

第 14 期 pES club シナリオ 3

平成 27 年 3 月 15 日

聖路加国際病院 看護管理室/QI センター

池亀 俊美

東京北医療センター 総合診療科

南郷 栄秀

<http://spell.umin.jp>

あなたは名羅手部総合病院の内科外来に勤務する 3 年目の看護師です。

保毛テルさん（78 歳女性）は、20 年前から高血圧症で降圧薬を内服しています。最近、煮物を作っているときに鍋底を焦がしてしまったり、「私、お薬飲んだかしら？」と話したりするようになり、保毛さんの長女は、認知症が始まったのではないかと心配しています。

ある日の保毛さんの外来受診時のこと、付き添っていた長女が外来看護師のあなたに、「テレビで認知症予防に運動がいいと言っていたけど、本当かしら？買い物程度しか歩かないのに、転んで骨でも折ったらかえって大ごとになるし」と尋ねてきました。なんでも、テレビの健康番組で認知症予防に運動がいいという話を聞いたのだそうです。

外来担当医師の井伊佳玄先生にその話をすると、「まあ、無理しない程度の運動ならいいんじゃない？散歩でもいいし、何か簡単な運動でも教えてあげてよ」とあっさり言われてしまいました。

そこであなたは、保毛さんが運動することで認知症の進行が予防できるのか、早速調べてみることにした。

第 14 期 pES club シナリオ 3 (追加シナリオ)

平成 27 年 3 月 15 日

聖路加国際病院 看護管理室/QI センター

池亀 俊美

東京北医療センター 総合診療科

南郷 栄秀

<http://spell.umin.jp>

保毛さんの自宅は 2 階建ての一軒家ですが、普段はほとんど 1 階で過ごしています。室内はバリアフリーで、昨年夏に廊下の一部とトイレ、風呂場の手すりを取り付けました。保毛さんは半年前、外から帰って来て自宅の玄関でくつを脱ごうとした際に、バランスを崩してよろけたことがありました。でもそれ以外には、転倒したことはあまりありません。

物忘れについて、保毛さん自身は、鍋を焦がしてしまったことは理解していますが、「つい、テレビを見ていて」とテレビに夢中になっていたからだと思っています。薬の飲み忘れや鍋を焦がしたことに関して、専門医を受診したことはありませんでした。不安以外の周辺症状（妄想、幻覚、無気力、徘徊、焦燥、失禁、暴言、暴力等）はありません。物忘れなどの症状が出る前後で、生活環境の変化は特にありませんでした。

保毛さんの持病は高血圧症のみで、現在、ノルバスク® 5mg 1×朝食後、ロゼレム® 8mg 1×就寝時を服用しています。約 1 年前、高血圧で受診している医師が MMSE を検査したところ、結果は 18 点でした。ただ、認知症とはまだ診断されていないので、原疾患については検討されていません。昨年秋に区の健康フェスティバルで骨密度を測定しましたが、YAM（骨密度若年成人平均値）65%でした。

趣味は、お芝居を観に行くこと、カラオケ、麻雀です。散歩は好きですが、自転車には乗れません。若い頃には社交ダンスをしていました。

飲酒については、夫が生きていた頃は、夫の晩酌につき合っただけビールをコップ 1 杯程度、週 3 回程度飲んでいました。タバコは吸ったことがありません。塩辛いものや甘いものなど味付けがしっかりしたものを好み、とんかつやハンバーグ、果物が大好きです。

夫は 5 年前に他界し、現在一人暮らしです。徒歩 10 分程度のところに長女夫婦が住んでいます。高校 3 年生の孫と中学 1 年生の孫娘がいます。キーパーソンの長女は区役所に勤務しており、毎日仕事帰りに自転車で、夕飯の用意をするために寄ってくれます。そのまま一緒に食事をすることも多いです。長女は、認知症に対する運動療法としてちょうどいいのはラジオ体操（第一）程度と考えているようです。長男は、IT 企業の主任でエンジニアです。車で 1 時間程度の隣県に住んでおり、1 月に 1 回程度顔を出して、庭掃除などしてくれます。

保毛さんは介護保険で要支援 1 の認定を持っています。保毛さんの ADL/IADL は、キャリーカート（歩行補助器）で外出できるレベルです。週に 2~3 日程度、長男の嫁と近所に散歩や買い物に行くのが大好きです。ただ、外反母趾のため、足に合った靴を探すのがなかなか大変です。買い物の荷物は嫁が持ってくれます。