

患者 11 様（76 歳男性、要介護 4）に対する、今週のケアプランをまとめさせていただきます。ご本人様、ご家族様が安心して過ごせるよう、医師の指示と皆様からのご意見を踏まえ、季節や現在の状況も考慮した内容です。

今週のケアプランの重点

5 月中旬となり、日中は気温が上がりやすい時期です。体調を崩しやすい時期ですので、以下の点を重視します。

- **体調管理の徹底:** 暑さによる体調変化、感染症予防に配慮し、全身状態の安定を目指します。
- **快適な生活環境の維持:** 適切な室温管理、通気性の確保、清潔な環境維持に努めます。
- **心身機能の維持・向上:** 無理のない範囲で、できることを増やし、生活の質を高めます。
- **ご本人とご家族の精神的なサポート:** 不安や疑問を解消し、安心して介護を受けられるよう努めます。

具体的なケアプラン

1. 健康管理

- **バイタルチェック:**
 - 看護師による 1 日 2 回のバイタルサイン測定（血圧、心拍数、体温）。
 - 特に午前と午後の気温差が大きい時間帯は注意深く観察し、変動があれば速やかに医師に報告します。
- **服薬管理:**
 - 看護師による確実な服薬管理。
 - 薬の効果や副作用について、ご本人とご家族に丁寧に説明します。
- **感染症予防:**
 - 手洗いやうがい、手指消毒の徹底。
 - 室内の換気をこまめに行い、加湿器などで適切な湿度を保ちます。
 - 介護者、訪問者のマスク着用を推奨します。
- **排泄ケア:**
 - 排尿日誌の記録を継続し、排尿パターンを把握します。
 - 便秘対策として、水分摂取を促し、必要に応じて医師の指示に基づき緩下剤を使用します。
 - 腹部マッサージを毎日行い、腸の動きを促します。

2. 日常生活のサポート

- **食事:**
 - 管理栄養士による栄養指導に基づき、高カロリー、高タンパク質の食事を提供します。
 - 食欲不振時は、食べやすいように調理方法を工夫し、栄養補助食品も活用します。
 - 食事環境を整え、リラックスして食事ができるよう配慮します。
 - 旬の食材を取り入れ、食欲を刺激するメニューを検討します。
- **入浴:**
 - 週 2 回の入浴介助を行います。
 - 入浴時の体調変化に注意し、無理のない範囲で入浴時間を調整します。
 - 入浴後は、保湿ケアを行い、皮膚の乾燥を防ぎます。
- **移動・歩行:**
 - 理学療法士による個別リハビリを週 2 回実施します。
 - 歩行訓練、筋力強化訓練、バランス訓練を行います。
 - 歩行器や杖などの福祉用具を適切に活用します。
 - 介護士による歩行介助時は、転倒に十分注意します。

3. 精神的なサポート

- 傾聴を重視し、不安や悩みを受け止めます。

- 趣味活動（回想法、音楽療法、簡単なゲームなど）を積極的に取り入れ、心身のリフレッシュを図ります。
- ご家族との交流を促進し、孤立感を解消します。
- 必要に応じて、カウンセリングなどの専門的な支援を検討します。

4. 環境整備

- 居室内の整理整頓を行い、転倒リスクを減らします。
- 手すりの設置や滑り止めマットの使用を検討します。
- 日中は明るく、風通しの良い環境を保ちます。
- 夜間は、足元灯を設置し、安全に移動できるようにします。

5. 家族との連携

- ご家族との情報交換を密に行い、協力体制を築きます。
- 介護に関する不安や疑問に対応し、精神的なサポートを行います。
- 必要に応じて、介護教室や相談会などの情報を提供します。

6. その他

- 口腔ケア：食後の口腔ケアを実施し、口腔内を清潔に保ちます。
- レクリエーション：患者の興味や関心に合わせたレクリエーションの提供。

モニタリングと評価

- ケアプランの実施状況を定期的にモニタリングし、効果を評価します。
- ご本人やご家族からの意見を伺い、必要に応じてケアプランを修正します。
- 月1回の定期カンファレンスで、各専門職が連携し、ケアプランの見直しを行います。

緊急時の対応

- 急な体調変化や異常が見られた場合は、速やかに医療機関に連絡し、指示を仰ぎます。
- 緊急連絡先を明確にし、ご本人、ご家族、関係者間で共有します。

ご家族の皆様へ

ご不明な点やご心配なことがございましたら、いつでもお気軽にご連絡ください。ご本人とご家族が安心して過ごせるよう、精一杯サポートさせていただきます。

患者 ID：患者 11（76 歳男性、要介護 4） 今週のケア方針（2025 年 5 月 17 日～5 月 23 日）

現状と季節の考慮

- **季節:** 5 月中旬、日中は気温が上がりやすいが、朝晩は冷える日もある。
- **患者様の状況:** 医師の指示通り。特に、血圧の不安定さ、頻尿と便秘傾向、食欲低下に注意が必要。日中の気温上昇による脱水症状にも留意する。

看護目標

1. 全身状態の安定化と維持
2. 排泄状況の改善
3. 合併症予防（脱水、感染症、褥瘡）
4. 安楽な療養環境の提供

具体的なケア内容（看護師）

- **バイタルサインモニタリング**
 - **測定頻度:** 1 日 2 回（午前・午後）。必要に応じて随時測定（体調不良時、活動後など）。
 - **注目点:** 血圧変動（特に高血圧傾向）、心拍数の急激な変化、微熱（37.5℃以上）。
 - **対応:** 異常値が続く場合、または急激な変化が見られた場合は、速やかに医師に報告し指示を仰ぐ。

- **服薬管理**
 - **確認事項:** 服薬時間、薬剤の種類・量、内服方法。
 - **観察:** 服薬後の副作用（消化器症状、皮膚症状など）の有無。
 - **指導:** 患者様への服薬指導（可能な範囲で）。
- **排泄ケア**
 - **排尿管理:** 排尿回数、尿量、尿の色・性状の観察。排尿日誌を活用し、排尿パターンを把握。
 - 頻尿対策：夕食後の水分摂取量を調整。夜間のトイレ誘導を徹底。
 - 必要に応じて、医師の指示に基づき利尿剤の投与量を調整。
 - **排便管理:** 排便の有無、便の性状（硬さ、量、色）の観察。
 - 便秘対策：
 - 起床時にコップ1杯の水を勧める。
 - 医師の指示に基づき、必要に応じて緩下剤（酸化マグネシウムなど）を投与。効果をしながら量の調整を行う。
 - 腹部マッサージ（排便を促すように、時計回りに優しく行う）。
 - 食事内容の見直し（高食物繊維食の提供を検討）。
 - **陰部洗浄:** 清潔を保ち、感染予防に努める。
- **褥瘡予防**
 - **体位変換:** 2時間毎に実施。体圧分散マットレスの使用。
 - **皮膚観察:** 発赤、乾燥、むくみなどの異常がないか確認。
 - **保湿:** 乾燥を防ぐために、保湿剤を塗布。
 - **清拭:** 清潔を保ち、血行を促進。
- **栄養管理**
 - **食事摂取量の観察:** 食欲不振の原因を特定し、食事形態の工夫（刻み食、ペースト食など）、食事環境の改善（静かな場所で、リラックスして食事ができるように配慮）。
 - **水分補給:** 1日に必要な水分量（1500ml）を確保。
 - 声かけを励行し、こまめな水分補給を促す。
 - 脱水症状の観察（皮膚の乾燥、口渇、尿量減少など）。
 - 必要に応じて、経口補水液（OS-1 など）を使用。
- **感染症予防**
 - **手洗い・うがい:** 実施を促す。
 - **口腔ケア:** 食後、就寝前に実施。口腔内の清潔を保つ。
 - **環境整備:** 換気をこまめに行い、室内の清潔を保つ。
- **精神的なサポート**
 - 傾聴し、不安や不満を受け止める。
 - 趣味活動（テレビ鑑賞、音楽鑑賞など）への参加を促す。
 - 家族との面会を調整し、交流を促進。
- **リハビリテーションのサポート**
 - 理学療法士の指示に基づき、リハビリテーションをサポート。
 - 日常生活の中でできる運動（ベッド上での足の曲げ伸ばし、手足のストレッチなど）を促す。
- **その他**
 - 患者様の訴えに耳を傾け、不安や苦痛を軽減する。
 - 介護士、理学療法士、ケアマネージャーと連携し、情報共有を密に行う。

- 緊急時の対応手順を確認し、迅速かつ適切な対応ができるように準備しておく。

介護士との連携事項

- 食事、排泄、入浴、更衣などの介助時の注意点（転倒予防、皮膚状態の観察など）を共有。
- 患者様の状態変化（食欲、気分、睡眠、排泄など）を報告してもらう。
- レクリエーションの内容について相談し、患者様の興味や関心に合わせたものを提供する。

申し送り事項

- 血圧変動に注意し、異常値が続く場合は速やかに報告すること。
- 頻尿対策として、夜間のトイレ誘導を徹底すること。
- 食欲不振が続く場合は、食事形態の工夫や栄養補助食品の使用を検討すること。
- リハビリテーションを積極的に行い、ADL の維持・向上を目指すこと。

評価

- 1 週間後に、上記ケア内容の実施状況、患者様の状態、目標達成度などを評価し、必要に応じてケアプランを見直す。

その他

- 医師、理学療法士、ケアマネージャーと連携し、患者様に最適なケアを提供できるよう努めます。
- 患者様とご家族の意向を尊重し、安心できる療養環境を提供します。

承知いたしました。医師の指示と RAG の情報、そして本日の状況と季節を考慮し、患者 ID：患者 11 さんの今週のケア方針を具体的にまとめます。

患者 ID：患者 11（76 歳男性、要介護 4）今週のケア方針（2025 年 5 月 17 日～）

1. 全身状態の安定

- **バイタルサインモニタリング:** 看護師が 1 日 2 回（午前・午後）バイタルサイン（血圧、心拍数、体温）を測定し、記録します。特に血圧が高めの日が続いているため、注意深く観察します。RAG 情報を参考に、バイタルチェックの継続的な記録から、患者さんの健康状態の傾向や変化を把握します。
- **心不全と高血圧の管理:** 服薬状況を確認し、確実な内服を促します。看護師が服薬指導を行い、副作用の早期発見に努めます。
- **感染症予防:** 手洗い、うがい、居室の換気を徹底します。介護士は、患者さんの口腔ケアを食後に行い、口腔内を清潔に保ちます。

2. ADL の維持・向上

- **歩行訓練:** 理学療法士による個別リハビリテーションを週 2 回行います。介護士は、理学療法士の指導のもと、歩行訓練の介助を行います。転倒予防のため、常に付き添い、安全に配慮します。
- **日常生活動作の介助:** 食事、排泄、入浴、更衣などの介助を行います。患者さんの意向を尊重し、できることはご自身で行っていただくように促します。

3. QOL の向上

- **排泄ケア:** 排尿日誌を記録し、排尿パターンを把握します。RAG 情報を参考に、排泄の自立度やパターンを把握し、水分摂取との関連を考慮します。夕食後の水分摂取量を調整しつつ、日中はこまめな水分補給を促します。便秘対策として、食物繊維の多い食事（野菜、果物）を提供し、水分摂取量を増やします。腹部マッサージも行います。
- **レクリエーション:** 患者さんの趣味や関心に合わせたレクリエーションを提供します。
 - **今週の提案:**
 - **園芸レクリエーション:** 天候の良い日には、ベランダでプランターを使った簡単な園芸を行います。花やハーブの苗を植えたり、水やりをしたりすることで、気分転換を図ります。
 - **音楽療法:** 好きな音楽を聴いたり、歌を歌ったりします。懐かしい歌を歌うことで、回想

法を促し、精神的な安定を図ります。

- **回想法:** アルバムを見たり、昔の話をしたりすることで、昔の思い出を振り返り、脳の活性化を図ります。

- **精神的なサポート:** 傾聴を心がけ、不安や悩みを聞き出します。必要に応じて、家族との交流を促します。

4. 転倒予防

- **環境整備:** 居室内の整理整頓を行い、手すりや滑り止めマットを設置します。
- **筋力強化訓練:** 理学療法士の指導のもと、筋力強化訓練を行います。介護士は、日常生活の中で、無理のない範囲で筋力トレーニングを促します。
- **生活指導:** 急な立ち上がりを避け、足元に注意するように指導します。

5. 栄養状態の改善と維持

- **食事:** 管理栄養士の指導のもと、高カロリー、高タンパク質の食事を提供します。食べやすいように、食事の形態を工夫します（刻み食、ペースト食など）。
- **栄養補助食品:** 必要に応じて、栄養補助食品を使用します。
- **食事環境:** 静かな場所で、リラックスして食事ができるように配慮します。

季節を考慮したケア

- **5月:** 気候が穏やかなため、積極的に戸外活動（散歩、日光浴など）を行います。紫外線対策として、帽子や日焼け止めを使用します。
- **脱水予防:** こまめな水分補給を促します。経口補水液やスポーツドリンクなども活用します。
- **室温調整:** 適切な室温を保ち、快適な環境を提供します。

その他

- **口腔ケア:** 食後の口腔ケアを実施し、口腔内を清潔に保ちます。
- **皮膚ケア:** 皮膚の状態を観察し、乾燥を防ぐために保湿クリームを使用します。褥瘡予防のための体位変換を定期的に行います。

多職種連携

- 看護師、理学療法士、ケアマネージャーと密に連携し、情報共有を行います。
- 定期的なカンファレンスで、ケアプランの見直しを行います。

家族との連携

- 家族との情報共有を密にし、協力体制を築きます。
- 家族からの相談や要望に、丁寧に対応します。

このケア方針は、患者さんの状態に合わせて柔軟に見直していきます。

承知いたしました。医師の指示とカンファレンスでの意見を踏まえ、患者 ID：患者 11 さんの今週のケア方針をまとめます。5月という季節と本日の状況を考慮し、具体的な内容にします。

患者 ID：患者 11（76 歳男性、要介護 4）今週のケア方針（2024 年 5 月 18 日～5 月 24 日）

1. 全身状態の安定化と観察の強化

- **バイタルサインモニタリング（看護師）：**
 - 朝（8 時）、夕（17 時）の 1 日 2 回測定。特に血圧の変動に注意し、収縮期血圧が 160mmHg 以上、または拡張期血圧が 90mmHg 以上の場合、または急激な血圧低下が見られた場合は、速やかに医師に報告。
 - 心拍数は安静時 60～100 回/分を目安に、不整脈の有無も確認。
 - 体温は 36.5℃～37.5℃を目安に、微熱（37.5℃以上）が続く場合は感染症の兆候を疑い、医師に報告。
- **心不全の兆候観察（看護師・介護士）：**

- 浮腫（特に下肢）、呼吸困難、咳、体重増加の有無を観察。これらの症状が見られた場合は、速やかに看護師に報告。
- 臥床時は上半身を少し高くする（セミファロー位）ことで、呼吸を楽にする。
- **感染症予防（看護師・介護士）：**
 - 手洗いの徹底（患者さん、職員）。アルコール消毒液を適切に使用。
 - うがいの励行（口腔ケア時など）。
 - 咳エチケットの徹底（マスク着用）。
 - 居室の換気を1日2回（10分程度）実施。

2. ADL の維持・向上

- **歩行訓練（理学療法士・介護士）：**
 - 理学療法士による個別リハビリテーションを週2回実施（月曜日・木曜日）。
 - 歩行訓練は、患者さんの状態に合わせて無理のない範囲で実施。
 - 屋外歩行は、天候の良い日に短時間行う（10～15分程度）。日差しが強いため、帽子を着用し、こまめな水分補給を行う。
 - 転倒予防のため、必ず介護士が付き添い、歩行器または杖を使用。
- **日常生活動作の介助（介護士）：**
 - 食事、排泄、入浴、更衣などの介助は、できる限り患者さん自身で行えるように促す。
 - 食事は座位で行い、嚥下状態に注意しながらゆっくりと食べてもらう。
 - 更衣は、着脱しやすい衣服を選ぶ。
- **口腔ケア（介護士）：**
 - 毎食後、口腔ケアを実施。口腔内の清潔を保ち、誤嚥性肺炎を予防する。
 - 必要に応じて、口腔ケア用品（歯ブラシ、歯間ブラシ、舌ブラシなど）を使用。

3. QOL の向上

- **排泄ケア（看護師・介護士）：**
 - 排尿日誌の記録を継続。排尿パターンを把握し、適切な排尿介助を行う。
 - 便秘対策として、朝食時にヨーグルトやプルーンを提供する。
 - 腹部マッサージを1日2回（朝・夕）実施。
 - 医師の指示に基づき、必要に応じて緩下剤を使用。
- **疼痛管理（看護師）：**
 - 痛みの程度を定期的に確認（スケールを使用）。
 - 医師の指示に基づき、鎮痛剤を適切に投与。
 - 温罨法やマッサージなど、非薬物的な疼痛緩和法も実施。
- **精神的なサポート（看護師・介護士）：**
 - 傾聴、励まし、共感的な態度で接する。
 - 趣味活動（回想法、音楽療法、簡単な手作業など）を提供する。
 - ご家族との面会を積極的に促す（感染対策に配慮）。
- **レクリエーション（介護士）：**
 - 午前中に集団体操、午後に個別レクリエーションを実施。
 - 5月の季節に合わせたレクリエーション（例：鯉のぼり作り、歌を歌うなど）を取り入れる。

4. 転倒予防

- **環境整備（介護士）：**
 - 居室内の整理整頓を徹底。

- ・ 移動経路に障害物がないか確認。
- ・ 夜間は足元灯を点灯。
- **筋力強化訓練・バランス訓練（理学療法士・介護士）：**
 - ・ 理学療法士の指導のもと、安全に配慮しながら実施。
 - ・ 椅子に座っての足踏み運動、スクワット、踵上げなどを行う。
- **生活指導（看護師・介護士）：**
 - ・ 急な立ち上がりを避ける。
 - ・ 足元に注意する。
 - ・ 体調が悪い時は無理をしない。

5. 栄養状態の改善と維持

- **食事の提供（介護士）：**
 - ・ 管理栄養士の指導に基づき、高カロリー、高タンパク質の食事を提供する。
 - ・ 食事の形態は、患者さんの嚥下状態に合わせて調整する（刻み食、ミキサー食など）。
 - ・ 食事介助時は、姿勢に注意し、一口量を少なくする。
 - ・ 食事中にむせ込みが見られた場合は、直ちに中止し、看護師に報告。
- **栄養補助食品の活用（看護師）：**
 - ・ 必要に応じて、医師の指示に基づき栄養補助食品を使用。
 - ・ 経口摂取が困難な場合は、医師と相談の上、経管栄養を検討。

6. 留意事項

- **患者さんの意向尊重:** ケアを行う際は、常に患者さんの意向を尊重し、丁寧に説明を行う。
- **多職種連携:** チームとして患者さんをサポートするため、情報共有を密に行い、連携を強化する。
- **家族との連携:** ご家族との情報共有を密にし、協力体制を築く。

7. 今週の重点目標

- ・ バイタルサインの安定化
- ・ 転倒予防の徹底
- ・ 排泄ケアの改善

8. 評価と見直し

- ・ 週ごとのケアカンファレンスで、今週のケア目標の達成度、患者さんの状態変化、問題点などを評価し、必要に応じてケアプランを見直す。
- ・ 状態変化に応じて、医師や関係職種と連携し、速やかに対応する。

上記ケア方針に基づき、今週も患者さんが安心して過ごせるよう、チーム一丸となってケアに取り組んでまいります。