

はなみずき



♣トピックス♣

- ▶患者さんからの投稿
- ▶感染管理
「手術前のお口の手入れ」
～手術前の歯科治療はなぜ必要～
- ▶作業療法部門紹介
「自宅で使用する一人用起立台について」
- ▶医用工学研究室だより
「トイレ関連の設備機器について」

※今月寄稿していただいた
大久保さんの写真
です。



新しい生活・経験

大久保 匠真

私は2022年11月17日の夜、バイト帰りにバイクで転倒し、意識を失いました。そのときの衝突音を聞いた近所の方が連絡してくれて、下関の病院に運ばれました。その後、第6胸髄の損傷で車いす生活を送ることになりました。運ばれてから一か月後、リハビリのためにせき損センターを紹介してもらい、転院することができました。

最初はほとんどリハビリをしたことがなかったので、きつく感じると同時に、自分の筋肉の無さに驚きました。せき損センターには約9か月間入院しました。やることが多く、時間がすぐに過ぎていきました。毎日のリハビリは大変でしたが、できることが増えることや他の患者さんなどとお話することは楽しかったです。そして、退院の約二か月前にフランスで開催されるラグビーワールドカップを観戦しに行くことが決まりました。

病院以外を車椅子で過ごしたことがほとんどなかったので、とても不安でしたが先生やPT、OT、看護師、海外旅行の経験のある先輩車いすユーザーの方々などのおかげで、ほとんどの問題を解消することができました。具体的に教えてもらったものとしては、車いすのタイヤ・クッションがパンクした時の対処法と飛行機内でのレックバック留置方法・車いすクッションの圧調整方法、シャワーチェアに敷くクッションの準備がありました。

ここからは、退院後の経験についてです。

まず、免許の書き換えをしました。身体状況から二輪免許は失いましたが三輪AT車は乗れる限定が付きました。

その後、改修が終わった家に帰りました。家には、玄関の段差解消機やトイレの移乗台と手すり、お風呂の高床台、洗面台の膝抜き、段差解消スロープを設置しました。生活してみると、小さな二段階の段差やキッチンの膝抜きをしなかったので近づけないなどの問題が出てきました。しかし、福祉用具業者の方が直してくれたり、解決策を教えてくれたりしました。それにより、病院には及びませんが、自分に合った形にして生活できています。

続いて、羽田からパリに行きました。羽田空港内では、自分の車いすで移動し、搭乗直前に機内用車いすに移乗しました。機内用車いすには、自走用の大きなタイヤはなく、押ししてもらうしかありませんでした。トイレには、CAさんに車いすを持ってきてもらい、トイレまで押ししてもらいました。食事中やシートベルト着用サインが点灯している時は行けず、結構混んでいるので、頻繁に行くことは困難だったと思います。他に困難だったことに、私は体幹が効かないので、食事と痙性の解消がありました。着陸時には、勢いで前の座席にぶつかりそうになりましたが、事前に聞いていたので、堪えられました。パリの空港では、空港の車いすでグランドスタッフさんに押し



シャルル・ド・ゴール空港到着

てもらい移動しました。そして空港からは、ガイドさんと一緒にタクシーに乗り、料金を交渉して決めてホテルに向かいました。タクシーでは、ドライバーさんが手伝ってくれたので、問題なく利用できました。

次にホテルは、バリアフリールームに宿泊しました。しかし、トイレの手すりが片方しかなかったり、入り口に少し段差があったり、扉が重かったり、朝食のビュッフェが取れなかったりと困難なことがたくさんありました。手すりは車いすで代用したり、他のことは同伴者に手伝ってもらったりしました。



パリの街並み

観光ではエッフェル塔・凱旋門・ルーブル美術館・W杯観戦・カフェ・スーパー・マクドナルドに行きました。街の歩道は石畳ではなかったですが少し狭い所もありました。

凱旋門では道路に出て写真を撮っているひともいました。この時は、英国の国王がフランスに訪問していたので、フランス国旗が掲げられていました。

ルーブル美術館では専用のエレベーターが使用できたり、観覧者が多くパーティーションで仕切られている「モナ・リザ」にはパーティーションの中で見るのができたりしました。

W杯は前回王者の南アフリカと世界ランキング1位のアイルランドの試合を車椅子専用席で観戦しました。フランスとアイルランドは近いのでアイルランドを応援する人たちがたくさん来ていて、大合唱をして盛り上がっていました。試合は最後のワンプレーまで勝敗がわからない接戦でしたが、アイルランドが勝利しました。その後、グループ上位となったこの両チームは決勝トーナメントに進み、なんと南アフリカが連覇を果たしました。つまり、自分が見た試合が唯一、王者が敗れた試合になったのです。とても貴重な試合を生で見られたことや様々なひとと一緒に盛り上がれたことがうれしかったです。



ワールドカップ観戦

最も驚いたのはマクドナルドです。シャンゼリゼ通りのマクドナルドにはカフェのようなコーナーがあったり、無人のタッチパネルで注文ができてたりしました。さらに、店内にDJがいて、とても楽しめました。

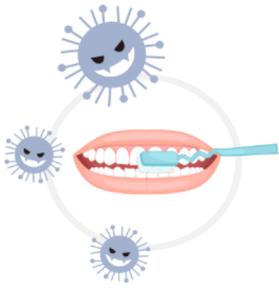
今回の経験から、とりあえず行動してみることで何か新しいことを得られるということ学びました。私の場合はできないことや限界、困難さに気づくことが多かったですがそれでも行動することで成長できました。

なので、これからもスポーツや小型船舶免許など様々なことに挑戦していきたいと思っています。



少し寄り道
(親切丁寧に対応
してくれました)

最後に関わってくださった方々のおかげで今このような生活・経験ができています。ありがとうございました。



手術前のお口の手入れ ～手術前の歯科治療はなぜ必要～



手術室看護師長補佐
感染管理認定看護師 松本 正幸

今回は、手術の合併症と口腔ケアについてお話します！

お口の中には実はたくさんの細菌が潜んでいます。虫歯や歯周病を引き起こす原因菌以外にも無数の細菌が存在します。

お口の中は湿度も高く温かいため最近の恰好の温床です。そのため口腔ケアを疎かにしてしまうと細菌の数がどんどん増えてしまいます。

こうした口の中の細菌が手術の際に悪さを起こしてしまいますことがあります。実際、**手術を全身麻酔で行うとき、お口の中が不衛生だと手術をした部位が感染を引き起こすリスクが高くなります。**口の中の細菌は唾液と一緒に飲み込んでしまうため手術した部位に感染してしまいやすく、そのため治療が遅れてしまう可能性があります。



歯のぐらつきは手術の前に治療を！！

歯のぐらつきは手術となんの関係があるのか？と思う方もいらっしゃるのではないのでしょうか。実はしっかりと治療を受けておかないと**手術のときに歯が破折してしまったり抜けてしまう可能性があります！**

全身麻酔をとまなう手術の際には、人口呼吸を行います。口から喉の奥へチューブを通して酸素や麻酔ガスの通り道を開きます。これを気管内挿管といい喉の奥を見る器具を使って気管へチューブを入れるのですが、その際に歯が破折たり欠けたりしやすいのです。



手術の前にはどんな歯科治療を受ければいいのか？

手術の前に歯科治療を受けた方がいい理由はおわかりいただけたかと思います。では、どんな治療をすればよいのでしょうか？まずは、**歯医者さんで診察です。そして虫歯などがあれば応急処置をし、グラグラしている歯があれば歯の固定を行うか抜歯をします。気管内挿管のとき歯を固定するためにマウスピースを作る場合もあります。**

また、歯石取り、クリーニングをします。口腔内の歯垢(プラーク)を除去しお口の中の細菌を減らすことで感染のリスクを下げます。

口腔ケアを行うことによって、入院日数が短くなったという報告もあります。



ですので、日頃から定期的に歯医者に通院しお口のケアに努めていくことが大切です！

自宅で使用する 一人用起立台について



作業療法士 高浪あゆみ

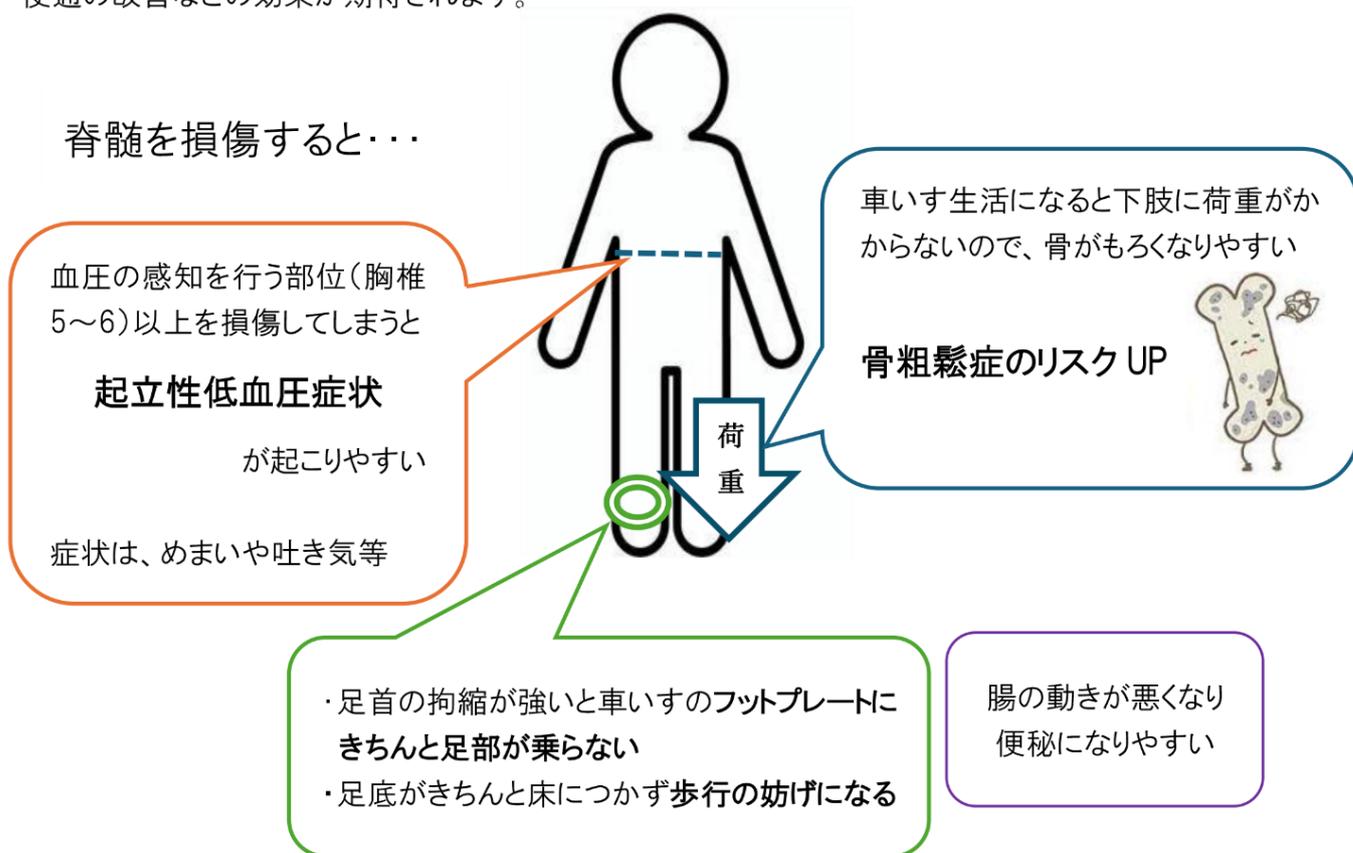
はじめに

脊髄を損傷すると合併症が起こる可能性があります。合併症には、起立性低血圧(血圧の低下)、
拘縮(関節が硬くなる)、骨の萎縮(骨粗しょう症)、排便障害などがあります。

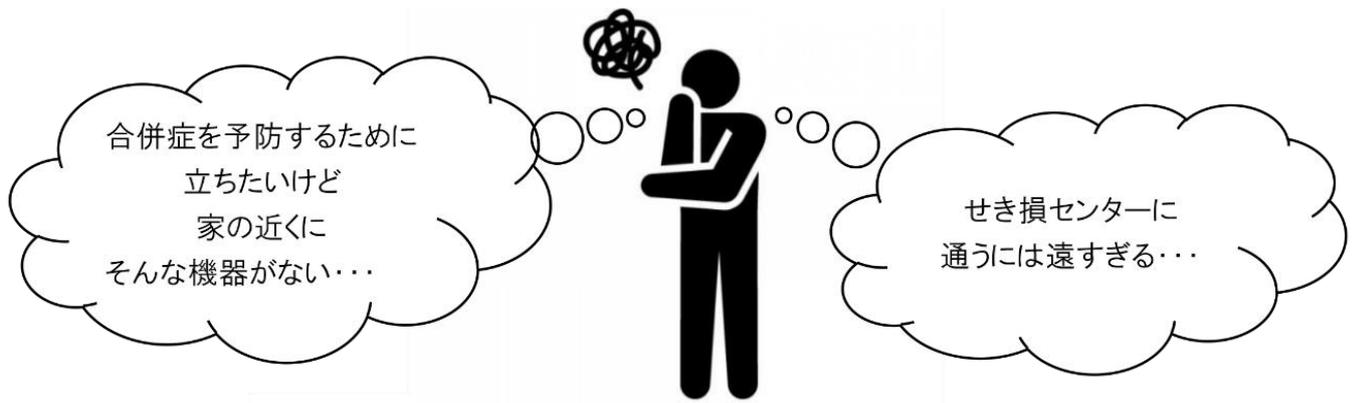
合併症予防のための『起立台』

上記の合併症予防のためには色々な方法がありますが、特に有用なのが『起立台』です。
起立台は、自分の足に力を入れることが難しい方でも、起立を介助しバンドで固定することで立位を保持する機器です。

起立することで、起立性低血圧の改善、股関節・膝関節・足関節の拘縮予防、骨粗しょう症予防、便通の改善などの効果が期待されます。



起立台に立つことで、これらの予防に役立ちます！



そんな時・・・



一人用起立台！！！！！！



実際自宅で使用されている一人用起立台の画像

自力で起立台に立たない患者さんには手伝ってくれる方が必要です。患者さんの能力や体型によっては介助量が大きいため、事前に介助方法を確認しておくとい良いでしょう。

製作会社：有蘭製作所

価格：148,500 円（2024 年 3 月時点）

補助金：各市町村にお問い合わせください

説明を聞いてみたいなどのご興味のある方や購入を検討される方はぜひリハビリスタッフに気兼ねなくお声掛けください。



はじめに

日常生活において排泄は不可欠な行為であり、退院後の自宅生活において「トイレ」環境の整備は非常に重要です。便器の種類やトイレに関連する設備機器の中から適したものを選定し、適切に設置することがトイレの使い勝手に大きく影響します。今回はトイレに関連する設備機器の中でも「便器」に焦点を当て、その違いや選定時のポイントについて書いてみたいと思います。

便器を選ぶポイント

大手メーカーのカタログを見ると、便器にもたくさんの種類があります。みなさんはその中から何を根拠に便器を選びますか？特に選ぶことなく、設計士や工務店にお任せしますか？節水機能や防汚機能等、メーカーが売りにしている機能以外にも、選択時に確認しておくといいと思うポイントがいくつかありますので紹介したいと思います。

①便器のサイズ

便器開口部の大きさの違いによりエロンゲート（大形）とレギュラー（普通）の2種類があります（図1）。エロンゲートの方が縦方向に3cmほど大きな形状となっていますので、座ったまま臀部下に手を入れて座薬挿入や清拭、後始末を行う方々にとっては、エロンゲートの方が好都合であると思います（介助者が行う場合も含む）。

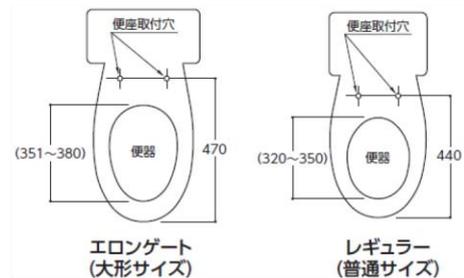


図1. 便器のサイズについて

②水たまり面の大きさ（水面の高さ）

最近の便器は、汚物付着や臭気を防ぐために水たまり面が大きく（水面が高く）なっている種類が多いです（図2）。本人あるいは介助者が便座下に手を入れる場合は、手が汚水に触れないように水たまり面の小さい（低い）便器を選定する方がいいと考えています。



図2. 便器の水たまり面について

③便器のサイズ（奥行）

図3に様々な便器の種類を示していますが、それぞれ全体の奥行寸法が異なります。機種によってはサイズに10cm以上の違いがあります。寸法の違いにより、車いすでトイレに入った場合にトイレ内に車いすが収まるかどうか、ドアが閉められるかどうか…といった点で違いが出てきます（図4）。

車いすの全長を短くする工夫とあわせて対処すると 30cm 以上広くスペースを確保できることもあり、日常生活におけるストレス軽減にも大きく影響します。

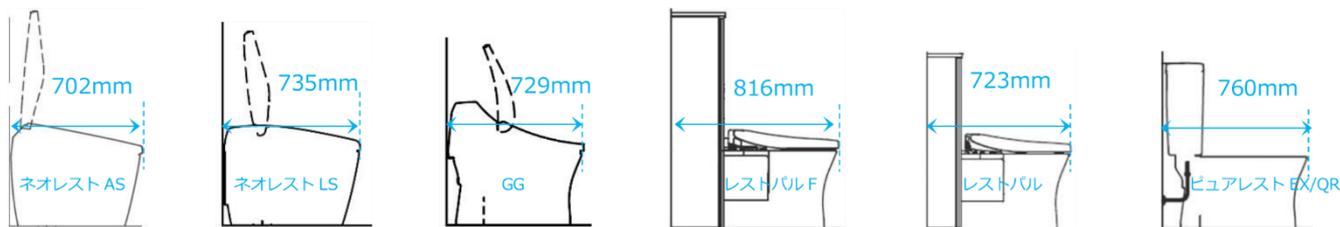


図3. さまざまな便器の種類と奥行寸法の比較

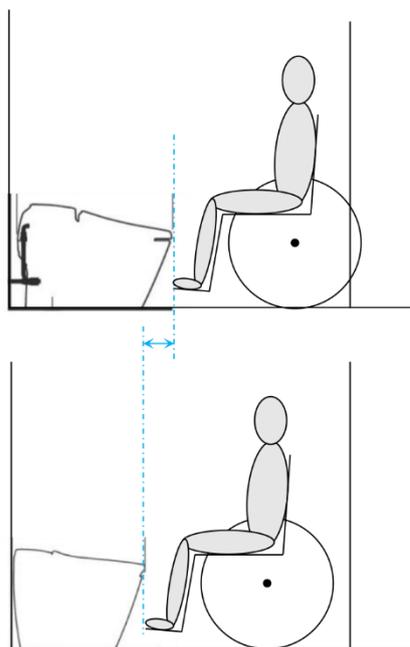


図4. 便器寸法とトイレの広さ

便器標準 洗浄水量 (大洗浄)	3.8L(床排水)/ 4.8L(壁排水)	4.8L				8L	
		トルネード洗浄				ボックスリム洗浄	
洗浄方式	ハイブリッドエコロジ- システム						
特長	水道から直接流れる 水と内蔵タンクから 加圧されて流れる 水、2つの水流を融合 させた新しい洗浄技 術。少ない水量でパ ワフルに洗浄します。	力強く渦を巻くようなトルネード水流で、汚れ やすい部分もしっかり洗浄。少ない水でも効 率よく洗います。	水平方向のトルネ- ード水流と、垂直方向の トルネード水流が融 合。少ない水量でパ ワフルに洗浄します。	フチ裏に設けた複数 の水出し穴から洗浄 する、従来形の洗浄 方式。	フチ裏に設けた複数 の水出し穴から洗浄 する、従来形の洗浄 方式。ボウル内乾燥 面に汚物が付着す る場合があります。		
水たまり	大きい	小さい				大きい	小さい
便器サイズ	エロンゲート(大形サイズ)					エロンゲート (大形サイズ)	レギュラー (普通サイズ)
代表例	ネオレストNX®1/ LS/AS/RS (手洗器付き含む)	GG (手洗器付床排水含む、 CES94*5PX系を除く) GG-800 (CES93*5PX系を除く) ピュアレストEX (CS325BPRを除く) パブリックコンパクト便器・ フラッシュタンク式 パブリックコンパクト 便器・タンク式 パブリック向け ウォシュレット一体形便器 ホテル向けウォシュレット 一体形便器	レストパル(床排水) レストパルF FD ピュアレストQR CS597	ピュアレストMR パブリックコンパクト便器・ フラッシュバルブ式 ピュアレストEX (CS325BPRのみ) レストパル (壁排水) GG (CES94*5PX系(壁排 水 排水心155mm)の み、手洗器付壁排水) GG-800 (CES93*5PX系のみ)	CS20AB系 ほか	CS670系 コンパクトモデル便器 ほか	

図5. 便器の機種とその特長についての一覧表

便器の決め方

今回、便器の最大手メーカーである TOTO の情報を基に説明しています。TOTO の総合カタログには図4のような便器に関する表が掲載されています。ポイントで説明した①～③を考慮しながら「エロンゲートサイズで水たまり面が小さい機種」を選べると「GG」「ピュアレスト EX」「レストパル」といったものが該当します。このようにして便器の機種を絞り込み、決めていくことができる訳です。

おわりに

モノを選ぶ時にありがちですが、機能について情報を知らない場合に「安いものでいい」という選択をしがちです。その結果、こんなはずではなかった…と、不便を感じたり、ストレスを感じたりすることとなってしまいます。事前にしっかりと情報を得て、適切な選択をしていくことが大事だと思います。

総合せき損センター 看護週間イベント

看護フェスタ

ナイチンゲールの誕生日である5月12日を含む1週間は「看護週間」です。

総合せき損センターでは看護・医療に関わる相談や体験会を開催します。

当センター外来患者さまやそのご家族の方はもちろん、脊椎・脊髄に不安のある方、腰や首などの痛みにお悩みの方、ご興味のある方はどなたでもご参加いただけます。

場所：総合せき損センター 1階 総合受付前エントランスホール

日時：5月17日(金曜) 9時～12時

プログラム：

9：00～11：30

健康相談～腰・首・背中の痛みやしびれ

本当に正しい??アルコール手指消毒の体験

お薬相談～飲み方・効き方・使い方

健康評価～体成分分析装置「インボディ」の体験

福祉用具の選び方使い方相談

移乗を補助するボードやリフトの紹介と体験

立ち上がる車いす等活動性を高める車いすの紹介と体験

10：40～11：00

脊椎・脊髄の専門整形外科医の講話

リハビリテーション科 部長 林哲生 先生

11：00～11：30

リハセラピストの指導「転倒予防体操(仮)」



お問合せ先：

総合せき損センター 看護部 板井千栄子

TEL 0948-24-7500

