

# せん妄について～ご家族へのお願い～

## 1.せん妄とは

「せん妄」とは体の不調により脳の働きが一時的に悪くなり精神状態が変化するものです。入院している人の約1割にみられると言われ、よくある症状は以下のようなものです。

- 物忘れがひどくなる。
- 今いる場所や時間が分からなくなる。
- 話がころころ変わる。
- 気分が不安定になり、怒りっぽくなったり、暴力的になる。
- 夜眠らない。逆に日中ずっと寝ている。
- 実際に無いものが見えたり、思い込みが激しくなる。
- 集中力、やる気、食欲がなくなり、口数が減る。



このような症状が数日間で急にあらわれ、1日の中で変動があるのが特徴です。特に夕方～夜中にかけて悪化し、日中軽くなるのがよくあります。ほとんどのせん妄は数日程度で治りますが、原因によっては長く続いたり、繰り返したりすることがあります。

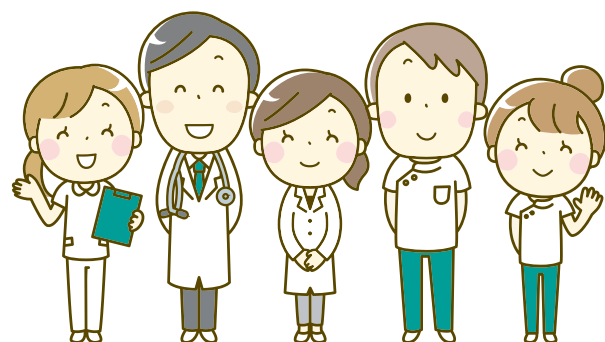
## 2.せん妄になりやすい状況

高齢の方、認知症のある方、以前せん妄になったことがある方、目や耳が不自由な方、お酒を毎日たくさん飲む方、症状の悪化、脱水、感染症、ある種の薬剤、手術後痛みが強い場合、便秘や頻尿など。

## 3.せん妄になって困ること

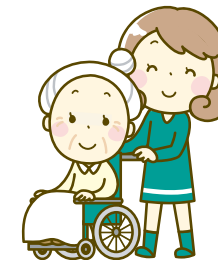
せん妄になると、入院して治療していることが分からなくなり、点滴の針や体に入っている管を抜いてしまったり、安静が保てず命にかかわる事故につながることもあります。

早期発見・早期対応により、せん妄の悪化や事故を減らすことは可能です。早期発見のため、上記症状がありましたら、医師・看護師にお伝え下さい。



## 4.せん妄予防のためにお願いしたいこと

せん妄予防には、適度な休養・睡眠と運動や音楽、会話などの刺激が有効とされています。当院では以下の環境作りを心掛けておりますので、可能な範囲でご協力をお願い致します。



- 規則正しい睡眠ができるよう、時間帯にあわせカーテンの開閉や照明の調整を行う。
  - カレンダーや時計、家族の写真をご本人の目に入りやすい場所に設置する。
- 【必要に応じてご持参いただきたい物】
- 大きなカレンダーや時計・・・日時を認識しやすくする目的
  - 家族写真、普段読んでいる新聞や雑誌、普段聞いている音楽・・・自宅環境に近づける目的
  - 眼鏡、補聴器、入れ歯などの使用をすすめる。
- 【面会時にお願いしたいこと】
- 院内散歩などの運動や気分転換にご協力いただく。
  - 十分な水分補給をすすめていただく。

※状態により制限がある場合がございますので、看護師にお尋ねください。

# 肺血栓塞栓症の予防について

## 1.肺血栓塞栓症(エコノミークラス症候群)とは

肺の血管に血栓(血のかたまり)が詰まって、突然呼吸困難や胸痛、動悸(ドキドキする)などを起こす病気です。

※この病気は長時間飛行機に乗った際に足の血流が悪くなり起こったことから「エコノミークラス症候群」とも呼ばれています。

## 2.肺血栓塞栓症の原因

入院後、ベッド上で足を動かさないでいると、足の血の流れが悪くなり、血栓ができやすくなります。その血栓が何らかのきっかけで肺まで流れて起こります。

## 3.肺血栓塞栓症予防のためにできること

出来る範囲で足先を動かしましょう。  
そうすることで足の筋肉が動き、血のめぐりがよくなります。  
※足首を動かすことについては、医師の許可を得てから実施しましょう。

