



## 「医原性サルコペニア」をご存知ですか？

摂食嚥下障害看護認定看護師 川野 陽子



最近テレビなどでサルコペニアやフレイルという言葉が聞かれたことがあるのではないのでしょうか。



サルコペニアとは、**高齢期にみられる骨格筋量の減少と筋力、もしくは身体機能(歩行速度などの)低下**。加齢や活動不足、疾患、栄養不良は、QOLの低下、転倒や骨折、フレイルになるリスクが高くなります。

また、フレイル(Frailty)は、**加齢に伴い様々な臓器機能変化や予備能力に低下が起こり、外的ストレスに対する脆弱性が亢進した状態**です。

入院中の**不適切・不要な安静や禁食、栄養管理、ケア**によって引き起こされたサルコペニアを「**医原性サルコペニア**」といいます。ADL 制限による**低活動**や摂食嚥下機能状態や栄養状態を考慮しないと**低栄養**になり、入院前の状態にも自宅にも戻れないという結果につながってしまうのです。

現在 NST チームの介入を行っていますが上記の患者が多く、また、嚥下機能が低下していることが見られます。ADL や嚥下機能は栄養だけでなく筋力も必要です。

入院前の状態に維持または向上するには、病院スタッフ全員が意識を高く持ち、入院した時から嚥下だけでなく、リハビリなど多職種が積極的に介入することが必要なのです。

摂食嚥下障害などについての疑問や困ったことなどご相談ください。



## 【 その人を中心とする介護 】 ～パーソンセンタードケア～

認知症看護認定看護師 篁 薫

パーソンセンタードケアとは、「その人中心のケア」という意味で、近年認知症の人のケアの基本概念として重視されています。その理念は、認知症の人が認知症という障害をもちながら、一人の人間として生きていることその価値を認めるというものです。

パーソンセンタードケアにおける基本的な考え方

### 『 認知症の人が主人公 』

具体的には…

- ・ 認知症の人をよく知る
  - ・ 尊敬の念をもち、認知症で劣った人としてみなさない
  - ・ 認知症の人の思いにそって対応する
  - ・ できないことでなく、できることに着目する
  - ・ 介護者の思いや考え方を強制しない
  - ・ 障害に合ったコミュニケーションを試みる
  - ・ 「介護する人」「介護される人」の関係ではなく、協同的なパートナー関係を創る
  - ・ その人にとって有意義な意味のある日常生活を送る
  - ・ 興味のない活動に参加を強制しない
  - ・ 失敗しても受けとめ、補い、責めない
  - ・ 随伴症状(行動・心理症状)には意味があり、原因や背景を理解し、抑えるだけの対応はしない
- などなど…。



当院でも、昨年 10 月より認知症ケア加算 I 取得に伴い、認知症ケアチームの活動を開始しました。この活動により、病院における適切な医療評価や認知症ケアの向上が期待されています。認知症の人のケアはひとりで行うことはできません。皆でその人を尊重した個別的なケアを行っていくことが大切なのです。認知症ケアに対する不安や疑問、対応に困ったとき、気軽にお尋ねください。

