

## 認知症看護認定看護師



## 【認知症とは？】

「記憶障害のほかに、失語、失行、失認、実行機能の障害が1つ以上加わり、その結果社会生活あるいは職業上に明らかに支障をきたし、かつての能力レベルの明らかな低下が見られる状態」と定義されています。

現在では日常的に“認知症”という言葉を使っていますが、実は認知症は病名ではなく、症候群です。

風邪に例えると、「のどが痛い、熱が出た、鼻水が出る」などの症状から風邪と呼ぶ方が多いですが、これは**風邪症候群**です。加齢とともに切り離すことができないのが認知症です。認知症の最大の原因が加齢であり、認知症は誰にでも起こりうる身近なものです。

「最近、物忘れが多くなった」「認知症かもしれない」…  
そんな心配ありませんか？また、認知症の方との関わりでお困りではありませんか？そんな心配やお困りごとに関わらせて頂きたいと思えます。

認知症看護認定看護師にお気軽にお声掛けください。



## 【院内デイケア「わくわく」について】

2016年1月、山梨厚生病院院内デイケア「わくわく」を開設しました。現在は感染対策の為お休みさせて頂いています。

入院生活は患者様にとって、治療や療養のために必要なものです。しかし、一方で普段の生活とリズムが違うことによりストレスが生じやすく、夜間の不眠や情緒の不安定、一時的な認知機能障害を招く原因になることがあります。

院内デイケア「わくわく」では、入院患者様が、数時間でもベッドを離れ、楽しく、心地よいと感じていただける時間が持てるよう、日中の時間を利用し、介護福祉士・看護師が季節に合わせた様々な行事、催し物(体操、書写、塗り絵、ゲーム、工作など)を企画・運営し、患者様、担当スタッフともに「わくわく」した時間を過ごします。

一日でも早く再開できることを願っています。

認知症看護認定看護師

加賀見 さおり

橋田 純子

## 院内デイケア作品



## 薬はリスクを併せ持つものです

病気やけがを治すのに役立つ「薬」。しかし、程度に差がありますが、どんな薬でも副作用（例えばアレルギー反応や肝機能障害のような薬の望ましくない作用のこと）を起こすリスクがあります。正しく使わなければ思わぬ副作用を引き起こすこともあります。そのため、しっかりと説明を受けて、正しい使用方法を理解してから使用しましょう。もし、気になる症状がありましたら、医師、看護師、スタッフに申し出てください。急に中止すると危険なケースもありますので、自己判断でやめないで相談しましょう。

## 服用のタイミングを守りましょう

薬は、それぞれ決められたタイミングに飲まないとい効果がなかったり、副作用が生じたりします。必ず決められたタイミングで服用しましょう。用法の指示は次のとおりです

食前：胃の中に食べ物が入っていないとき（食事の1時間～30分前）

食後：胃の中に食べ物が入っているとき（食事の後30分以内）

食間：食事と食事の間（食事の2時間後が目安）

就寝前：就寝30分くらい前から

頓服：発作時や症状のひどいとき



## 服用する量を守りましょう

薬は、定められた量より多く飲んだからといって、よく効くものではありません。多く飲み過ぎることによって副作用や中毒が現れることもあります。

また、服用期間を守ることも大切です。自覚症状が治まったからといって服用をやめると、病気が再発することや完治しないことがありますので、自分で判断せず、医師に相談しましょう。

Q1、どのくらいの量の水で薬を飲めばよいですか？

A1、コップ1杯の水で飲むのが目安です。少量の水では、薬がのどや食道に張り付いて炎症などをおこすことがあります。また、お薬が十分に溶けず効果が現れないことがあります。緊急の場合を除いて、水以外の牛乳やコーラやジュース、アルコール類で飲むことはやめたほうが良いでしょう。薬の効果に影響のある場合があります。



## 飲み忘れないための工夫

症状や病気の状態によっては何種類も薬を飲む必要があります。毎日のことですし、大変なこともあると思います。そこで、飲み忘れないためにこんな方法もあります

シートから1錠ずつ出すのではなく、1回分のお薬を1つの袋に入れる方法（一包化）

\*入院中や退院の時は2種類以上ある場合このようにして渡します。

\*外来で希望のある方は医師に相談してください。一包化は調剤薬局で行っています。（注意）湿気や光に弱いため、一緒にできない薬もあります



お薬カレンダー、お薬ケースを活用する

目の届くところ（食卓の近くなど）におくと一週間分ずつセットしておけるので、飲み忘れに気づきやすいです。

\*こちらのお薬カレンダーは山梨厚生病院地下売店のローソンでも購入できます

\*他のお薬カレンダーやお薬ケースは調剤薬局やドラッグストアなどで購入できます



Q2、薬を飲み忘れたときはどうすればよいですか？

A2、思い出したときにすぐ飲むようにしましょう。ただし、次の服用時間が迫っている場合にはその分は飲まず、その次からいつものように飲みます。2回分を一度に飲んではいけません。

## お薬手帳を活用しましょう



「お薬手帳」とは、あなたが使っている薬を記録するための手帳です。「お薬手帳」は、病院や薬局に必ず持って行きましょう。また「お薬手帳」は薬局ごとに持たず、1冊にまとめましょう。薬局では、薬剤師が手帳を見て、副作用や飲み合わせ、薬の量が適切かどうかなどをチェックします。また、薬の名前や飲み方を記入します。入院する時にも飲んでいていた薬と一緒に渡してください。

\*お薬でお困りのこと心配なことがありましたら、当院薬剤師にご相談ください。