

認知症家族の会 さくらの会

かわら版 令和6年12月号





次回予告

さくらの会 さくらカフェ

日時 1月7日(火) 2月5日(水)

13:30～15:30

場所 須崎保健福祉センター 2階会議室1

事務局:須崎市役所内 長寿介護課 ☎0889-42-1205

※2/5のさくらカフェの詳細については次回のかかわら版に掲載します

★ さくらの会

令和6年11月5日(火) さくらの会を須崎保健福祉センターで行いました。
住民、会員の方、職員を含めて総勢10名での開催となりました。

身体が動かない状態なので、床ずれができていて、
体圧分散のベッドを月額で購入しました。
ご飯は食べていてくれるのでよかった。

私は介護5の母を介護していました。ほとんど家で見ました。
しんどかったですね。

私も母を介護しています。
父が亡くなっても夫婦二人分のご飯3合を炊きます。
何度言っても同じことを繰り返すので、隠してみました。
すると母がお米がない夢を見ており、もう隠すのをやめました。

そうですね。昔のお米はとても貴重なものでしたからね。

年末年始を一緒に過ごそうとこちらの家に呼ぶのですが、
「帰りたい帰りたい」というため、結局自宅に帰ることになります。

じよくそう

褥瘡の予防方法について裏面に記載しています。ぜひご覧ください。

さくらカフェやさくらの会が出た悩みに対する対処法を載せています。
今回は、グループホームすさき 大久保さんから

「^{じょくそう}褥瘡の予防方法について」助言をいただきました。

Q

身体が動かない状態なので、床ずれができます。
自宅で^{じょくそう}褥瘡を防ぐにはどうすればいいでしょうか。



A

^{じょくそう}褥瘡ができる大きな理由

1. 長時間同じ体勢で過ごされる、自分で体が動かす事が出来なくなり、同じ箇所に圧がかかっている状態。突出した骨の部分、弱くなっている皮膚等)
2. 栄養状態が悪い状態
3. 摩擦や服のずれ
4. 汗やおむつで皮膚が湿っている状態が続いている

このような事が続いてしまうと褥瘡ができてしまいます。

^{じょくそう}褥瘡の予防方法

自宅で^{じょくそう}褥瘡ができないようにするためには

- 同じ姿勢で過ごされる方は定期的に体の向きを変えて過ごしてもらう
- 自分で体が動かす事が出来ない場合には、他者の力を借りて定期的に体の向きを変えてもらう
- 自分の好きな物ばかりを食べるのではなく、栄養を考えしっかりと食事を食べる
- おむつで皮膚が湿っている状態が続かないように、定期的に交換を行う
- 高齢者は皮膚が弱くなっているので、摩擦で傷を作らないように気をつける
- お風呂に入る時や体をふくときなどに皮膚の状態を確認

上記の事などに気をつけていくと^{じょくそう}褥瘡は出来にくくなります。

^{じょくそう}褥瘡ができてしまうと、痛みや治療などをしないと治らなくなってしまうので気をつけて生活をしてみてください。



須崎市内のグループホーム

シルバーホーム	おおの郷	多ノ郷甲 1136-2	0889-40-0560
グループホーム	ぬっく須崎	妙見町 11-6	0889-43-0510
グループホーム	すさき	多ノ郷甲 5741	0889-43-1181
グループホーム	やまざくらの里	安和中ノ川内 693	0889-40-0333
グループホーム	新荘の里	下分甲 606-3	0889-43-0101

グループホームの入所のことや、認知症のことなど、いつでもお気軽にご相談ください。

