

令和元年9月 研修

ヘルパーステーションこころ

脱水について



①人間の身体において水分の占める割合は？

- 約60%
- 胎児・・・約90%
- 新生児・・・約75%
- 子供・・・約70%
- 成人・・・約65～70%
- 老人・・・約50～55%

水分の役割とは？

- 運搬（酸素や栄養を身体中に運び、老廃物は体外へ出します）
- 体温調節（皮膚への血液の循環を増やし、汗を出して体温を一定に保ちます）
- 環境維持（新陳代謝がスムーズに行われるよう、体液の性状を一定に保ちます）

何故、高齢者は脱水症状になりやすいのか？

- 体内の水分量が減っている
- 内臓の働きが低下している
- のどの渇きに気づきにくい
- 病気や排泄障害がある
- 薬を服用している

脱水症のサインとは？

- 皮膚の乾燥（唇、口の中、わきの下）
- 頭痛や吐き気
- 嘔吐、下痢
- 意識を失う、痙攣

脱水症状の際、訪問時の対応をどうするか？

- 水分補給
- 気温が高いならエアコンをつけて調整する
- 乾燥しているなら、加湿器や、やかんで対応
- 病気による発熱や嘔吐・下痢があるなら報告し受診の検討

食中毒について

- 食中毒の症状って？
 - 腹痛、下痢、嘔吐、発熱
- ※重症化すると死亡する事もある。

食中毒の原因

食中毒の原因となる細菌・ウィルスは？

O-157

ノロウイルス

腸炎ビブリオ、サルモネラ属菌、カンピロバクター属菌、黄色ブドウ球菌など

食中毒の対策とは？

※厚生労働省の資料参照

感染症といえバ？

- インフルエンザ
- MRSA
- ノロウィルス
- 肝炎(A型、B型)など

インフルエンザの予防

- 流行前のワクチン接種
- 外出後の手洗い等
- 適度な湿度の保持
- 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取
- 人混みや繁華街への外出を控える

MRSAについて

- MRSAは、methicillin-resistant Staphylococcus aureus (メチシリン耐性黄色ブドウ球菌)の頭文字をとったものです。

重症化しやすい状態

- 無菌室が必要になるくらい抵抗力が低下した場合
- 大手術の後
- 重症の熱傷(やけど)を負った場合
- 血管内にカテーテルを長時間入れている場合

保菌と発症

- 菌の検出は、必ずしもその菌による感染症とは言えません。MRSAは非常にありふれた菌で、鼻の中にMRSAを付着したまま家庭や施設で過ごされる方もいます。MRSAを付着しているけれども、病気は起こしていない状態を「保菌」と言います。MRSAを保菌していても、健康な人であれば、数日で自分の抵抗力で駆除してしまいますが、高齢になるとそのまま「保菌」した状態が続くことがあります。

- しかし、「保菌」しているからといっても、家庭や施設で過ごせるような人であれば、重症化して、実害を及ぼすようなことはありません。つまりMRSAを『保菌』していても心配はなく、周りの人にも害は及ぼさないということです。一方、MRSAを『発症』している患者というのは、感染した結果、咳やくしゃみ、発熱、下痢のような症状が現れて、臨床的に問題となる感染症状を呈している患者のことです。代表的なMRSA感染症とは、髄膜炎、肺炎、腹膜炎、腸炎、敗血症などです。

MRSAの感染対策

- うがい、手洗い
- 手指消毒（エタノール含有速乾性手指消毒剤）

リスクマネジメント

- risk management

直訳すると、危機管理となります。

訪問介護現場でのリスクとは

- 利用者が怪我をする(身体的損傷)
- 利用者の物品を壊してしまう
- 訪問忘れ

リスクを予防するには

- 日頃からリスクを見逃さない観察力を持つ。
(例)・転倒・転落の危険はないか？・誤嚥の危険はないか？使っている物品に破損の危険はないか？
 - 常に自分の利用者のリスクについて考えて業務にあたり、小さなリスクでも事業所に報告してください。
- ⇒ リスクの解消が事故予防になります。

緊急時対応について

まずは、状態の確認

- 意識はあるか？
- 患者の肩口を軽く叩きながら、耳元で呼びかけて反応を見る。
- 呼びかけに応じない場合は手足をつねって反応を見る。
- 呼吸はしているか？
- 胸が上下に動いているか
- 患者の鼻や口に頬を近づけて息が感じられるか？
- 出血していないか？
 - ・出血が止まらない
 - ・多量の出血がある
- 脈はあるか？
- 頸動脈 または 手首に人差し指と中指を当ててみる。
- とにかく事業所に連絡して状態を報告してください

緊急時対応について

① 意識がない ⇒ 気道確保

② 出血している ⇒ 止血

感染がないように必ず手袋かビニール袋で手を保護する。

③ 吐き気・嘔吐がある ⇒ 吐物で窒息しないよう顔を横に向ける

救急車を呼ぶ場合

- ① 119番に電話する
- ② 「消防署です。火事ですか、救急ですか？」⇒「救急です」
- ③ 「住所を教えてください」⇒「住所を答える。ヘルパーであることを伝える」
- ④ 「どうしましたか？」⇒「利用者のお名前は、〇〇〇様です。年齢は〇歳、
症状は・・・(できるだけ症状を具体的に伝える)」
- ⑤ 「あなたのお名前と電話番号を教えてください」⇒「ヘルパーステーションこちらの〇〇〇です。電話番号は・・・(利用者宅の電話番号)」
- ⑥ 救急車が到着するまでにしておく手当てをたずね、指示通りにする。