

長月使い



早いものでもう秋です。暑さが落ち着き朝晩と涼しい季節になりました。突然ですが、先日【外に電話があるよ】と5歳児からの報告 笑。外に電話でピンと来ないくらいその存在を失念しておりました

【公衆電話】

そう思って調べてみると、日本初の自動公衆電話が東京の新橋駅と上野駅、熊本市内に設置されたその日が9月11日【公衆電話の日】と設定されたようです。世界ではアメリカの同時多発テロがあった日です。携帯電話やスマホでの「ミニステーション」が当たり前な現在スマホ一台で世界中とつながる事ができ便利な反面、災害時など通信障害や停電の影響を受けてしまうこともあります。その点【公衆電話】はそれらの影響を受けずに重要な通信手段となります。調べてみたらみるだけ、歴史を感じる公衆電話 懐かしい〜と思われる方もいらっしゃると思いますかね。色分けの歴史もちゃんと意味がある。その存在は忘れてはいけないですねと思っただこの頃です。

何也 なんぞや

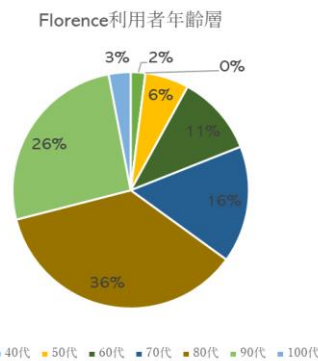
利用者さんやご家族と話していると「うちみたいな人は他にもいるの？」と聞かれる事が度々あります。在宅療養を経験された方もいらっしゃると思いますが、大半の方は在宅医療とはなんぞや？他の人は一体どう過ごしているのか？など疑問に思われるのだと思います。他の人がどのように在宅療養を送られているのか…。そのような情報を得る機会も少ないと思います。

どの年齢層の方がサービスを受けているのか、ステーションの特色にもよりますので一概には言えませんがFlorenceの理学療法士のリハビリや看護師の訪問を受けている方の年齢別割合(9月時点 在宅療養の方)。70代以上の方が54%と半数以上を占めています。100歳を超える方は3%いらっしゃいます。2025年にはさらに在宅療養を受けられる利用者が増えることが見込まれていますがすでに、高齢の方が療養の場を在宅とされている方も多くいらっしゃる現状。必要としている在宅での医療やサービスを提供すること、そして安心してそれを受けられるようにすることが私たちに出来ることの1つです。

先日、自分以外に他にも同じように療養されている方がいれば、その情報があると励みになるとpressのヒントをくださった方がおられました。

確かに、よく聞かれていた質問にもお答えする責務もありますし、お伝えできるチャンスを頂き感謝です。

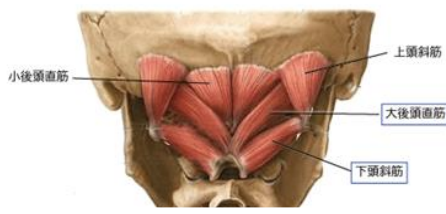
より具体的に在宅医療とは何ぞやを知っていたく機会になるようなpressをまた考えてご紹介できればと思っております。またこれからも皆様のご意見やご要望お聞かせ頂けると嬉しく思います。



症状と顎(あご)をグリグリする話

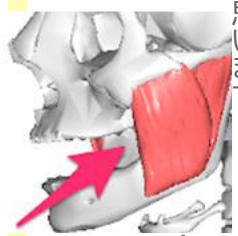
時折、めまいがある方に関わることがあり、その方の評価で目の動きをうながすとめまいが出現するケースがあります

目の動きが生じる際、首の頭の付け根にある【後頭下筋】が働きます。これは姿勢を保つための反射的な動きの為、眼を動かしても【後頭下筋】が働かない場合にめまいが出現する事があります。



では評価をどのようにするか。左右に眼を動かしてみてください。めまいが出現する場合、右へ動かすときには先に顔を右へ向けてから目を動かします。それでめまいが軽減する場合は【口頭下筋】と眼の協調性が疑わしい場合があります。そのような場合の解決策の一つ。まず目を動かした際にめまいが出る側の【咬筋】というかみしめる際に働く筋肉を押ししてみてください。

硬さや痛みがあった場合、痛みが強すぎない位に【咬筋】をグリグリほぐすと、不思議と【後頭下筋】も緩む方が経験上いらっしゃいます。頭痛がある場合にも効くことがありますので、一度やっていただけたらと思います。



全ての方がこれで治るといったものではありません。めまいが続く場合は別の病気が隠れている場合もありますので、そのような時は、主治医の診察を受けていただくと思いいます。