手術と言う事もあり、2～3ヶ月も寝たきりの生活はこりごりと思ったし、家族にもこれ以上迷惑をかける訳にもいかないと、退院後はスポーツはもちろん、仕事も休職をもらい、先生方のお許しが出るまで自宅でおとなしく生活しました。ようやく半年の月日がたった頃、坐骨部分が500円玉位の大きさに腫れ上がっているのを発見し、翌日に病院で診察をしていただいた結果、ウミが溜まり再発している事が分かりました。

3度目の入院となり、家族からは「お父さんは住民票をろうさい病院に移したら」と冷たい言葉ももらった事もありました。3度目の手術とあって、坐骨部分の肉も移植する皮膚もなく、太股から移植する事を先生方に告げられました。

そして3度目の手術も無事に終わり、先生方のアドバイスにより、ベッド用マット、車いす、自家用車、お風呂マット、トイレ用マットについて検討しました。そして、プッシュアップを行なうようにし、お風呂上がりにはベッドの上で鏡でお尻部分を見るよう心がけました。車いすからベッドやトイレ、車などに移る際には、勢いよく移るのではなく、ぶつけないようにゆっくりと移るよう心がけて下さい。万が一ぶつかったりした時は、すぐに鏡で見えない部分を見て下さい。赤くなったり青白くなった時には、すぐに病院で診察してもらう事をおすすめします。

*** リハビリテーション科・社会生活講座とは ***

入院患者さん向けの生活支援応援会。社会復帰して活躍されている脊髄損傷者の方に、地域社会での生活について情報提供してもらうピアサポートの場。患者さん・ご家族の元気力アップと悩み解決に役立つ講座となるよう活動しています。

★中部ろうさい病院のホームページで、〈病院の情報〉〈フィリア・レター〉〈ろうさい病院つうしん〉がご覧いただけます。携帯電話からもアクセスできます。どうぞ、ご利用ください。