

届けたいのは「安心」だ

訪問看護と介護



医学書院

2016年

10月号

vol.21 no.10

特集

高齢者の心不全を 在宅でケアする



訪問看護と介護 第21巻 第10号(通巻244号) 2016年10月15日発行 JASSN 1341-7045 HOJUKANKAHO TO KANGOU

公開対談

細馬宏通さん × 六車由実さん
「観察」することの驚きと喜び

【訪問看護師による心不全ケアの工夫①】

積極的な介入で 心不全の再発予防に努める

私（屋比久）は、愛知県名古屋市中で訪問看護に携わり、管理者経験を経て2011年に「ひかり訪問看護ステーション」を設立した。その後、沖縄県にいる両親が体調を崩し、少しでも近くにいたいという気持ちが強くなり、大切な家族や叔父・叔母たちがいる大好きな地元・沖縄で地域の力になりたいと思い、2015年9月に那覇市長田に「しなまき訪問看護ステーション」（以下、当ステーション）を設立した。「優しさ思いやりをもってサービスを提供し、利用者様や地域とともに喜ぶことを成し遂げる」という理念に基づき、今後、私自身も生活を続けていく地域が、安心してここで生活したいと思えるところになれるよ

も多く、過労、治療薬服用の不徹底、活動制限などの予防可能な因子が上位を占める。感染症・不整脈・心筋虚血・高血圧などの医学的要因より多い結果であるのが特徴だ¹⁾（p.179参照）。さらに、心不全増悪による再入院の規定因子として、退院後の受診頻度が月0〜1回の患者は、それ以上の患者より再入院のリスクが約5倍高い²⁾。こうしたデータは、疾病管理がいかに再入院予防において重要かを示唆するものといえるだろう。

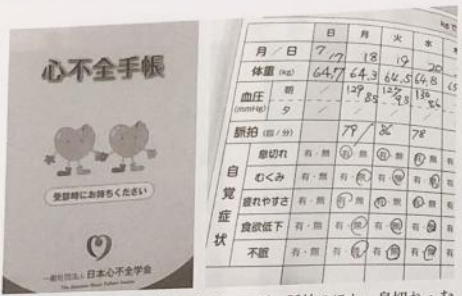


写真1 心不全手帳。毎日の体重、血圧、脈拍のほか、息切れ・むくみなどの自覚症状を記載する。

うに、日々活動している。とくに当ステーションでは、あらゆる心臓疾患の終末像である慢性心不全の再発予防にも力を入れている。

本稿では、高齢者の心不全を在宅でケアしていくために考えていることと訪問看護での実践例を、日ごろより連携し、ともに活動している琉球大学医学部附属病院リハビリテーション部の南部路治氏とともに紹介する。

データが語る、 疾病管理の重要性

日本では高齢化の進展を背景に、近年、高

多職種連携・包括的な 支援が欠かせない

欧米の慢性心不全患者を対象とした疾患管理の有用性と予後を調査した結果では、患者教育、治療コンプライアンスの向上、訪問や電話などによる患者モニタリング、治療薬の調整、看護師による管理などの疾病管理が予後の改善に有効だという。また、疾病管理の要点には、**①多職種**（医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・理学療法士など）によるチーム医療、**②退院時指導**、**③フォローアップ計画**（病診連携）、**④ガイドラインに沿った薬物治療**、**⑤十分な患者教育**・カウンセリング、患者モニタリングによる心不全増悪の早期発見などが挙げられている³⁾。

いずれも「病院」をセッティングとした試験結果ではあるが、在宅でのケアを考える上でも同様に大切な指摘ではなからうか。心不全の患者に限った話ではないが、地域においてあらゆる職種とつながり、包括的に患者・利用者をサポートする必要性があることが、あらためて強調されたと言えよう。

高齢者の慢性心不全は増加傾向にあるという。とくに80歳以上の超高齢の患者であれば、医学的な管理に加え、家族や社会への医療負担を視野において、あらゆる角度から総合的に支援する必要があるだろう。しかしながら現実的には、慢性心不全を合併する利用者は、心不全症状がない限り、日常生活動作（ADL: Activity of daily living）は自立しているケースもあり、実際の在宅療養の現場では要介護度が低く見積もられ、十分なサービスが提供されていない状況もあるようだ。

そうしたなか、慢性心不全患者は心不全増悪による再入院率が高い。その誘因を検討すると、塩分・水分制限の不徹底が約30%と最も

日常的かつ予防的な ケアのポイント

疾病管理においては、患者・家族への教育が極めて重要なポイントだ。当ステーションでも、訪問看護師は利用者・家族および介護者に慢性心不全の特徴、心不全増悪時の症候とその対処方法、薬物治療に関しての十分な説明と、塩分・水分制限、過度な活動の制限や禁酒、禁煙の指導などを行なっている。また、毎日の体重測定、規則的な服薬など、自己管理の重要性を明確に伝え、理解してもらうよう心掛けている。

このような基本的なことのほか、以下に当ステーションでの実践を紹介していく。

①多職種間の情報共有ツールの活用

「心不全手帳」や「連絡ノート」を活用することで、患者の自己管理のツールとしてだけでなく、多職種間で密な情報共有を実現している。「心不全手帳」は、日本心不全学会が発行しており、体重・血圧・脈拍・自覚症状などの情報を経時的にまとめていくものだ（写真1）。自己管理のためだけでなく、この手帳を定期受診時に主治医へ持って行くことや、