

☆今月のテーマ

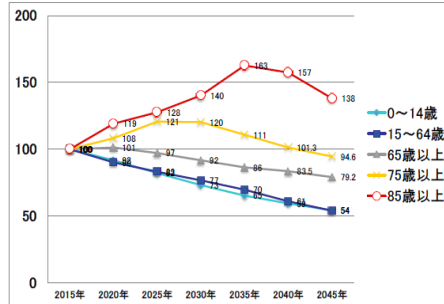
在宅・介護系施設における循環器疾患のリスク管理

☆はじめに

今後、2030年頃まで北九州市門司区の75歳以上の人口は増加すると予想されます。

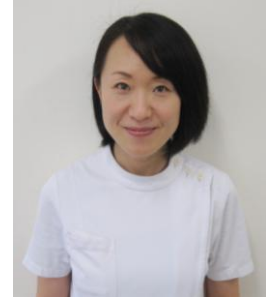
75歳を過ぎると急上昇する介護ニーズ、介護保険受給者の半数が85歳以上と言うことで、在宅・介護系施設ではこういった方々を対象としていくこととなります。高齢者は重複疾患を併存していることが多く、そのリスク管理にも多方面の知識が必要とされます。

今回の内容が、在宅・介護系施設における特に循環器疾患を併存する方へのリスク管理の一助になればと思っています。



年齢階級別人口の伸び率の推移
(2015年を100とした場合、人口問題研究所データより作成 H28年5月)

☆講師紹介



亀田 千恵(かめだちえ)
認定理学療法士(循環)
心臓リハビリテーション指導士
3学会合同呼吸療法認定士

☆心疾患とは…

心臓の栄養血管である冠動脈がつまる→**虚血性心疾患**
心臓の電気系統である刺激伝導系の異常で起こる→**不整脈**
何らかの理由で弁膜に異常が起きる→**弁膜疾患**
何らかの理由で心筋に変性や肥大が起きる→**心筋症**
何らかの理由で心膜に炎症が起きる→**心膜炎**



これらを原因に心臓の動きが低下して、全身に十分な血液を送り出せなくなったもの
心不全

☆デイサービス・デイケアもしくは訪問先で利用者にお会いした時、どのように評価していくか？

1. 話しかけて反応を見ましょう

「今日の調子はどうですか？」 → 問いかけに対する反応を観察する

「反応の良さ」 = 血圧が十分にあり血液が十分に灌流している証拠

「なんとなく変なことを言う」「昨日までと違う」などあったら … **要注意!**

2. 顔色や表情を見たり、全身を観察しましょう

最近1~3日間で体重が1.8kg以上の増加があった場合には心不全の兆候かも？

3. 自覚症状やその他の訴えはありませんか？

・胸痛や動悸、胸部不快感がないでしょうか

・呼吸状態はどうですか → 安静時から呼吸が荒くないですか = NYHA分類のIV度

運動時に容易に息切れしていませんか

運動時にすぐ疲れていませんか

・夜眠れていますか？

肺うっ血による発作性夜間呼吸困難(起坐呼吸)による寝不足ではないですか？

・食欲不振はないですか？

心不全になるとポンプ機能が弱くなる。

日中は動かないといけないので、活動筋へ血流が分配されるため消化器系への血液分配が減少

→ 食欲不振



~つづき~

・夜トイレに何回も起きていませんか？

夜間は活動筋への血流分配が必要ない → 相対的に腎臓などへの血流が回復

→ 夜間尿増加 (= 睡眠不足の原因にも・・・)

・お薬はちゃんと飲めていますか？

循環器疾患の方はいくつも薬を服用処方されたとおりに飲まない副作用が強く出る場合がある。

4. 四肢の状態、皮膚の状態などを触って評価しましょう

手足が冷たい → 心不全悪化 → 交感神経系が緊張 → 主要臓器の血流を保つため四肢抹消血管を収縮

冷や汗 → 交感神経緊張

ハンカチーフサイン → 脱水

5. 脈拍、血圧などを測定しましょう

血圧測定時、その高低だけでなく橈骨動脈を触診しながら脈のリズムや速さも観察する。

→ 脈のリズムや速さに異常を認めた場合、心電図を確認する必要がある。

→ 心負荷を抑えるため血圧や心拍数が低めの方が良いが

会話ができなくなるほどの低血圧の場合はすぐに臥位にする。

6. 心音、呼吸音を評価しましょう

心電図がない場合、聴診によって心拍数と脈拍数の解離はないか確認することも可能

7. パルスオキシメーターを使用しましょう

・酸素飽和度の測定以外にも脈拍の測定、脈波から心拍動のリズムの確認、

酸素飽和度が測定できるかどうかで抹消の循環の有無を推定できる。

パルスオキシメーターは動脈血の酸化ヘモグロビンと還元ヘモグロビンの吸光特性を利用して2種のヘモグロビンの比率を測定している。なので、ヘモグロビンが少ない場合SPO2が低下せず、息切れを認める場合がある。

8. 運動による自覚症状を聞きましょう

9. 普段の活動量をチェックしましょう

無理な活動になっていないか？

☆まとめ

きちんとリスク管理をしながら 介護保険の理念である、地域の皆様の**自立**（自分で決めて、自らやる）を**支援**できるように みんなで頑張っていきましょう。

☆勉強会を終えて

今回の勉強会では近隣の施設の方々を対象にリハビリテーション室のスタッフで内容を考案しました。

当日は16施設から35名の方々にご参加いただき、大変ご好評いただくことができました。

今後このような勉強会を定期的開催し、地域の皆さまとのつながりを深めてまいりますので、皆さまぜひご参加下さい。



講義の後は質疑応答の時間もあり、参加者の方と意見を交わす機会を持つこともできました。