

認知症看護
認定看護師から説明!

誰でもできる!
みんなでやろう!
せん妄の予防



志水直子
しみず なおこ
認知症看護認定看護師

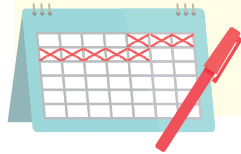
せん妄の予防は入院している患者さまのみならず、お見舞いに来られる方やご家族の方にも一緒に行っていただくことが大切になります。予防を行うことでせん妄から早く回復することにつながります。入院の時に以下の3つのものをご準備ください。

1 時計やカレンダー



せん妄になると混乱してしまい、時間の感覚がわからなくなります。

そのため時計やカレンダーを見える位置に設置して、いつでも時間や日づけを確認できるようにします。カレンダーは、その日の日づけがわかるように○や×で印をつけることで、より日付をわかりやすくします。



2 なじみのもの

せん妄は患者さまやご家族にとっても不安で怖い体験です。そのようなときに、ご家族との



写真をみたり、普段使い慣れたもの(タオル、枕など)に触れることで、落ち着きを取り戻し安心することができます。



3 眼鏡、補聴器、入れ歯

眼鏡や補聴器はつけておくことで、目や耳で場所や自分の置かれている状況を確認しやすくなります。また入れ歯は自分のこと(困ったことやつらいことなど)を伝えるために大切な手助けとなります。コミュニ



ケーションをとりやすくするだけでなく、昼と夜のリズムをつけるためにも重要な役割を果たします。

※ほかには・・・

- おうちでの生活の様子、趣味や日課などがございましたら教えてください。入院生活に取り入れることで、せん妄などの混乱を少なくすることができます。
- ご面会に来られた時は、いつも通りに接してください。つじつまの合わない話であっても無理に正そうとせず、納得されるようにお話ししてください。
- ご自宅で、話のつじつまが合わない、怒りっぽくなった等の症状がみられたときはかかりつけの病院や医療機関にご相談ください。
- そのほかで不明、ご心配な点がございましたらいつでもスタッフにご相談ください。



くす通信

第230号
2020年4月1日

国立病院機構熊本医療センター 発行

精神科より

せん妄について

認知症看護認定看護師より

誰でもできる! みんなでやろう!
せん妄の予防

4月



「くす(樟)」の由来について

くす(樟)は常緑の広葉樹で、熊本城内に多く見られます。種々の精油成分を含み、良い香りがします。樟脳をはじめ色々な薬用成分が抽出されるなど有用な薬用樹でもあります。

また、くすし(薬師)とは、医師のことを指し、くすしぶみ(薬師書)は医術に関する書物のことを言います。

本誌はこの「くす」にあやかり、健康な生活を送るために情報を提供しております。お気軽にお読み下さい。

せん妄について



精神科医師
みつぎ こうし
満崎 晃志

せん妄について

せん妄とは、体の病気や薬の影響で一時的に意識の障害や認知機能の低下が生じるものです。家ではしっかりして生活できていた人が、体の病気で入院中に突然認知症のような状態となり周囲の人を驚かせることがあります。「気が狂った」「認知症になった」と心配されるご家族も多いのですが、せん妄の原因となっている身体の異常が改善することにより基本的には精神症状も改善するとされています。

せん妄は症状の出現の仕方によって3つのタイプに分けられます。

過活動型せん妄

興奮、大声、幻覚、つじつまの合わない話、など

低活動型せん妄

無気力、無表情、ずっと寝ている、食欲低下、など

混合型せん妄

 上記二つが共に生じるもの

原因

せん妄の原因も大きく3つに分けられます。

● 準備因子：起こりやすい素因

例) 高齢、認知症、脳血管障害の既往、など

● 促進因子：悪化させる要因

例) 痛み、ストレス、環境の変化、不眠、など

● 直接因子：せん妄の直接の引き金となる要因

例) 身体疾患、薬、など



対処

まずは、上記の原因を取り除くことでせん妄の改善を図ります。準備因子を治すことは難しいのですが、直接因子となる体の病気の治療を行いながら促進因子を軽減していくことが基本的な対処となります。強い興奮など、身体治療の妨げとなってしまう場合や、速やかに症状を落ち着かせなければ本人が怪我をしてしまう可能性がある場合などは、併せて精神科治療薬による治療も行います。

「変なものが見える」「ここがどこか分からない」など、せん妄は本人にとって不安で恐ろしい体験となります。せん妄での一見おかしな行動は、本人にとってはこの



不安や恐怖から逃れるための行動となります(例:「良く分からない場所にいて変なもの(点滴など)に繋がれているからとにかく逃げなくては」と考え点滴を抜こうとする、など)。本人にとってはやむにやまれぬ行動でありますので、不安をできるだけ少なくするため、①カレンダーや時計を見やすい位置に置く、②時間や場所をこまめに伝える、③今後の予定をしっかりと説明する、④窓から外の景色が見えるようにする、⑤眼鏡や補聴器を用意する、などの工夫を行います。

根本的には、せん妄は直接因子である原因の治療によって改善します。当院の入院中には、治療が安全に行われるために安心できる環境づくりや対応を行っています。

精神科の紹介

当院は県内でも数少ない精神科病床を有する総合病院です。その特色を生かし、主に精神的な疾患を抱えた方の身体治療のお手伝いや、身体治療中に精神面の不調をきたした方の治療・支援を中心に診療を行っています。特に自傷・自死の問題についての対応では、救命救急部に協力を仰ぎ全国でも有数の取り組みを行っています。うつ、認知症といったその他の精神疾患の診療についても、地域医療の窓口として救急外来や精神科外来での受け入れを行い、その後の継続的な通院治療については地域の他の精神科医療機関へ紹介するなど県内外の医療機関と広く連携を図りながら取り組んでいます。



国立病院機構熊本医療センター

- 診察日 月曜日～金曜日
 - 休診日 土・日曜日及び祝日
年末年始(12月29日～翌年1月3日)
 - 診察日 月曜日～金曜日
- 〒860-0008 熊本市中央区二の丸1-5
TEL 096(353)6501(代表)
FAX 096(325)2519
H P <https://kumamoto.hosp.go.jp/>

※ 形成外科の受付は、水曜日以外の13:30～16:30となります。

※ 一部の科では、午後に予約診療を行っています。新患、予約のない方の午後診療は行っておりません。急患はいつでも受診できます。