



# 訪問看護部だより

NO.2 2015年7月

日頃から当ステーションの活動にご協力いただき誠にありがとうございます。先日、ついに秋田にも梅雨入り宣言が発表されました。平年と比べ、13日遅い梅雨入りだそうです。洗濯物の乾かない日が続きそうですね。

さて、今回はケアマネージャーさんから時々質問を受ける内容について、いくつかピックアップしてみました。今後の参考になれば幸いです。

## ケアマネさんからの Q&A



**Q 主治医の先生が湖東厚生病院でない方でも訪問看護  
できますか？**

**A** もちろん大丈夫です。ただし、事前に訪問看護の利用予定について主治医へ相談していただくと大変助かります。主治医への指示書依頼はこちらから提出します。ちなみに、現在は湖東厚生病院含めて14病院から指示書を頂いています。

**Q ショートステイにも訪問できますか？**

**A** 『厚生労働大臣の定める疾病等(末期の悪性腫瘍等)』の病名であれば、医療保険を利用して訪問看護が可能です。また、当ステーションと委託契約しているショートステイの利用者で、なおかつショート利用以前に当ステーションの訪問看護を利用していた方であれば『在宅中重度者受入加算』を利用して介護保険での訪問が可能です。利用している方の事例としては、ショートステイでの看取りを希望されている方が大半です。夜間・休日の緊急時の医師との連絡は訪問看護師がします。

**Q 夜間・休日に状態悪化した時は、湖東厚生病院に入院  
できますか？**

**A** 湖東厚生病院の往診を利用している方であれば、その時の症状や状態にもよりますが、訪問看護へ連絡していただければ対応いたします。なお、主治医が湖東厚生病院の先生で外来通院だけの方は対象外ですのでご注意ください。往診を受けている方が対象となります。また、当ステーションの訪問看護も利用していただいている方であれば、迅速に対応可能です。



Q 今は状態安定しているのですが、訪問看護をお願いしたほうがよいでしょうか？

A 状態が悪くなってから、訪問看護を開始することも可能ですが、できれば安定している状態のときと比較したいこともありますので高齢である方や基礎疾患がある方などであれば、早い時期に相談くだされば緊急時の対応もできます。また、褥瘡（床ずれ）は予防が大事です。褥瘡ができてしまってからでは、治癒するまでに日数がかかること、苦痛を伴うこと、介護量が増えることなど良いことはありません。早め早めの対応が必要となります。いつでもご相談ください。



湖東訪問看護の6月利用者数  
80名  
(男性40名、女性40名)



#### 湖東訪問看護の空き状況

月曜日の午後3時

火曜日は午前・午後の何時でも

水曜日の午後2時

木曜日は午前10時半

上記の時間帯は訪問可能です。時間は要相談。

訪問リハビリは、現在若干空いています。  
ご相談ください。

## 梅雨に負けない健康対策

### 温度差に注意

疲れの原因は温度差と言われてい  
ます。雨が降ると気温が下がり、カ  
ラッと晴れると気温が上がったり  
します。朝夕も寒い日がまだありま  
すね。一枚多めに服を持ち歩いた  
り、布団も寒かったらすぐかけれ  
るようにするなど、体温調整でき  
るよう工夫しましょう。



### 日光に当たきましょう

日光に当たる時間が少ないと眠りが浅くなり疲  
れが取れにくいとの報告があるそうです。太陽  
が出ているときは、短い時間でも外に出るなど  
して意識的に日光を浴びましょう。

### 積極的にとりましょう

クエン酸・ビタミンB1・タン  
パク質を積極的にとりましょ  
う。どの栄養素も不足すると疲  
れやすくなってしまいます。

**クエン酸**：カルシウムの吸収率  
アップや美肌に効果的。お酢や  
柑橘類(レモン・キウイ等)梅干し  
など・

**ビタミンB1**：不足するとイラ  
イラの原因になります。菜の  
花・アスパラガス・枝豆・玉ね  
ぎ・豚肉・大豆・うなぎなど・

**タンパク質**：不足すると免疫力  
の低下やむくみの原因になりま  
す。肉・魚・チーズ・乳製品・  
大豆・豆腐・納豆・パン・ごは  
んなど・

湖東訪問看護ステーション TEL 018(855)4102  
090-7669-7352

気軽にご相談ください

