第３章　高齢者の生活と看護　第３節　健康的な生活を支える看護

ワークシート

事例：Ａ氏80歳，男性。妻と二人暮らしである。視力低下と難聴がある。10年程前から糖尿病を患っており，1か月に1度かかりつけ医で薬をもらっているが内服管理は妻が行っている。以前は，キャベツ農家をしており1日1回は畑へ行き農作業をしていた。1か月程前に自宅の玄関先で転倒し大腿骨転子部の骨折をしてからは，外出時にシルバーカーを使わないと歩行できないため，自宅で過ごすことが多くなった。排泄動作は低下しているが，トイレに近い場所に寝室があり問題なく行えている。入浴は，歩行しにくいといった理由から妻に促されないと自ら行うことはなく，骨折以来，清潔に関する関心が薄くなり1週間程入浴していない。白癬(足の水虫)を発症している。早朝空腹時血糖値160mg/dl　食後血糖値250mg/dl　　下肢の乾燥が顕著である。生活用品は，妻と共同で使用している。（糖尿病治療目標：食後2時間血糖値140mg/dL未満　食後1～ 2時間血糖値を160mg/dL未満）

【課題１】Ａ氏の看護上の問題は何だと考えますか。事例から問題となる情報を３つ抜き出し，その根拠を記入しよう。

模範解答例

|  |  |
| --- | --- |
| 情報の整理（事例より情報を抜き出す） | 事例から得られた情報を基にA氏の状態を分析し，生活上の問題を明確化する。 |
| 外出時にシルバーカーを使わないと歩行できないため，自宅で過ごすことが多くなった。 | 大腿骨転子部骨折により身体可動性が低下し，また，日中，自宅で過ごすことが多くなったことから体力や気力の低下が見られる。そのため，活動量の低下から運動機能の低下を起こし日常生活動作（ADL）の低下を起こす可能性が高い。また，生活圏の縮小により精神社会活動が制限され，生活リズムの乱れや昼夜逆転などが生じやすい。 |
| １週間程入浴していない。白癬を発症している。空腹時血糖値160mg/dl食後血糖値250mg/dl | 歩行困難など身体可動性が低下し自分の清潔習慣が保てないことから，清潔に関する関心が薄くなっている。そのため，1週間程入浴できておらず下肢の清潔も保てていない。また，糖尿病の既往があり血糖値も高値であることから，今後，糖尿病で血糖値が高い状態が持続すると，３大合併症の１つである神経障害や細菌感染を生じやすい状況にある。 |
| 下肢の乾燥が顕著である。 | 加齢により角質層の水分保持機能の低下により，下肢の乾燥が生じている。また，バリア機能が低下した状態が持続すると，皮膚は外界の刺激を受けやすくなり皮膚トラブル（掻痒感や二次感染など）を起こしやすいだけでなく，病態の悪化に繋がる危険性がある。 |

【課題２】　皮膚障害の予防を含めて，Ａ氏の状態に応じた看護援助を箇条書きで挙げてみよう。

模範解答例

|  |
| --- |
| ・本人の体力と体調に合わせ，入浴などの清潔行動を習慣化させる。また，入浴できない場合は，部分浴を提案する。・足部の観察も兼ねてフットケアを実施する。・乾燥した部位に保湿剤を塗布する。・活動範囲の縮小や屋内の単調な生活により生活リズムの乱れが起きないよう，規則正しい生活習慣を提案する。例えば，入浴日を決めて定期的に入浴を促したり，可能な範囲で屋外へ散歩に出たりするなど，活動の機会をつくる。・白癬菌が家族に感染しないように，足ふきタオルの共用は避けタオルは個人持ちとすることや，フットケアの際，洗面器やバケツにビニール袋を張り，その中に湯を入れフットケアを行うなど家族指導を行う。 |

【課題３】　白癬菌に有効な消毒法として，0.1%～0.05%（500～1000ppm)次亜塩素酸ナトリウム液に30分浸漬消毒が有効で

ある。そこで，1.1％次亜塩素酸ナトリウム液を使用し，0.05％濃度消毒液２Lを作りたい。1.1％次亜塩素酸

ナトリウム液の量及び水の量を求めなさい。

模範解答例

|  |
| --- |
| X＝0.05％÷1.1％×2000ｍｌ 2000－90.9＝1909（水の量）＝90.9（次亜塩素酸ナトリウム液の量） 1.1％次亜塩素ナトリウムの量は90.9ｍｌ　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　水は1909ｍｌ　準備する |

振り返り