

肺炎について



社会医療法人 全仁会 平成南町クリニック
院長 玉田 二郎

この文を読まれている頃にはインフルエンザが流行しているかもしれません。この時期は肺炎にも注意が必要です。細菌やウイルスなどによる感染症としての肺炎と、アレルギーなどの感染症以外の肺炎がありますが、ここでは感染症としての肺炎について述べます。

どのような症状がある時に肺炎と言えるでしょうか。鼻汁などの痛みだけがあつて他の症状が無い場合は、まず肺炎は心配しなくてよいです。肺炎になると咳が出ますが、咳の出る風邪

症状で最も多いのは気管支炎なので、咳が出るから肺炎だとは言えません。悪寒戦慄(寒気が強く体がふるふる震える)、38度以上の発熱、呼吸数が多い(毎分25回以上)、1日中痰が出る、筋肉痛がある、寝汗が出る、などがあると肺炎の疑いが濃くなります。インフルエンザと共通の症状が多いですが、インフルエンザだけなら呼吸数は増えないとされます。逆に、これらの症状が無くても肺炎のこともあります。特

に高齢の方ですと、肺炎になつても食欲不振・日常活動度の低下・尿失禁のような呼吸器以外の症状だけのこともあります。

肺炎が疑われた場合には胸部レントゲン写真を撮ります。肺炎に矛盾しない症状があつて肺に影がある場合には肺炎と診断しますが、影が判らない時期もあります。ごく小さな影であつたり、脱水のために影として写らなかつたりすることもあります。

普段の呼吸数や脈拍数、平熱、体重を記録しておくことと診断時に非常に役立ちます。脱水があると、出るはずの痰が出なかつたり急に体調が悪化したりすることがあります。腋の下が乾いている、口の中が乾いている、眼が窪んでいる、毛細血管再充満時間が2秒以上に延長(手指の爪を白くなるまで強く圧迫してから、圧迫を止めて爪のピンク色が戻るまでの時間が2秒以上かかる)などがあると脱水の可能性が非常に高いです。もちろん体重が急に減つても脱水が疑われます。

訪問入浴サービスとは?

ヘイセイホームヘルプステーション 訪問入浴 管理者 藤本恵美子

*訪問入浴とは

ご家庭での入浴が困難な方のご自宅に訪問し、そのままお部屋でお風呂に入っていたり、サービスです。お一人ではご入浴が困難な方や、入浴のお手伝いに不安のあるご家族の方など、ご利用者様に合わせた方法で入浴サービスを行います。

*サービスの流れ・内容

- ①体調チェック：入浴前に、血圧や体温など測つて、状態を確認します。
- ②浴槽の搬入・脱衣：分割浴槽をベッドサイドに組み立て、入浴車から沸かしたお湯をホースに通して入れます。
- ③入浴：四季や室温・体調に合わせた湯温を設定し、体に負担が掛からない様考慮しながら快適なサービスを提供します。
- ④着衣・片付け：必要に応じて、処置もします。
- ⑤体調チェック：浴後の体調を観察し皮膚状態など変化があれば、主治医や他のサービスと連携を取り

※もし体調が悪く入浴できなくても、清拭に切り替え、体を拭いたり、足浴をすることもできます。

*ご利用いただける方

介護保険の要介護(1~5)、要支援(1~2)、倉敷市や総社市の障害手帳をお持ちの方、料金がそれぞれ異なりますので、サービスを受けられる事業所やケアマネージャーにお問い合わせ下さい。

私たちヘイセイ訪問入浴は平成8年9月に設立された、倉敷平成病院グループの介護保険事業所です。倉敷市内はもちろん総社市・浅口市・早島町などにも看護師1名と介護職員2名の計3名で訪問させて頂いています。軽自動車の移動入浴車を3台保有し、狭い道路や限られた駐車スペースでも、大丈夫です。ご自宅でお風呂に入らず、3か月ぶりに訪問入浴サービスを利用して入浴された方が、お湯に浸かった瞬間から、「気持ちいい、気持ちいい」と出るまで言つてくださいました。

肺炎の原因は細菌感染の事が多く、治療は抗菌薬主体となります。抗菌薬の種類・最適薬・内服薬にするか点滴

薬にするか、入院治療が必要かどうかなどは、慢性呼吸器疾患のような合併症、肺炎の重症度、併用薬剤(免疫を低下させる薬剤)などを総合して決めます。生活状況、即ち、「誤嚥しやすい・ずつと在宅で生活している・たびたび入院を繰り返している・介護施設に入所している・入院中である」などによつても治療薬が変わります。

最も大事なのは肺炎の予防です。誤嚥しやすい方は食事形態や摂食時の姿勢の工夫、菌周病治療・口腔ケアで誤嚥性肺炎を予防しましょう。インフルエンザワクチン接種でインフルエンザ後の細菌性肺炎を防ぐ、肺炎球菌による肺炎を軽症で済むようにするために肺炎球菌ワクチンを接種するなどの対策をとりましょう。免疫力の低下を防ぐことも大切です。高齢の方は低蛋白血症にならないように蛋白質摂取を心掛けて下さい。また、乳酸菌飲料や適量の食物繊維を摂るなどで腸内細菌叢を整えると、局所免疫を担うIgAという免疫蛋白が増えて、上気道感染が減少すると言われています。マイコプラズマ肺炎は若くて元気な人でもうつってしまうことが多いので予防は困難ですが、家族全員が体調管理し風邪予

「身体は拭いてもお風呂のようにはいかないですね。早く頼めばよかった」とご家族も喜ばれました。

訪問入浴というサービスを皆様にご理解いただき、ご利用者様の満足やご家族の介護負担の軽減など、少しでも地域に貢献できればと思います。

防に注意して、少なくとも家族間の感染を防ぎましょう。

*補足：肺炎球菌ワクチンには、「ニューモバックスNP」と「プレベナ13」の2種類があります。ニューモバックスNPは肺炎球菌のうち23種類の型に対するワクチンであり、本年10月から65歳以上の人への定期接種となりました。英膜多糖体ワクチンで、小児や高齢者などでは抗体価の上昇が得られにくいとされています。プレベナー13は13種類の型に対するワクチンです。ジフテリアトキソイドを結合させてTリンパ球に認識され免疫的な有効性が高くなっています。小児へは2013年11月から定期接種になっています。2014年5月から65歳以上の人も認可されましたが、まだ定期接種ワクチンには指定されていません。

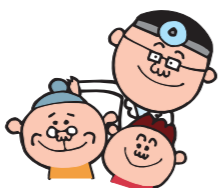


す。

ご利用希望の方は、地域高齢者支援センターまたは、居宅介護支援事業所にご相談下さい。

(有)医療福祉研究所ヘイセイ
TEL: 086-427-8451

超簡単！家庭でできる運動のすすめ



せつしょく えんげしょうがい 摂食・嚥下障害(飲み込みの障害)

倉敷平成病院 リハビリテーション部 言語聴覚療法課長 藤本 恵正

前回の飲み込みの運動は、発音によるトレーニングの紹介でした。いかがでしたか?今回で最後です!ありがとうございました。その前に、前回の事ができないうちどうなるか体験しましょう!

- ①口を開けたままツバを飲んでください
- ②舌をお口の天井につけないでツバを飲んでください
いかがですか?飲みにくいですね!最後である今回は、咳の練習です。
- ①鼻から息をいっぱい吸って……咳をする
これを5回してください
- ②最後に深呼吸です。お腹に手を当てて、鼻から息を吸って、口から息を吐いてください。これを5回します。

1回目から今回までが一連の流れです。非常に地味に見えますが、とても大切な機能ですので、いつまでも飲み込みができるよう、お体を大切にしてくださいね!