

がんとともに考えよう アピアランス (外見) ケア

がん治療により、脱毛や肌の変化など、さまざまな見た目の変化が生じます。これらに対し、アピアランス (見た目) のケアを行い、患者さんの苦痛を軽減することが「アピアランスケア」です。元の容姿に戻すのではなく、医学的・整容的・心理社会的支援を用いて、がん患者さんの苦痛を軽減するケアを行い、今までのように自分らしい生活を送ることをサポートします。

がんや治療によって起こる見た目の変化により、他人との関わりを避けなくなったり外出をしなくなったりする人、周りの人からどう思われるか気になる、自分らしさがなくなったような気がするという人は、アピアランスケアについて相談窓口へご相談ください。



症状・治療による見た目の変化

- 手術の跡や放射線治療で肌に影響が出る
- 髪が抜ける
- 眉毛、まつ毛が抜ける
- 爪が割れたり剥がれたりする など



アピアランスケア (見た目のケア)

- メイクをする
- ウィッグをつける
- 帽子をかぶる
- マニキュアをぬる など

相談窓口

がん相談支援センター (JA尾道総合病院内)
がんに関する疑問、不安、悩みの相談 ☎0848-22-8111

あなたにもできる支援! 「ヘアドネーション」をご存知ですか?

アピアランスケアの支援のひとつに、ヘアドネーションという活動があります。ヘアドネーションとは、ヘア (髪の毛) とドネーション (寄付) を合わせた言葉です。病気の治療による副作用や事故等で髪の毛を失った子どもたちのために、髪の毛を寄付し、寄付された髪の毛でウィッグ (かつら) を作り、無償で提供する活動のことです。



健康推進課 (☎0848-24-1962)

こんにちは 市民病院で④⑤

今回は、リハビリテーション科に所属する理学療法士の仕事内容について紹介します。

尾道市立市民病院 (☎0848-47-1155(代))

理学療法士とは

Physical Therapist (PT) とも呼ばれる理学療法士は、理学療法を用いて身体に障害のある人に対して基本的動作能力 (寝返る、起き上がる、立ち上がる、歩くなど) の回復を図ります。

事故や病気、怪我による身体への障害や、加齢による身体機能の衰えに対して理学療法を行います。

理学療法士は、人体の構造を熟知しているため、一人ひとりに合わせたリハビリ計画を立案することができます。主に、運動療法を使って患者さんの身体機能を改善させていくのが、理学療法士の仕事です。



仕事内容

理学療法士は脳卒中や脊髄損傷など、事故や病気、怪我によって日常生活が困難になった人へ、理学療法によって身体機能回復を図ります。理学療法士は、まず患者さんの状態を見極め、身体機能や基本動作などを評価します。その後、運動療法を用いて医師の指示を仰ぎながら治療を行います。

運動療法は、身体の一部や全体を動かすことによって、症状の回復を促すことです。歩行訓練などを行って、日常生活に必要な動作に不自由が生じている患者さんの、関節の動きなどの回復の効果を図るものです。運動療法のほかにも、患者さんが家庭や社会で自分自身の力で過ごすことができるようなアドバイスをを行います。例えば、住宅環境の整備に関する問題点を改善し、バリアフリーの設置を提案するなどして、患者さんが家庭や社会で過ごしやすいうサポートしています。



地域で防ごう 高齢者虐待

どんな行為が虐待なの?

- 身体的虐待** ▶ たたく、蹴る、つねるなどの暴力、ベッドに縛りつける、行動を抑制するなど
- 介護や世話の放棄** ▶ 食事を与えない、入浴させない、必要な介護や世話をしないなど
- 心理的虐待** ▶ 怒鳴る、ののしる、悪口を言う、拒絶的な態度、無視するなど
- 性的虐待** ▶ 性的な嫌がらせや強要など
- 経済的虐待** ▶ 必要なお金を渡さない、年金や預金を取り上げて本人に無断で使用するなど

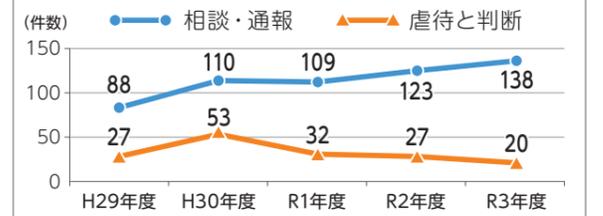
尾道市内の高齢者虐待の実態は?

令和3年度、尾道市では養護者による虐待相談・通報が138件受理され、その内20件が虐待と判断されました。

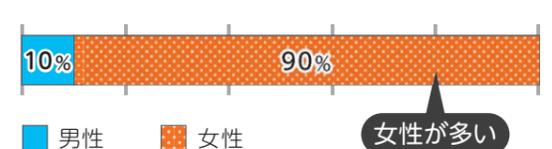


虐待を受ける高齢者は、9割近くが女性です。身体的虐待や心理的虐待が多く、複数の虐待が同時に発生していることもあります。虐待における家族関係では、夫からの虐待が4割を占めている現状があります。

養護者による虐待相談・通報件数及び虐待判断件数



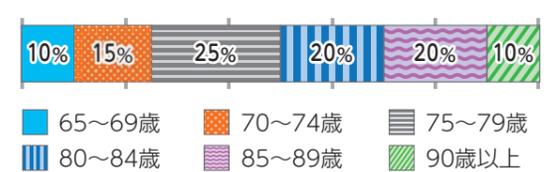
R3年度 虐待を受けた高齢者の性別



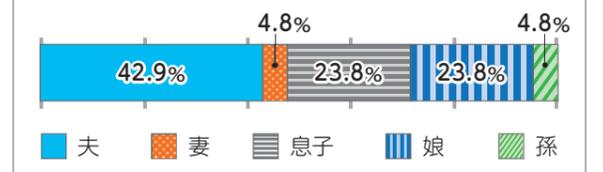
R3年度 虐待の種類 (複数回答)

身体的虐待	介護等放棄	心理的虐待	性的虐待	経済的虐待	合計 (累計)	合計 (人数)
15人	3人	8人	0人	1人	27人	20人

R3年度 虐待を受けた高齢者の年齢



R3年度 虐待を受けた高齢者との関係 (複数回答)



●あなた自身や周りの人が虐待者にならないために

介護の疲れや悩みは一人で抱え込まず、お近くの地域包括支援センターに相談してください。

●早期発見が虐待の深刻化を防ぎます

近隣の人と日頃からあいさつを交わしたり、困っている人を見かけたら声をかけましょう。また、ささいなことでも「ちょっと変だな」「虐待かもしれない」と思ったら、ためらわず連絡をお願いします。地域での「気づき」が虐待の早期発見・養護者への支援につながります。



相談窓口

地域包括支援センターでは、高齢者の皆さんの権利を守るための相談をお受けしています。

- 尾道市地域包括支援センター (☎0848-56-1212)
- 北部包括 (☎0848-76-2495)
- 西部包括 (☎0848-21-1262)
- 東部包括 (☎0848-56-0345)
- 向島包括 (☎0848-41-9240)
- 南部包括 (☎0845-24-1248)
- 南部包括 (瀬戸田支所) (☎0845-27-3847)
- 尾道市高齢者福祉課 (☎0848-38-9137)

