看護小規模多機能型居宅介護 ケアホーム希望





Vol.120 令和5年9月号

[1] 表示中国自由中央的自由的企业,国际自己的自由的企业的自由的企业的企业。由于国际的企业的企业。

(株)つつじヶ丘在宅総合センター 〒182-0006 調布市西つつじヶ丘2-19-6 第三コーポ横田 1F

3 03-5315-5722

TOILET

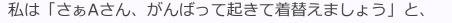


私の看護師としての生き方

第4弾

訪問での失敗談

脳梗塞の後遺症で左半身麻痺の 82歳の Aさん宅を訪問すると Aさんは朝、目が覚めたばかりで ベッドに横になっていた。 尿失禁でシーツ、寝衣はびっしょりに濡れ、ベッドの柵は外れ、シーツは乱れていた。



声をかけると、Aさんは顔色を変え「これ以上何を頑張れと言うんだ!」と怒鳴る。

妻の話によると、夜 一生懸命トイレに起きようとしたが、身体が思うように動かず、トイレに間に合わず漏らしてしまったというのだ。私は状況も把握しようとせず、無責任に「がんばって」と、言ってしまったことを反省した。

私たち医療者は、重症な患者さんや末期の利用者さんについ「がんばって」と、口にしてしまう。この言葉は、勇気を奮い立たせる反面、精一杯がんばって生きている人にとっては、とてもきつい言葉である。

A さん、ごめんなさい。がんばらなくてもいいけど、今日もあきらめないでトイレに行こう としてほしい…。

最近 `がんばらない介護、という言葉を耳にする。介護する人、される人が がんばりすぎて 疲れたり、イライラして相手を傷つけたりしてしまうことがある。自分自身の心に余裕がなく 介護している人、される人も多い。

ありのままを受入れ、ちょっと肩の力を抜いて、がんばらない介護をしよう…。

金沢 二美枝



`がんばらない介護、とは…

介護する側にも、受ける側にも過度の負担を強いず、肩の力を抜いて、介護と上手に付き合っいくための「新しい介護の価値観」を言います。

どうして `がんばらない介護、なのか?

◆ 息抜きが 毎日の笑顔をつくる…

がんばり過ぎはストレスのもと。ストレスが溜まると表情に出たり、言葉がきつくもなり、介護する側の関係を悪くしがち。それが次のストレスのもとになってしまうことも。

◆ 長期戦だからこそ マイペースで…

子育てとは違い、介護はいつ終わるか予測がつかない。だからこそ、自分のペースを持つことが 大事になる。がんばり過ぎると、スタミナぎれになってしまう。

◆ 介護する人のがんばり過ぎは 介護を受ける人の気兼ねのもとに…

想像してみてください。誰かが、あなたのために、自分を犠牲にしている姿を見るのは辛くないですかか。同じように、介護する人ががんばり過ぎていたら介護される側も気兼ねします。



調命市 認知症サポート月間

「認知症の十人十色に応える介護・ 看護」 〜地域に根付く複合型サービスを 知ろう〜

9月21日 の「世界アルツハイマーデー」にちなみ、調布市では 9月を「認知症サポート月間」として令和 3年度から様々な啓発活動や講座を実施しています。

認知症の方の 6割が在宅生活を送る中、調布市では 地域で暮らす認知症の方に さりげない 支援の手が行き届く「認知症にやさしいまちづくり」を目指しています。

「認知症サポート月間」では、認知症や認知症予防について学び、認知症当事者、家族、認知症支援者の

声を聴き、認知症への理解を深め、認知症になっても 暮らしや すいまちづくりについて考える きっかけづくりとして、調布市 内各所で認知症に関するイベントや講座が開催されています。

ケアホーム希望の 金沢と ケアハウス絆の 安川も 地域の皆様 へ 看護小規模多機能型居宅介護、小規模多機能の 地域での取り 組みについてお話させていただきました。

主催:地域包括支援センター仙川 1日:03-5314-0030

