

平成25年11月23日

第6回上本町リウマチセミナー

日常生活における注意点 リウマチケア看護師の立場から

香芝旭ヶ丘病院
リウマチケア看護師
城口香代



99床 整形外科中心の病院



化学療法室は4ベッド
(リウマチ治療用)



リウマチ患者 約1000名

リウマチ専門医 2名
整形外科とリウマチ内科

リウマチケア看護師 2名

リウマチ科外来
パンフレット設置





発症早期

どうしてなったの？

どんな治療法？

薬の副作用は？

生物学的製剤って
使った方が良いの？

リハビリ？

包丁が使いにくい？

自助具って？

変形予防？

手術療法？





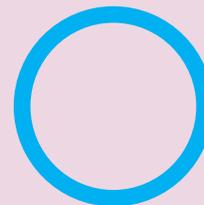
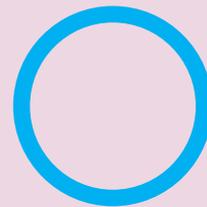
①日常動作, 料理の工夫

②感染予防

③くすり

④気持ちの持ち方





スワンネック変形



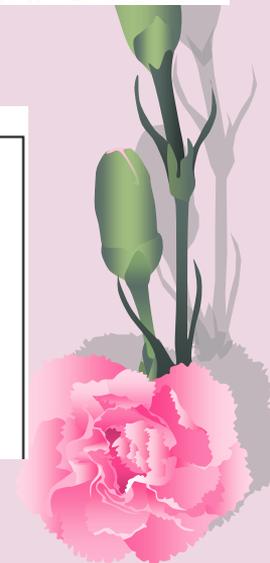
ボタン穴変形

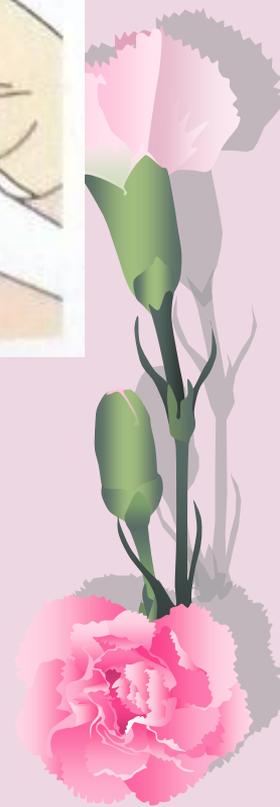
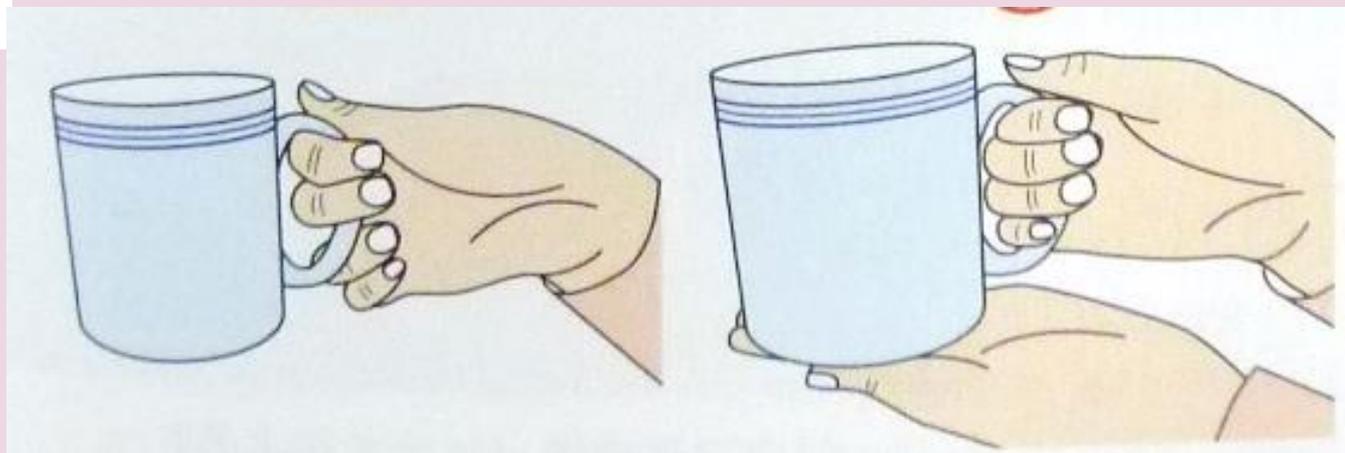


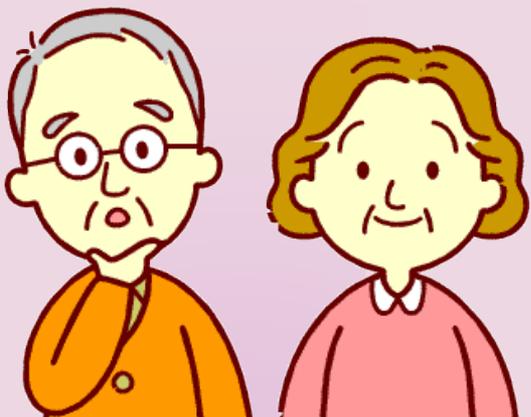
尺側偏位



外反母趾と槌趾







使っている

使っていない





ペットボトルオープナー



軽い力

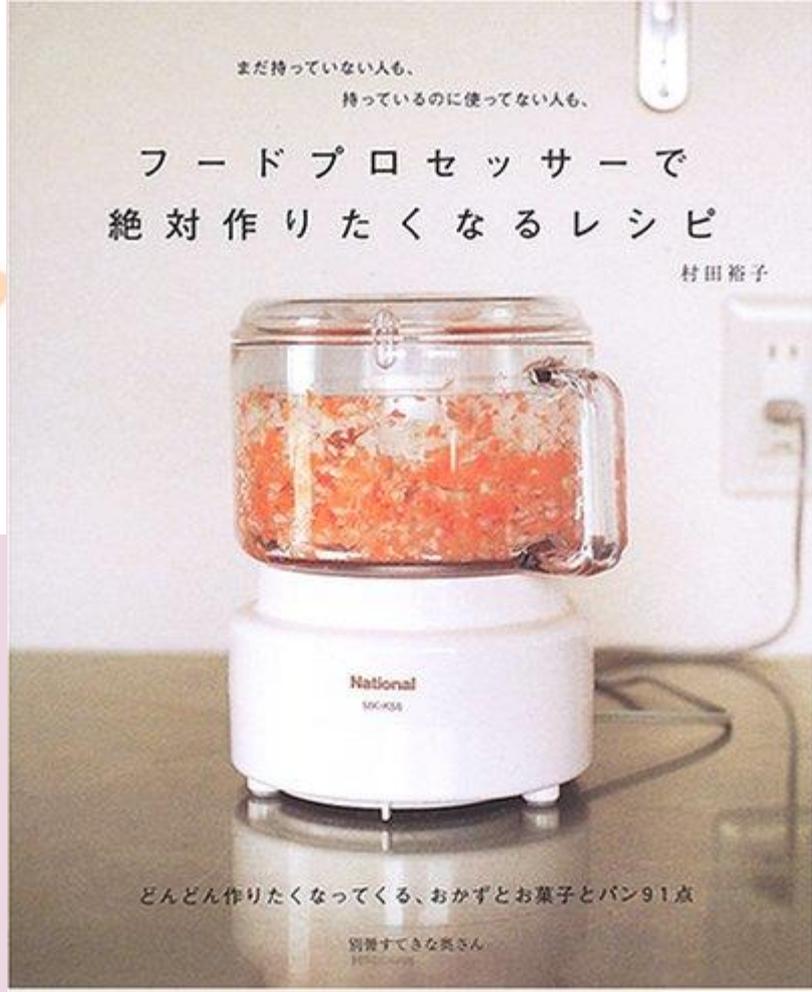
関節保護





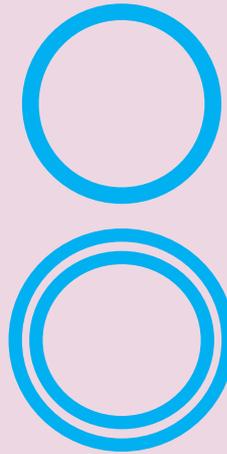
料理具の工夫





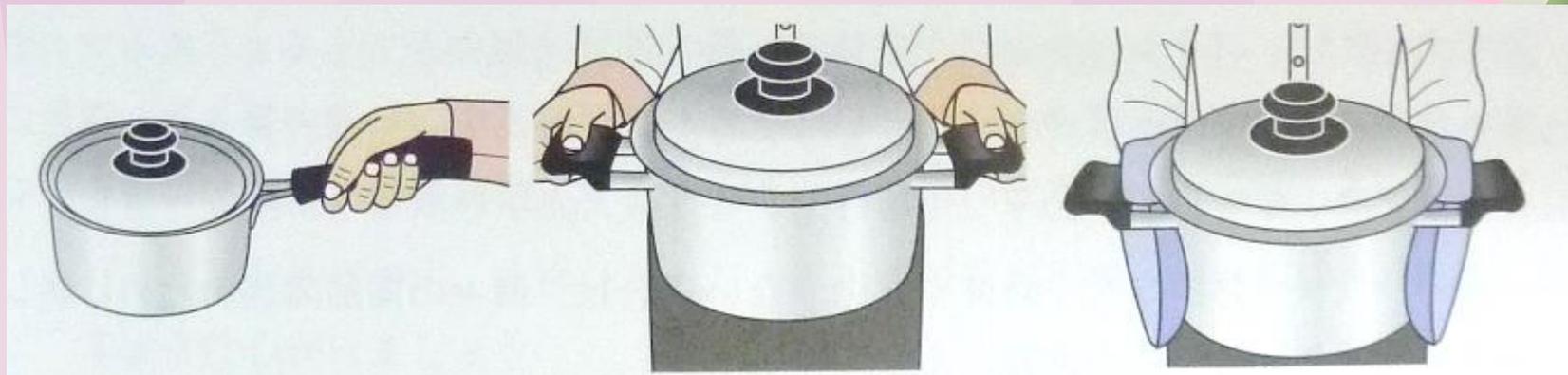
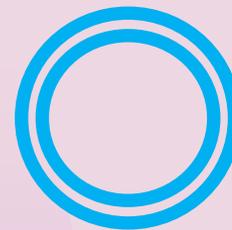
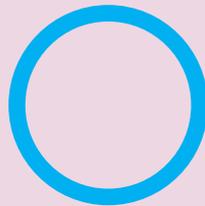
MK-K81





Copyright © nijuramu All Rights Reserved.





リウマチ看護パーフェクトマニュアル より抜粋



軽い

落としても割れにくい





洗濯物を干す

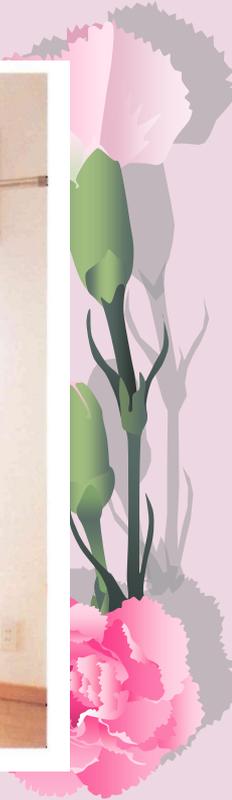
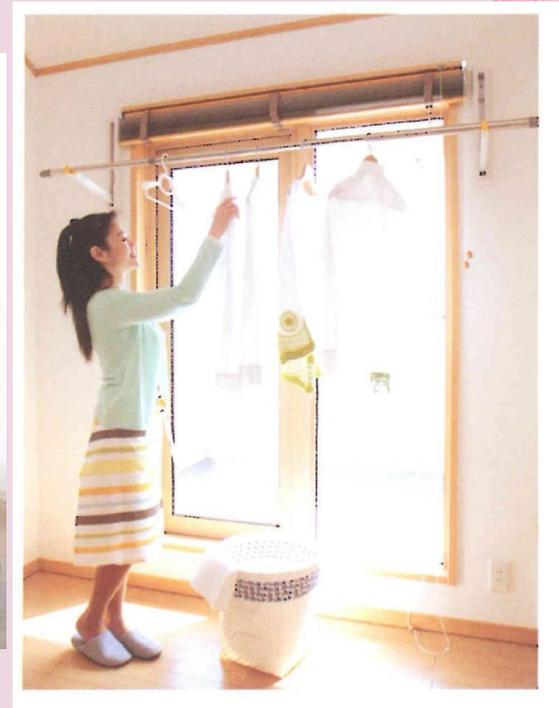
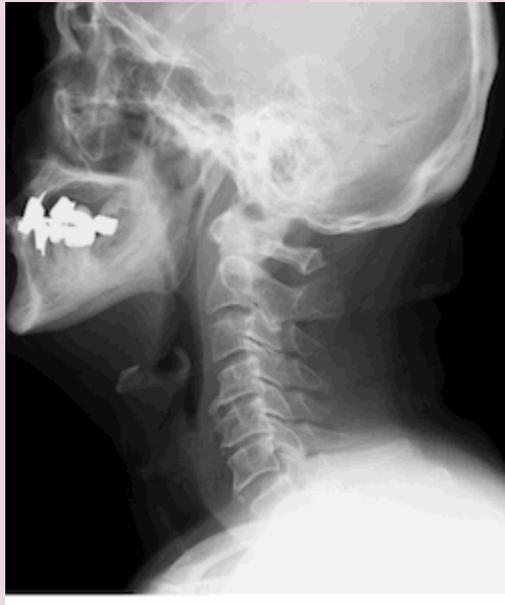
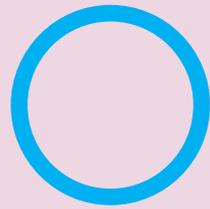
頸椎症があれば、



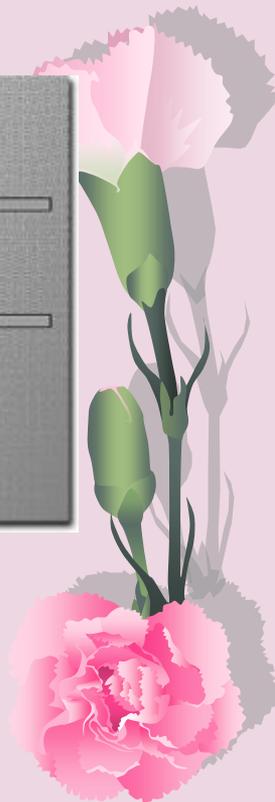
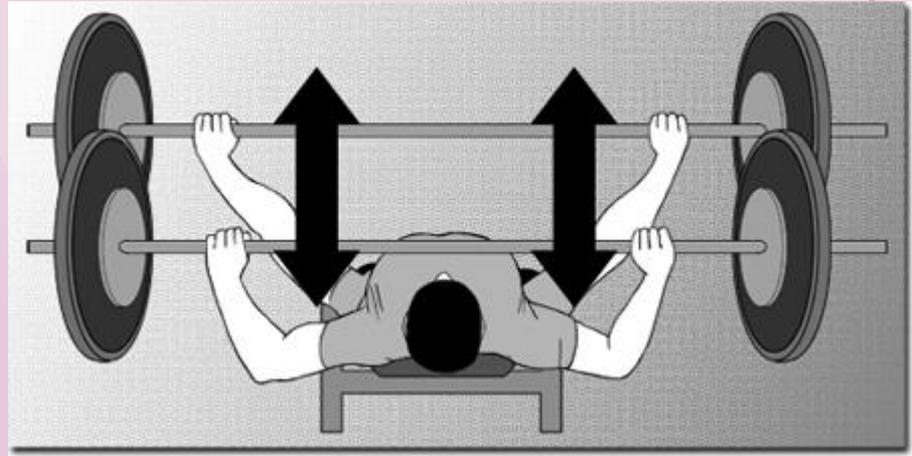


頰椎症があれば、

**長時間上を向くのは控えて、
低めの物干しに**



日常的な運動について





1 仰向けになる



2 膝を伸ばすように力を入れる



足の甲の方に傾け、
膝の裏やふくらはぎがつつばるくらいに

3 ゆっくりと
持ち上げる



4 リラックスする





①料理, 日常動作

②感染予防

③くすり

④気持ちの持ち方





感染予防

予防接種



保存版

元気な今こそ、
予防です。

肺炎はもう、
他人事^{ひとごと}じゃない。

肺炎は、日本人の
死因第3位。
しかも、亡くなる方の
95%以上は、65歳以上です。
厚生労働省「人口動態統計（確定数）2011年」

肺炎と、その予防について、きちんと知ってください。

肺炎予防ハンドブック





感染予防 手洗い

手洗い指導パネル

ストップ・ザ・バイキン

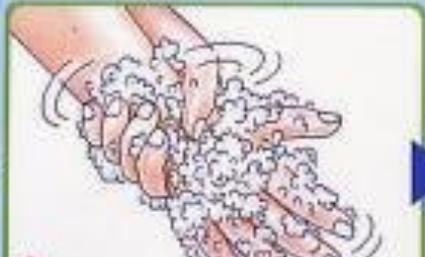


- 

1 石けん ブクブク
手のひら ゴシゴシ
- 

2 指の間 グニュグニュ
- 

3 手のこう キュツキュツ
- 

4 指さき クチュクチュ
つめの間もわすれずに
- 

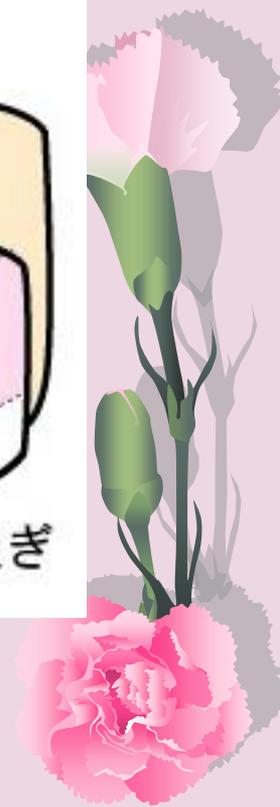
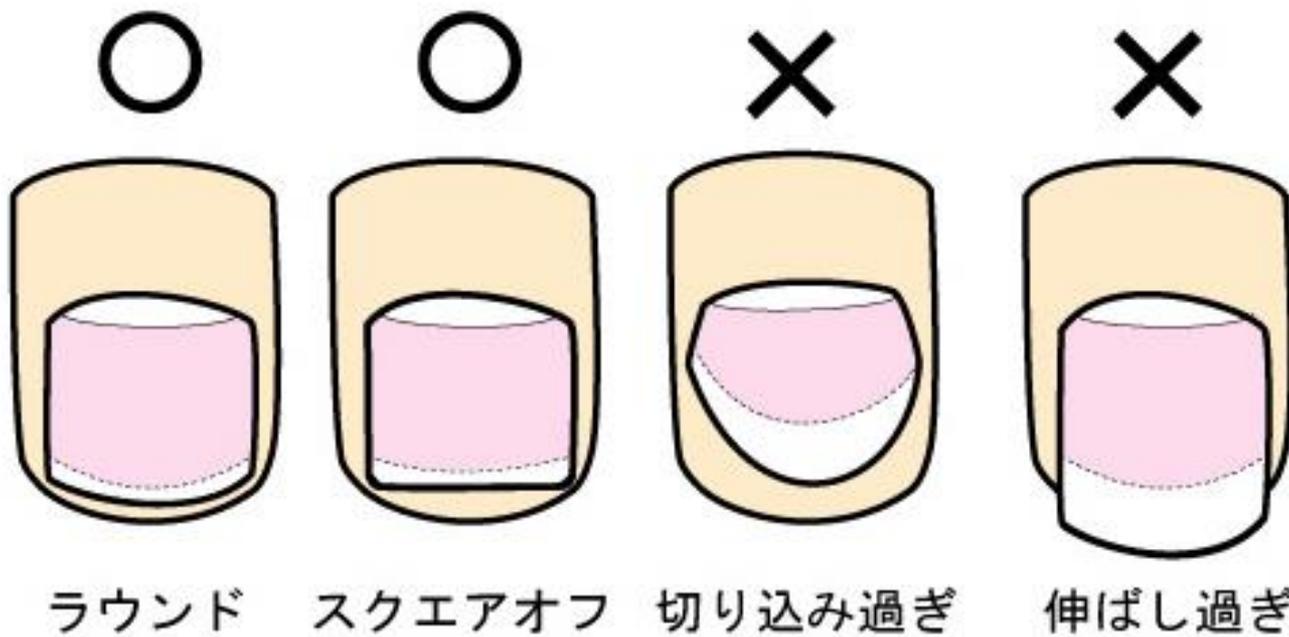
5 手首 クルックルツ
- 

6 最後は
きれいに洗い流そうね

指導：出井 美智子 (杏林大学教授) 発行：日本医科大学



感染予防 深爪め予防





感染予防

**かぜ症状（咳，痰，発熱，倦怠感など）
があれば，すぐに受診を！**

重症化する人 早め受診を



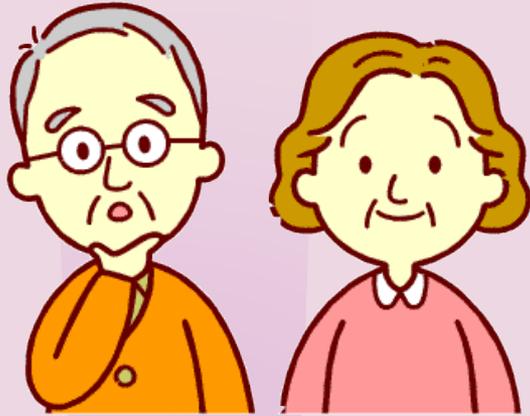
①料理, 日常動作

②感染予防

③くすり

④気持ちの持ち方





**薬を飲み忘れたら
どうしたらよいの？**

1回飛ばしにする.

**朝の分を、夕方に
まとめてのむ.**

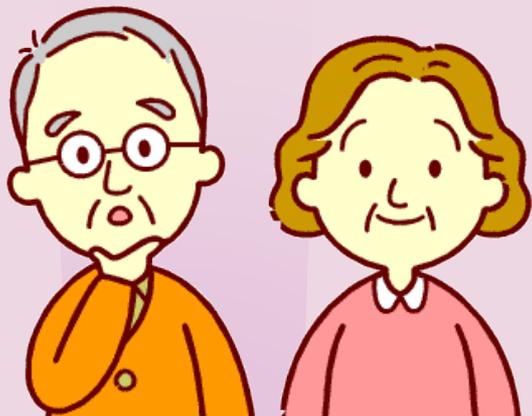




1回飛ばしにしてください。

忘れないように
カレンダーの利用を！





**生物学的製剤の注射は
一度始めれば、やめられ
ないのですか。**

**一度始めれば、
やめられない。**

**途中でやめること
もある。**





よくなって終了となる方もあります。

**皮下注射は、月に1回のものは病院で。
毎週または2週間に1度のものは、
自己注射ができます。
自己注射が難しければ、病院でうちます。**





①料理, 日常動作

②感染予防

③くすり

④気持ちの持ち方





気持ちの持ち方



できないことより、
できることを. .
周囲の協力もうけて、
助けあいと感謝. .





♪カラオケ日
5人の歌手が揃うねん。よ

友っどい
うたえて なごみ
聞き まなぶ



整形外科

看護師

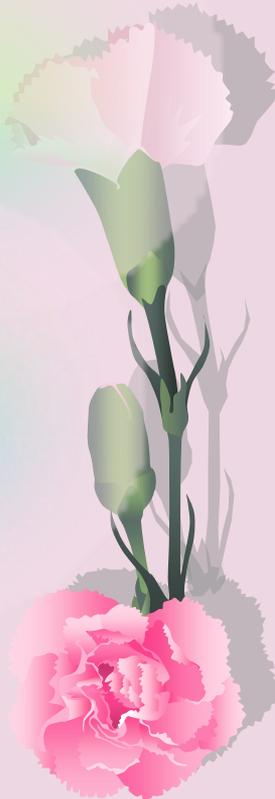
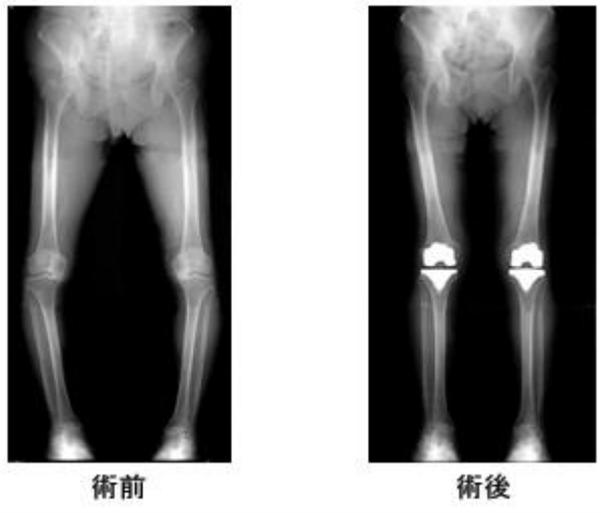


リウマチ内科



医事課

薬剤





医師

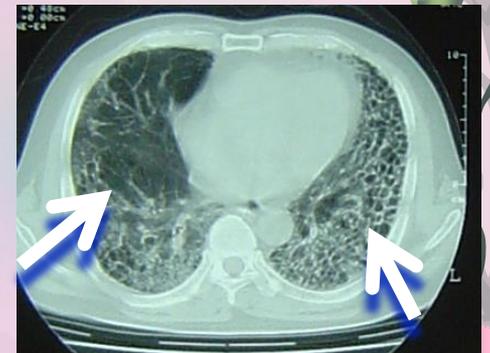
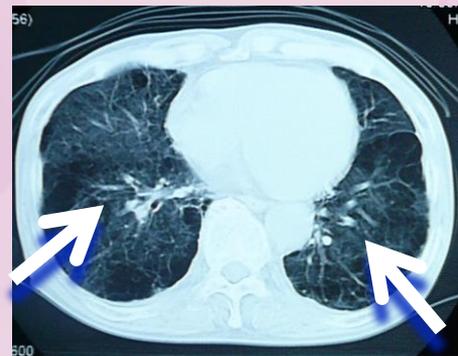
リウマチ内科



リハビリ



薬剤師



① スリガラス状の変化

② 蜂の巣状の変化





科

薬剤師

検査



整形外科

X線(正面像)



MRI(T2強調 冠状断)



薬剤師

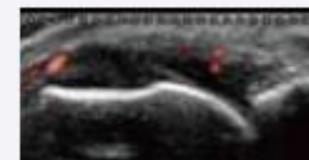
関節エコーにて炎症度の確認



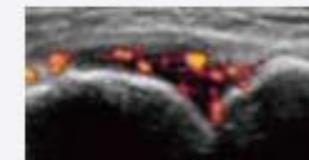
A: 欧州リウマチ学会 (EULAR)



Grade 0 absence
血流シグナルなし



Grade 1 Mild
血流シグナルが少量



Grade 2 Moderate
関節腔内の血流シグナルが
50%以下



Grade 3 Marked
関節腔内の血流シグナルが
50%以上を占める

検査

医師





師



リウマチ内科

リハビリ



医事課

薬剤師

検査





整形外科

看護師

リウマチ内科



リハビリ

リハビリ風景



医事課



患者さんが最も相談
しやすい職種。
患者さんのガイド役。
身近な存在。



リウマチ診療

整形外科

看護師

リハビリ

リウマチ内科

医事課

薬剤師

検査

