

認定看護師便り

2016年5月発行

Vol.58

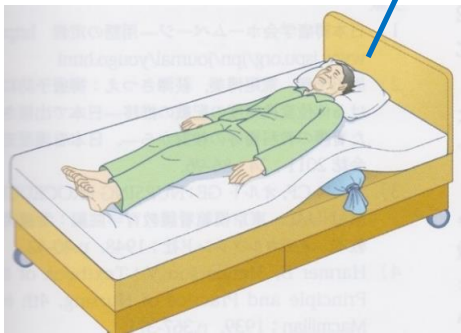
2時間毎の体位変換がもたらす弊害は？

夜間も2時間毎に人的な体位変換を行うことは、患者さんの**睡眠**にとっては**悪影響**ではないかと言われています。

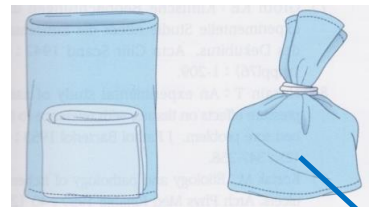
自動体位変換マットレスを試験的に使ったところ、意識のある患者さんから「**ぐっすり寝られた**」との感想が聞かれました。



スモールチェンジのポジショニングとは？



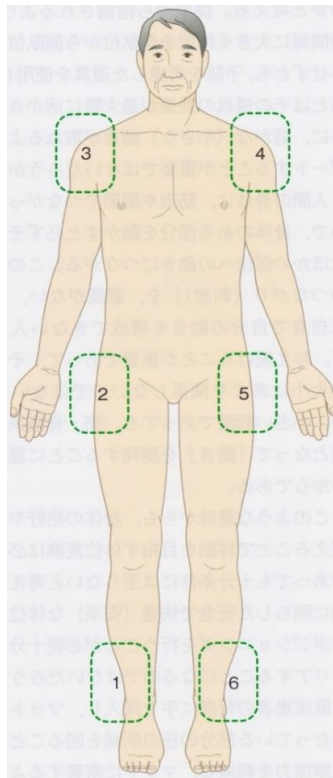
ベッドサイドに行くたびに**小枕の場所**を変えていく。時間に関係なく変えるだけ。



小さめの**枕カバー**の中に**バスタオル**をたたんで**半分くらい**の深さまで入れる。

スモールチェンジとは、ベッドサイドに行くたびに**時間**に関係なく**小枕の位置**を変えていきます。

体の下に入れた**小枕**で**いくらかの傾斜**が身体にかかり、その事が身体の**自然な動き**を作り褥瘡(床ずれ)を作る危険性を**減少**させると言われています。



大きく体位を変えるのではないため**ずれ**を押さえることが出来、**微小循環(血めぐり)**がよくなる、また、**筋肉**や**骨格**への**刺激**となって「**動き**」を誘発することに意義があると言われています。

日常ケアを見直そう！

田中マキ子監修、ポジショニング学—体位管理の基礎と実践より引用

文責 皮膚・排泄ケア認定看護師 近野由美