



## 新年度 勉強会プログラム

2月に入り、病院・施設ではそろそろ新入職員の研修・オリエンテーションを企画する頃ではないでしょうか。

今回は3大介護のひとつである「排泄介助」について、光洋ケア・コンシェルジェが実施する研修プログラムの紹介をします。

### 研修会の趣旨

光洋の研修会は『使う人の身になって…』をモットーに、製品説明だけに限らず、お使いになるご利用者様には「快適な生活の実現」を、スタッフの皆様には「ケア向上のために必要な正しい知識と技術の習得」を目的としたプログラムで行っています。

### プログラム内容

- ① 紙おむつとは？  
パッドやおむつの水かけ実験や、構造の説明をします。
- ② 光洋製品のご紹介  
尿量や用途に合わせ色々な製品のご紹介・使う前のワンポイントの説明・効率よくお使いいただく方法を説明します。
- ③ デモンストレーション  
もれないあて方や、正しいおむつの装着をコンシェルジェが実践します。お互いに装着体験をするのもよい勉強になります。
- ④ 失禁を予防する体操  
骨盤底筋体操や筋力アップ体操を皆(ご利用者様も)で行います。
- ⑤ 排泄と失禁について  
排泄の生理・失禁のメカニズムについて説明します。
- ⑥ 皆で話し合しましょう  
日頃の悩みや問題点、より良い排泄ケアについて話し合います。



### 研修会でよくある質問

- Q：時間はどのくらいかかりますか？  
A：内容によって様々ですが、大体60～90分位です。ご要望に応じた時間内で行います。
- Q：質疑応答の時間はありますか？  
A：もちろんあります。疑問に思ったことや分かりにくかったことなど、「こんな質問をしたら…」と思わずどんどん質問して下さい。
- Q：その他の勉強会プログラムはありますか？  
A：基本的には排泄ケアに関する勉強会を実施していますが、他施設等での事例紹介や排泄に付随した内容の勉強会(陰部洗浄・スキンケア等)も行っていますので、各営業担当にお問い合わせ下さい。
- Q：あて方のデモでは営業マンがモデルになってくれますか？  
A：皆様にあて方の説明を見て頂くため、営業マンがモデルになることが多いのですが、ご利用者様のお気持ちを感じて頂くためにも、普段関わられている皆様がモデルになることをおすすめします。



### 気持ち新たに…

日々援助に関わっているとつい忘れてしまいがちな「ご利用者様の気持ち」。でも心のこもらないケアはただの「業務」になってしまいます。新しいスタッフを迎える前に、先輩となる皆様が、思いやりのケアについて今一度話し合い、考える時間を作ってはいかがでしょうか。

左記のような勉強会をご希望の場合は私たち「光洋コンシェルジェ」にお気軽にご相談下さい。新たな気持ちで新年度を迎えましょう！！

## ♪ 今月の人 ♪

光洋 金沢営業所

濱口 早人さん



### ★ 自己紹介

本州最南端和歌山県串本町出身。現在は石川県に住んでいます。

### ★ 金沢の良いところは？

やはり香林坊・片町です。香箱(かに)、手取川(地酒)、がおすすめです、四季折々の兼六園も最高です！！

### ★ 嬉しかったこと

お客様から「製品が良くなった」や「援助がしやすくなった」などのお話を伺えたときは、次の仕事の励みにもなりますし、何よりも嬉しい瞬間です。

### ★ 今年の目標

全国の皆様に弊社の紙おむつを知って頂けるよう頑張ります。お近くの方はお会いできる日を楽しみにしています。

## 在宅介護の基礎を学ぶ

其の5

在宅介護の基礎、第3回目は「口腔ケア」についてです。

### 加齢が原因で歯が抜ける??

皆さん質問です。「年をとると歯が抜けるのでしょうか？」  
答えは、ノーです。年をとったからからといって、歯の本数は減りません。むし歯や歯周病が原因で歯は抜けてしまいます。一般にむし歯は予防することができ、80才でも20本の歯は現実可能といわれています。口の中の環境はケアの有無によって左右されるといえます。また、噛むことは、身体的な老化の予防にも繋がります。正しい口腔ケアを行い、良い食生活・良い排泄を……。健康的にいつまでも若々しく年を重ねていきたいものです。

### 口腔ケアの役わりとは？

健康のパロメーターである排泄(排泄物)は、良い食生活から生まれます。良い食生活(美味しい・快い食生活)を促す為には「口腔ケア」を行うことが大切です。また摂食を促すだけでなく、口腔ケア時に口の中を観察することで、身体の異常を見つけることもできお年寄りに多い誤嚥性肺炎などを予防することにも繋がります。

### 口腔ケアの 方法やポイント

歯のある方も・無い方も、経口摂取している方も・していない方も、どの様な方にも口腔ケアは必要です。ご本人様の状態に合った方法

で実施していきましょう。経口摂取していない方の口腔ケアの理想的なタイミングは2～4時間おき・経口摂取している方の場合は、起床時と毎食後の3回、就寝前です。そのタイミングにスポンジブラシなどを用いた粘膜ケアを行い、歯があればその一回は歯ブラシでブラッシングを行いましょう。すぎが難しい方には洗口液を活用すると良いでしょう。

### 口を開けてもらえない…

口を開けてもらえない時はその原因をつかみます。例えば恥ずかしいとか、口を開けることができないとか、痛みがあるなど、様々な原因があって拒まれているのです。その原因をつかみ、それによってケアの対応を考えます。中には技術面を見直すことで解決できることもあります。例えば拒否による場合です。その原因として、歯ブラシや吸引チューブが原因で口腔内に傷や炎症が起きている場合が考えられます。傷をつくるようなケアをしていないか・ブラッシングの強さは適切か、などを見直すことが大切です。

### 気持ちの良いケアを

誰でも自分の口の中を見られることは恥ずかしいことだと思います。それはお年寄りにとっても同じこと。口の中は非常にプライベートな部分といえます。口腔ケアを行うにあたってはプライバシーにも十分配慮して、気持ちの良いケアを心がけましょう。



## 口腔ケアの最新情報

### 楽しく口腔ケアしませんか？

ルピナス

口腔訓練用 吹き戻し



昔遊んだことのある懐かしい玩具、「吹き戻し」がいま口腔ケア用品として話題になっているをご存知ですか？

この「口腔訓練用吹き戻し」は口の部分はとてもくわえやすい柔らかいシリコン製チップが装備されていて、口の部分と専管の部分には固定化除菌効果のある「クリーンエバー」で除菌コーティングがしてあります。中でも一番のこだわりは袋状部！吹き戻しを伸ばす時や伸ばした状態を維持させるために袋状部に内蔵した針金を1本線と2本線に調節してあり、吹く時に口腔内圧を高めるレベル1タイプ(1本線)と、負荷をより加えるレベル2タイプ(2本線)から選ぶことができます。試しにレベル2を吹いてみたら結構力が入りました。楽しみながら口腔周囲筋の訓練や腹式呼吸の訓練、発声訓練、誤嚥の予防ができる、とっても優れたリハビリ用品なのです！！

摂食機能研究会・山部歯科医院の山部先生もこの「吹き戻し」を使用し呼吸機能及び嚥下機能の改善に効果があったことを臨床実験にて報告をしています。皆様もぜひ口腔ケアに取り入れてみてはいかがでしょうか？

お問い合わせはこちら↓↓

★★株式会社 ルピナス★★

TEL (0824) 62-0384

担当 山本 直愛(ヤマモトナオエ)



# 楽しく学ぼう!! ポジショニングセミナー

## ポジショニングとは?

最近いろいろなところで耳にする「ポジショニング」という言葉。看護行為用語分類では体位変換と同義語として示されていますが、はたして「ポジショニング」とは本来どのような意味があるのでしょうか?

## ポジショニングの定義

動けないことにより起こるさまざまな悪影響に対して予防対策を立てること、自然な体軸の流れを整えると共に、安全・安楽の観点から体位を評価し、現状維持から改善に役立つよう体位づけの管理を行うこと。

(月刊ナーシング2008・vol.28 p17より抜粋)  
つまり、ただ姿勢を安定させたり、姿勢を保持することだけが目的だった体位変換とは違い、予防・改善・管理といった「目的」と「目標」を持った安定・安楽のことを「ポジショニング」と言うのです。



## ポジショニングの目的

ポジショニングの目的は主に下記のような目的があります。

- 褥瘡の予防・改善
- 拘縮・変形の予防・改善
- 筋緊張緩和と調整
- 呼吸の改善(肺の拡張の促進・気道の分泌物を排出しやすくする)
- 浮腫の予防・改善
- 姿勢の安定により活動を促す
- 診察や治療・検査・看護処置などに必要な体位を取る

**患者様・ご利用者様の必要とする目的をしっかり把握したうえで  
安全かつ安楽なポジショニングを行うことが重要です**

\*株式会社ケーブ ホームページより抜粋

## ポジショニングのアセスメント \*参考資料: エキスパートナース2008・vol24 p34

**視察** 全体だけを見ないで部分部分もしっかり観察します

### 問題点の抽出

どの部分に問題が生じているか、どの部分が原因となって問題が生じているのか、どのように予防するべきかなどを洗い出す

### 方法の決定

最善と思われる体位を検討し、それを保持出来るポジショニング方法と、必要な物品を決定する

**言評価** 安定・安全性の確認、ご本人への確認や表情・呼吸・脈拍等の観察、時間経過にともなう崩れはないか、圧迫により発赤など生じていないか確認し、再アセスメントを行う

## こんなポジショニングはレッドカード!!

### ① クッションを「入れる・挟む」だけのポジショニング

クッションを取った時に体が崩れないような挟み方は体重が全くクッションにかけられていない証拠です。体重をかけることで体圧を分散させ、安楽を与えることができます。

### ② 誰でも彼でも30度側臥位・2時間おきの体位変換とは限らない

臀筋が削げ落ちていてやせが顕著な方に対しては臥位や完全側臥位が好ましい場合があります。また、2時間おきというもあくまで目安です。その方の状態や環境を観察し、個々の対応を考える必要があります。

### ③ バスタオルを使った体位変換

現場では寝たきりの方にスムーズな体位変換を行うため、ベッドの上にバスタオルが使われることがありますが、バスタオルは表面のループにより摩擦力が高まり、すれによるスキントラブルや除圧の妨げになります。また、温度が上昇して発汗し湿潤の原因となるため使用は避けるべきです。



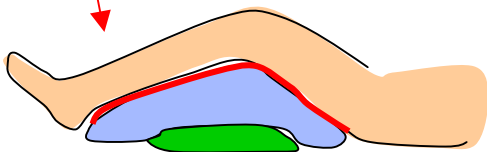
## 仰臥位でのポジショニングのポイント



枕は肩の下まで入れる

棒ピローやブーメラン型の枕を枕の下に入れ体を沈ませる

ギャッジアップは30度まで



ナーセントパッドなど硬さのある体位変換枕を膝の下に入れるときは柔らかいクッションを上にかぶせると高さを調節できるので足が沈み接着面積を広く取れる。

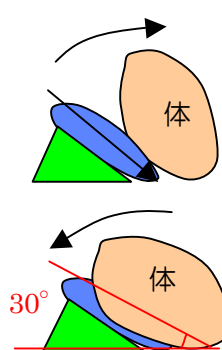
※背上げの角度が大きいときは下肢を高く挙上してしまうと腹部に圧迫を生じさせてしまうためあまり高く挙上しない。



上から見た状態

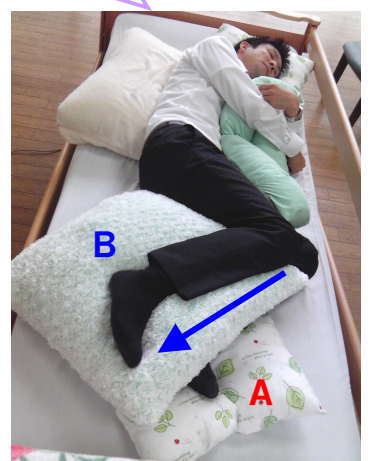
## 側臥位でのポジショニングのポイント

上半身を傾斜させるためによく用いられる三角枕は、固くてすべりやすいものが多いため薄めで柔らかいクッションを上にかぶせて使用することで安定できる。



90°の側臥位をとり、三角枕とやわらかめのクッションをできるだけ背中のおまでいれてから体を戻すと体がクッションに沈み、接着面積を多く取り、側臥位も安定できる。

抱き枕があると落ち着くなあ



抱枕は上肢の屈曲拘縮の予防と、側臥位の安定、そして精神的な安楽といった効果が得られる。

**A:** 臀部から下肢にかけて大きくて厚みのあるクッションを敷くかかとやひざが浮かないくらい大きさが適当

**B:** 両下肢に入れるクッションは膝頭が当たらないよう長さや大きさがあって柔らかすぎないクッションを使用する。その際両下肢を無理に開こうとせず→の方向に押し込むように入れる。