

リソースニュース新聞

2023
年度

冬号

「寒暖差には」用心を。」

（冬になると心血管系の入院患者さんが増える!!）というのは、医療スタッフの中ではある意味、あるあるとして共通認識がされているのではないのでしょうか。これは、ヒートショックという、環境による気温の変化が原因であると考えられています。人間は寒い環境の中では、末梢血管を収縮させて体温を上げようとします。血管が収縮すると、血圧が通常よりも高い状態となります。また、暖かい環境の中では、末梢血管を拡張させて体温を下げようとし、その際は、血圧は通常よりも低い状態となります。そういった血圧の変化が、人間の体内において血管系に負担を招くという所以であり、ます。元々動脈硬化を指摘されているような方だと、特に血管内皮に影響が出やすいので注意が必要です。

慢性心不全看護認定看護師



「窒息は不慮の事故第一位」

冬は、クリスマスやお正月とイベントで、ご家族や友達などと美味しいお食事を召し上がる方も多いのではないのでしょうか。十二月は窒息による死亡者数が多く、喉に食べ物を詰まらせる事故のニュースも後を絶ちません。窒息は不慮の事故による死因第一位で、次いで交通事故となっています。窒息で亡くなる人は交通事故の2倍近くおり、ほとんどは高齢者ですが、子どもが亡くなる事故も後を絶ちません。窒息原因の食品は、「餅」「米飯」「パン」「肉」などです。欧米や韓国では、窒息事故により販売禁止措置となった食品もありますが、日本では、販売禁止になった事例はありません。そのため、私たちが食べる側が、①食べやすい大きさにする。②よく噛んで食べる。③硬く噛み砕く必要がある食品を5歳以下の子どもには食べさせない。（豆やナッツ類など噛み砕きにくいものは注意）④ミニトマトやブドウなどの球体の食品を丸ごと食べさせない。⑤姿勢を正しく、集中して食べる。といったことを注意する必要があります。

摂食嚥下障害看護認定看護師



冬号のトピックス

- ①寒暖差には「用心を。」
- ②窒息は不慮の事故第一位
- ③慢性呼吸器疾患患者のACCPについて

「慢性呼吸器疾患患者のACCPについて」

ACCP（アドバンス・ケア・プランニング）とは、将来の変化に備えて、その間の医療やケアに望むことを繰り返し話し合っていくことを言います。

慢性的な肺の病気の患者さんは、病気が良くなったり、悪くなったりを繰り返しながら徐々に健康レベルが低下し、感染症等をきっかけに急激に悪化し、致命的な状況になることが多く、がんとは異なり、あとどれくらい生きられるかを推定することが難しいとされています。そのため、医療やケアに望む事の話し合いは、できるだけ早い段階から始め、続けていくことが望ましいとされています。

患者さんが、その人らしく残された時間を有意義に過ごすことができるように、この先、病とともにどのように生きていきたいか、今をどう生きるかという思いを明らかにし、日頃から家族や大切な人、医療者と話し合い、共有していくことが重要です。

慢性呼吸器疾患看護認定看護師

看護認定看護師



中部労災病院
リソースニュース会発行