

つながり

発行元
秋田市在宅医療・介護連携センター
TEL 018-827-3636
E-mail renkei-center@acma.or.jp

令和6(2024)年
1月23日 発行

Vol.20

本誌は、医療や介護に従事する皆様が多職種に向けて自らの情報を発信し、互いに理解を深め、顔の見える関係を築くための連携ツールとして発行しております。

テーマ別特集 高齢者の皮膚と栄養

テーマ別特集では在宅医療・介護に関するテーマに沿って多職種が意見交換することで、実践にあたって内在する課題や、その解決に向けた多職種へのお願いなど、医療・介護関係者に有益な情報を紹介します。

健康な皮膚を保つために日頃からできること（後編）



伊奈 慎介氏

早川眼科伊奈皮ふ科医院 医師
外来のほか、往診にて皮膚科診療を実施。介護施設からの外来患者に対応することも多い。



松岡 幸子氏

市立秋田総合病院 管理栄養士
外来患者の栄養指導や入院患者の栄養管理のほか、院内のチーム医療にも携わっている。



工藤 直人氏

アイリス薬局 薬剤師
薬局での調剤業務のほか在宅(個人宅、施設)で服薬指導もしている。

前編では高齢者の皮膚と食事の関係や、スキンケアの方法、おすすめの食べ方の工夫などについてご紹介しました。後編では食事摂取による効果、皮膚トラブルの予防などについてご紹介いたします。



食事の効果と食べる楽しみ

工藤氏 要介護度が高いほうが褥瘡などの皮膚トラブルが起こりやすいと想像してしまのですが、実際はいかがですか。

伊奈氏 そうですね、要介護度というよりは運動機能の低下が大きな原因です。歩ける方でも座ってばかりいると仙骨部などに発赤ができ褥瘡になってしまう方もいます。皮膚トラブルを起こしやすい方は主に光老化が進んでいる方や痩せて骨が出っ張っている方です。肥満体型の方は痩せ型の方に比べ栄養状態がよく皮膚トラブルは少ないように思います。

松岡氏 病院で褥瘡チームが介入している患者さんのなかには経口摂取ができず輸液管理をしている方や看取りの方が多いですが、食べられていない方に褥瘡の発生が多いのでしょうか。

伊奈氏 活動量が低下した方や痩せている方が、発熱などで急に食べられなくなったことをきっかけに褥瘡が発生することは多いです。診察時によく食事量を確認しますが、半分～全量摂取しているという話を聞けばこの方の褥瘡は治るだろうと予測がつかますが、あまり摂取できていないと聞くと治るのは難しいかなと感じます。十分食べられない代わりに栄養補助食品を使うことも有用ですが、食事は毎食いろいろなものや形が出てくるところに楽しみがありそれが食欲に繋がると思っていますので、やはり頑張って食事を摂取してほしいと思うところです。

松岡氏 そうですね。ただ、入院中の患者さんは食欲がない方も多く、アイスやジュースであれば口にできそうという声

もあり、栄養補助食品は栄養を補給するために必要な食品の一つだと感じています。食べる意欲に繋げるためには誰かと食事をするということが大事だと思います。そうは言っても一人暮らしの方は大変かもしれませんが、受診の時に病院のスタッフと話したり、帰りの薬局で薬剤師と話したりして、少しでも明るい気持ちになることで食べる意欲が増して、食事量が増えることに繋がればいいと思います。

工藤氏 そうですね。薬局でも積極的に話を聞くようにしています。

悪化する前の予防が大切

工藤氏 褥瘡にまでなってしまうと薬を使った治療がメインになりますよね。褥瘡のケアについて、施設などに訪問した時に感じることはありますか。

伊奈氏 褥瘡のケアについては薬も固定方法も種類がたくさんありますので、その時の状態に応じて使用する薬やガーゼの厚さ、固定の仕方も変えるようにしていて、施設職員に方法を伝えています。また、どの姿勢でできた褥瘡なのかを見極めることも重要です。それと体圧分散マットレスの導入の必要性やエアマットの体重設定が適切であるかもチェックします。訪問して診療する場合、褥瘡を管理している状況を把握して処置等の指導をします。どういうところを注意したり、気をつけて変えたらいいかというのは可能な限りお伝えできるよう努めています。

工藤氏 一度褥瘡になると治すのも難しくなりますので、しっかりと栄養を摂って、スキンケアをして褥瘡を予防すると

ということが大事になりますね。予防でいうと、例えばオムツを使用されている方に抗真菌剤入りのボディークリームを使用することなども皮膚の状態は良くなっていくという話も聞いています。

伊奈氏 そうですね。清潔に保つ、それから保湿する、皮膚トラブルを防ぐために最も大事なことです。少し話が逸れますが、訪問すると使いかけの外用剤がいっぱいある方をよくお見かけしますが、何かいい対策はありませんか。

工藤氏 それについては薬剤師も悩ましく思っているところなんです。適量よりも少なく塗られている方が多く、余ってしまうのではないかと感じます。薬局でも塗り方や適量については、例えば保湿剤はティッシュを付けて落ちない程度に塗る（写真参考）、軟膏などは手のひら2枚分の塗布面積に大人の指の先から第一関節まで薬を乗せた量を塗布するなど具体的なことを指導してはいるのですがね。

伊奈氏 なかなか難しいとは思いますが、診察に来て薬がどのくらい残っているか聞くと、まだまだあると言われることがよくあります。保湿剤でも軟膏でも、もっとなんか塗れば良くなるはずなのにと感じることが多いです。保湿は潤いだけでなく皮膚の防御機能を上げますので、症状が軽いうちから手入れをすることが良いとわかってもらい



保湿剤の適量の目安

たいですね。

工藤氏 ひどい状態になって治療が必要になる前に、予防の段階から積極的に対策して欲しいと薬剤師としても思うところです。

気づき、声を掛け合う

工藤氏 最後になりますが、関係者に伝えたいことはありますか。

松岡氏 私は日頃から些細なことでも様子を見て関係者と直接話をするよう心がけています。そのような姿勢を続けていくうちに、相手からも教えてもらえるような関係づくりができたりもします。院内カンファレンスなどの場で自分の考えを伝えつつ、アドバイスももらい解決に向けて支援していければと思います。皮膚と栄養に関しては、やはりどの方も低栄養を防ぐことが一番の目標だと思いますので、自分の食べられる食材や形態から3食摂る生活をしていただきたいと思っています。

伊奈氏 私もケアをする方に伝えたいことは、皮膚を見て変わりがなければ毎日観察してほしいということです。観察を続ければ変化に気づきやすくなります。変わったことがあれば早めに気づいて対応してほしいと思います。

工藤氏 薬剤師として薬の塗り方については、初回だけでなく定期的に確認していかねばと改めて感じました。また、薬以外でもどこに相談したらいいかなどのアドバイスはできますので、処方せんの有無に関わらず薬局を使ってもらえればと思います。ありがとうございました。

感想

食事を摂ることの大切さを改めて考える機会になりました。とても楽しく参加させていただきました。

伊奈



職場を越えてお話する機会をいただき、とても貴重な時間でした。

松岡



新たな「気づき」がたくさんありました。それぞれの専門職が役割を果たし、多職種が連携し問題を共有して解決していくことの重要性を改めて感じました。

工藤



ナラティブブック秋田 (秋田県在宅医療・介護ICT連携促進事業)のご紹介



患者さんの「安心」を
つなぐ新しい仕組み

ナラティブブックは患者さんの情報を本人の情報管理の下にインターネットを使い、本人や家族および医療介護従事者間で共有する仕組みです。情報は、利用者がスマホやパソコンをから投稿することで、本人が許可した範囲内でタイムリーに共有することができます。またナラティブブックを使うことで、サービスを受ける患者さんの病気や治療のことだけでなく、日頃の生活、行動、その人の考えや想いを、本人・家族・医療福祉介護従事者の間で確認し、本人の想いに寄り添う最適な医療や介護サービスにつなげることができるようになります。

ナラティブブック秋田に関するお問合せ
一般社団法人秋田県医師会 事務局
電話 018-833-7401 (代)



秋田市在宅医療・介護連携センター

(受付時間)月～金(祝日を除く)午前9時～午後5時
〒010-0976 秋田市八橋南一丁目8番5号(秋田市医師会館2F)
TEL:018-827-3636 FAX:018-827-3614
E-mail renkei-center@acma.or.jp



編集後記

日頃からの積み重ねたケアが大きな皮膚トラブルを避けることに繋がると知り、声を掛け合い、高齢者へ手厚いケアができることにつながればと思いました。

高橋

