



病院にひき続いて自宅でもリハビリが大切です。座位や立位の訓練は主に理学療法士（PT）さんが行います。身体機能の維持や生活機能の向上を目的としてリハビリ専門職によるリハビリテーションを受けることができるデイケアをお勧めします。そして体のリハビリに加えて食事のリハビリも大切です。嚥下評価や嚥下訓練は言語聴覚士（ST）が専門です。今から数少ないSTさんを探し

「リハビリの準備を」 「しましょう」

相談してください。自宅での胃ろうの注入は家族が簡単にできません。貴方もできません。ちなみに高カロリー点滴は家族は触れませんし、管理が煩雑で在宅向きではありません。家に帰ってからはなく病院にいるうちに胃ろう栄養に変更してください。

在宅療養を成功させるコツは、いいケアマネ選びにかかっています。もちろん主治医選びも大切ですが、それ以上に大切なのがケアマネ選び。ケアプランに本人と家族の希望を上手に反映するのがケアマネの仕事です。そのためには話をよく聞いてくれる親切

いいケアマネを探してください。

食支援に熱心な在宅医を選びましょう。生きることは食べること。いいケアマネさんを探してください。

脳卒中が起きた部位にもよりますが、急性期には嚥下機能が低下していても慢性期に嚥下リハビリをしっかりと行えば、人によってはトロミ食などを食べることが可能になる方が沢山おられます。簡単に諦めないでください。大好きなカラオケは摂食嚥下に有効です。自宅で試してみてください。まずはSTさんの指導のもと、半分口から半分胃ろうからを目指しましょうか。

ておきましょう。というのもPTさんと比較してSTさんは少ないのでなかなか見つかりません。あるいは摂食嚥下に熱心な歯科医や歯科衛生士さんに関わっていただくのもひとつの方法でしょう。脳卒中が起きた部位にもよりますが、急性期には嚥下機能が低下していても慢性期に嚥下リハビリをしっかりと行えば、人によってはトロミ食などを食べることが可能になる方が沢山おられます。簡単に諦めないでください。大好きなカラオケは摂食嚥下に有効です。自宅で試してみてください。まずはSTさんの指導のもと、半分口から半分胃ろうからを目指しましょうか。

**在宅医療について
勉強しておこう**
これから増える「在宅医療」や「在宅介護」の仕組みについて勉強しておきましょう。各地で在宅医

なケアマネが必要です。ケア会議や人生会議に熱心なケアマネさんにしてください。デイサービスやショートステイの活用でもケアマネさんの力量が問われます。どんなケアマネがいいのかは、ご近所の口コミがとても参考になります。あるいは自宅の管轄の「地域包括支援センター」で相談しましょう。またもし在宅医が決まっていれば在宅医が連携を取りやすいケアマネを紹介してもらおうのもいいでしょう。

なケアマネが必要で、ケア会議や人生会議に熱心なケアマネさんにしてください。デイサービスやショートステイの活用でもケアマネさんの力量が問われます。どんなケアマネがいいのかは、ご近所の口コミがとても参考になります。あるいは自宅の管轄の「地域包括支援センター」で相談しましょう。またもし在宅医が決まっていれば在宅医が連携を取りやすいケアマネを紹介してもらおうのもいいでしょう。

大切なことは病院か施設か在宅かの三択ではないことを知ってください。施設と在宅と行ったり来たり、なかには8割施設で2割在宅という方もおられます。在宅療養において大切なことは家族が抱えすぎないことです。まして貴方はまだ高校生なのでやるべきことが沢山あります。貴方のすべての時間を介護に捧げることはおそれなくお祖父さまは望んでいないでしょう。未来の夢に向かって努力している姿こそがお祖父さまへの最高のプレゼントです。当たり前のことですが、貴方がどのように介護に関わるのかについて今一度ご両親とよく相談して決めてください。

大切なことは病院か施設か在宅かの三択ではないことを知ってください。施設と在宅と行ったり来たり、なかには8割施設で2割在宅という方もおられます。在宅療養において大切なことは家族が抱えすぎないことです。まして貴方はまだ高校生なのでやるべきことが沢山あります。貴方のすべての時間を介護に捧げることはおそれなくお祖父さまは望んでいないでしょう。未来の夢に向かって努力している姿こそがお祖父さまへの最高のプレゼントです。当たり前のことですが、貴方がどのように介護に関わるのかについて今一度ご両親とよく相談して決めてください。

大切なことは病院か施設か在宅かの三択ではないことを知ってください。施設と在宅と行ったり来たり、なかには8割施設で2割在宅という方もおられます。在宅療養において大切なことは家族が抱えすぎないことです。まして貴方はまだ高校生なのでやるべきことが沢山あります。貴方のすべての時間を介護に捧げることはおそれなくお祖父さまは望んでいないでしょう。未来の夢に向かって努力している姿こそがお祖父さまへの最高のプレゼントです。当たり前のことですが、貴方がどのように介護に関わるのかについて今一度ご両親とよく相談して決めてください。



在宅医療は 健幸医療

長尾 和宏

医療法人社団裕和会・理事長
長尾クリニック・院長

静岡県浜松市で、祖父、
ご両親と暮らしている
高校1年の女子高生からの
ご相談です。



6月に78歳の祖父が脳の血管が切れて救急車で運ばれました。手術はうまくいき、現在病院に入院中ですが、右半身麻痺になり、ほとんどしゃべることが出来なくなりました。食事が取れないので点滴をしています。いまは病院でほとんどベッドの中で過ごしている祖父ですが、入院前は少し認知症がありましたがとても元気で、いつも家族と一緒にいくカラオケを楽しみにしていました。意識はあるのでお見舞いにくくと、私の顔をみて少し笑顔になりますが、とてもつらそうです。いま両親は病院と相談して、祖父を家で介護するための準備をしています。大好きな祖父に長生きして欲しいので高校1年の私にもできそうな介護の方法を教えてくださいませんか。よろしくお願ひします。

お答えします！

立派なお孫さんですね。感心しました。もう高校生なら帰宅後の自分の時間の一部を使って大好きなお祖父さまの介護はある程度はできると思います。そのようにしている高校生のお顔が何人か浮か

びました。そういえば中学生がやっている場合もありますね。お祖父さまはおそらく要介護3〜5だと想像します。特養に入所するという選択もありますが、在宅療養を選択されようとしているのです。それならば、介護保険を上手に利用してリハビリをしっかり行い、口から食べる食支援などがポイントになります。四つ挙げてみましょう。

胃ろうにしてから 家に帰ろう

病院では高カロリー点滴をされているようですが、それは、病院側の理由です。急性期病院なら「とりあえず高カロリー点滴」とりあえず鼻からチューブ」となる場合がよくあります。また、療養病床なら胃ろうは経営的に不利なので、高カロリー点滴が施されることが多くなります。

しかし本来、人間にとって一番優れた人工栄養法はなんとといって「胃ろう」です。胃ろうは胃カメラで20分もあれば簡単に造れます。もし家に帰るのであれば早期に胃ろう栄養に変更してください。もちろんご両親と主治医とよく

きらめき⁺プラス

Volunteer

2019 October Vol.79



課題「解決」先進国を実現するために
社会のお金の流れを変える

鵜尾雅隆

若者が本気になれば社会は変えられる

都築則彦

ひかりといのちのなかま

酒生文弥