

デュオスマイル Duo Smile

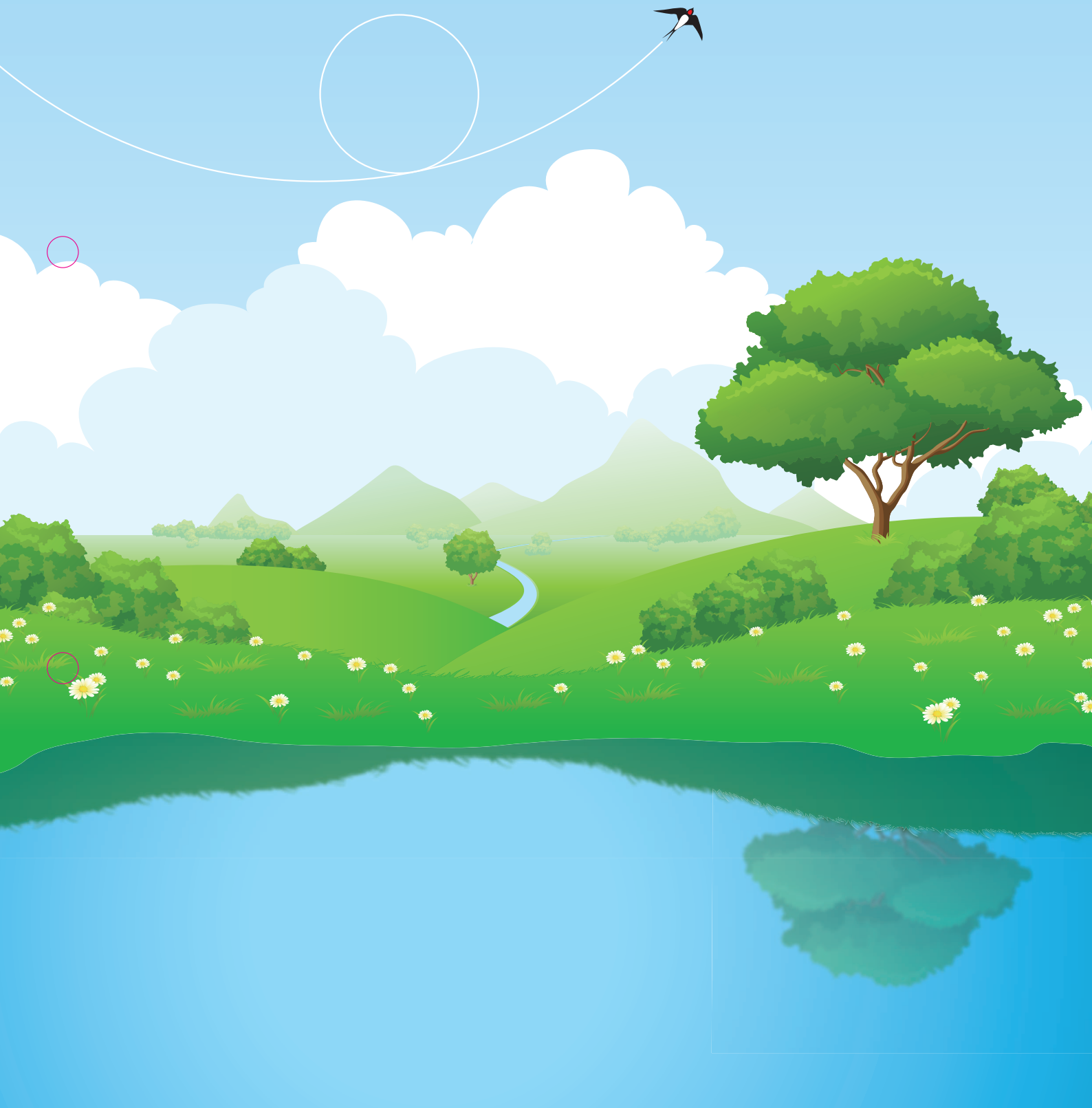
デュオドーパ®をお使いのみなさまへの情報誌

Vol.
9

〔総監修〕

独立行政法人 国立病院機構
仙台西多賀病院 院長

武田 篤先生



abbvie

毎日のルーティン「胃ろうのケア」

～バンパー埋没症候群を予防する～

デュオスマイルの読者の皆さんは、デュオドーパ治療を始めて間もない方や、5年以上継続されている方など様々な方がおられるそうです。(ちなみに、デュオドーパの治療を開始された方は1,000名を超えたそうですよ。(2021年3月末現在))
ご存知のように、デュオドーパ治療には毎日のルーティンが沢山あります。

朝起きて薬液カセットを室温に戻す、ポンプと薬液カセットを接続しポンプを操作する、治療終了時にはチューブのフラッシングなど。そして、決して忘れていけないのが毎日行う『胃ろうのケア』です。胃ろうは、デュオドーパを体内に送るチューブを通すための小さな穴ですが、からだの中と外をつなぐ、まさにトンネルのような役割をしています。

皆さんの中には、「デュオドーパを始めて間もないからチューブを動かすのは怖いし、何でやらなきゃいけないのかな?」、「デュオドーパを始めて1年以上経って胃ろうの穴(ろう孔)もしっかりできたから、もうケアは必要ないんじゃない?」と思う方もおられるかもしれません。

『胃ろうのケア』はデュオドーパ治療の一部です。もしも自己判断でケアを休んだり、たまにしかケアを実施していない方がおられましたら毎日のルーティンに組み込んでください。

『胃ろうのケア』がなぜ必要なのか、ケアを休むと何が起きるのかなどをしっかりと理解しましょう。

ケアの方法がわからない方は、本号を参考に病院の看護師さんや訪問看護師さんなどと一緒に動かしてみましょう。

国立研究開発法人
国立精神・神経医療研究センター病院
脳神経内科 向井 洋平 先生



胃ろうのケアを毎日のルーティンに組み込みましょう。

胃ろうの穴(ろう孔)がしっかり出来上がったから、毎日のルーティン「胃ろうのケア」を行います。
[バンパー埋没症候群]の予防のため、胃ろうを清潔に保ち、毎日のケアを欠かしてはいけません。
お風呂の後や治療終了時のフラッシング後に行うなど、1日の治療の流れに組み込むといいですね。

慣れたら簡単!! チューブの動きは毎日確認を!!

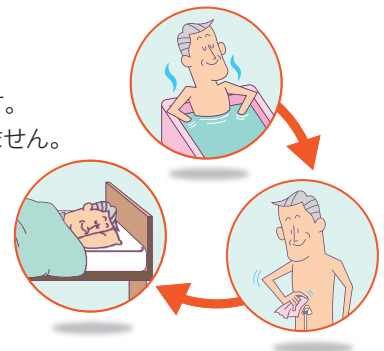
胃内固定板(バンパー)が胃壁に密着したままになると胃壁に埋没したり、潰瘍を作ってしまうことがあります。

予防のためには、毎日1回以上、胃ろうチューブを3~4cm真っすぐに押し引きして、ゆっくり動かします。

このとき、チューブをクルクルと回してはいけません。

また、外部固定板は皮膚から、0.5~1.0cm離れたところで固定します。

毎日チューブを動かすことで、空腸にあるチューブの先端の位置が変わることはありません。安心してください。



チェックポイント!!
ケアの仕上げに、外部固定板の青いクリップをカチッと止めるのを忘れずに!!

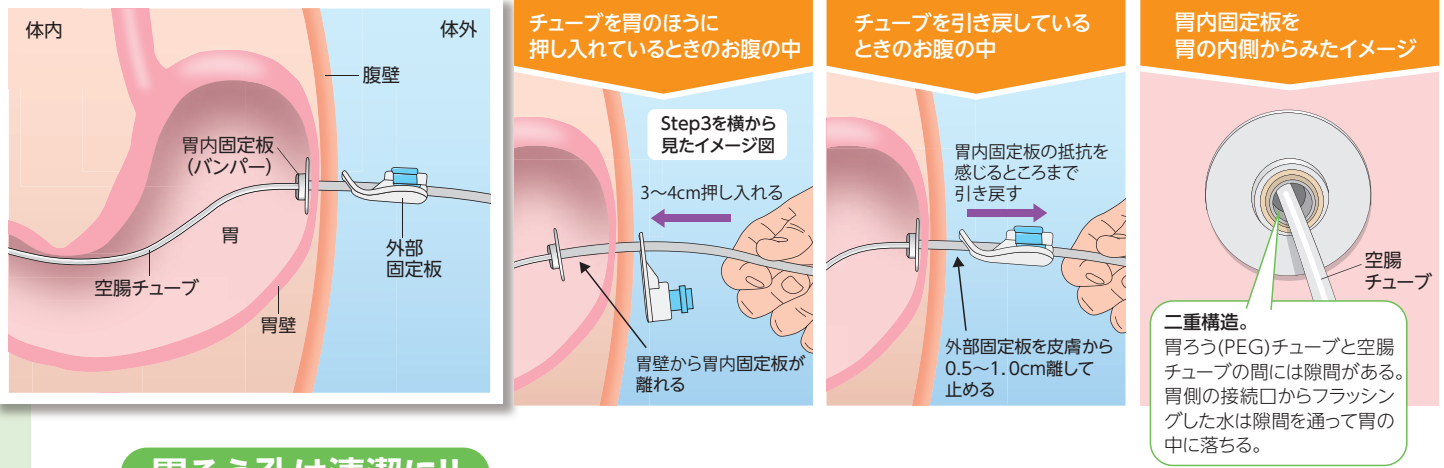


さあ チューブの動きを確認してみましょう

事前準備	Step 1	Step 2	Step 3	Step 4	Step 5	Step 6
<ul style="list-style-type: none">●両手を薬用石鹸でしっかり洗います●ガーゼを使用しているときは外します	<p>外部固定板の青いクリップを開きます</p>	<p>外部固定板からチューブを外し、チューブが自由に動くようにします</p>	<p>チューブを3~4cm胃の方に慎重に押し入れます</p>	<p>次にチューブをお腹の外に引き戻し、胃内固定板の抵抗を感じるところで止めます</p>	<p>チューブが自由に動くように皮膚から0.5~1.0cm離して外部固定板を取り付けます</p>	<p>最後に青いクリップをカチッと締めます</p>

※20Frの胃ろうチューブの場合は、紫色のクリップです。

チューブを動かしているときのお腹の中での胃内固定板の動き(イメージ図)



胃ろう孔は清潔に!!

入浴するときは、胃ろうやチューブをビニールで覆ったりせず、そのまま湯船に浸かれます。

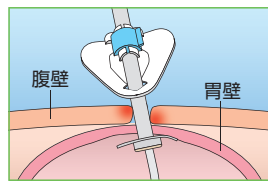
お腹の中に水やばい菌が入ることはありません。薬用石鹸を泡立てて、胃ろう周囲の皮膚をやさしく洗い流します。入浴後は乾いた清潔なタオルで水気をふき取り、自然乾燥させましょう。

不潔なままにすると炎症や肉芽の原因にもなります。

チューブや外部固定板も洗浄して清潔に保ちましょう。

また、チューブはお腹の中に垂直にして外部固定板を取り付けましょう。

チューブを斜めにして止めると肉芽がでやすくなります(右図)。



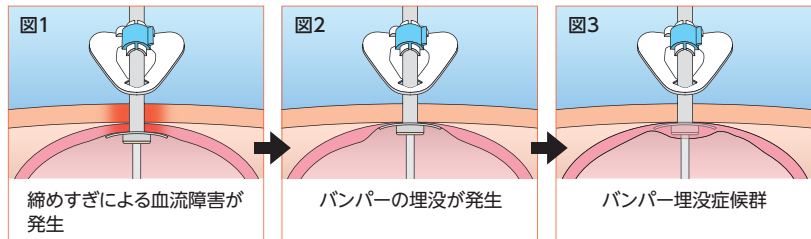
◀チューブを真っすぐにしないと、胃ろうの一部を圧迫して肉芽がでやすくなります。気をつけましょう。

Q. 胃ろうのケアをやらないとどんなことが起きるの?

★バンパー埋没症候群を引き起こす可能性があります

バンパー埋没症候群とは、図3のように胃内固定板が胃の内側の壁に埋もれる(めり込んでしまう)状態です。

バンパー埋没症候群になると、チューブの交換が簡単にできなくなってしまう。



バンパー埋没症候群は、毎日の胃ろうのケアで予防できます。

「いつもと違う」の気づきが、チューブトラブルや胃ろう周辺の炎症の早期発見・早期の処置につながります。

Q. 胃ろう周辺が炎症したり滲出液が漏れたりしたときはどうしたらいいですか?

- 患部は清潔に保ってください。1日3~4回程度、薬用石鹸を泡立てぬるま湯で洗浄してください。やさしく水分をふき取り、乾燥させます。
- 滲出液が漏れる場合は、患部を乾燥させた後にお腹と外部固定板の間(0.5~1.0cmのすき間)のチューブのまわりにガーゼを当て、テープで固定します。ティッシュペーパーで「こより」を作ってガーゼの代わりに使用してもよいですね。状況に応じて、「こより」を細く硬めに巻いたり、ふわふわとやわらかく巻いたりしましょう。汚れてきたら、こまめに交換しましょう。
- ポンプを携帯するときは、できるだけチューブが引っ張られないように注意しましょう。

こんなサインは要注意!!

◆ 毎日のお手入れの違いや症状で気づくこと ◆

- 抵抗があってチューブの押し引きができません。
- チューブを押し引きしたとき、常に痛みがあります。
- チューブが胃の中に引き込まれる感じがします。
- 皮膚が真っ赤で、熱を持ち、腫れています。
- 胃ろうから白~黄緑色に濁った分泌液があります。(まれに「鼻水みたいに緑色のネバネバしたもの」という方もいます)
- 胃ろうの周囲から悪臭がします。

まずは
主治医に
相談を



誰かに話したくなる!? オリンピック豆知識

オリンピックの
マークに使われている色が
5色なのは…

青、黄、黒、緑、赤の5色と、旗の地の色である白を使えば、世界のほとんどの国の国旗を描くことができますからだそうです。



日本選手が初めてメダルを
獲得したのは…

1920年の第7回アントワープ大会にてテニス男子シングルスで熊谷一弥選手が銀メダルを獲得。また、男子ダブルスでも熊谷一弥・柏尾誠一郎選手ペアが同じく銀メダルを獲得しました。ちなみに、日本人初の金メダルは、1928年の第9回アムステルダム大会にて陸上競技の三段跳びで織田幹雄選手が獲得しました。

オリンピック史上最高年齢の
メダリストは…

1920年の第7回アントワープ大会にてスウェーデン射撃チームとして出場したオスカー・スパーン選手。大会当時72歳と280日で、団体銀メダルを獲得しました。ちなみに、デュオドーパ治療では、治療開始時の平均年齢は65～66歳で最高年齢は87歳だそうです。(2021年3月末現在)

食物繊維と
カルシウム、DHAを
手軽に取り入れましょう

サバ缶のかんたん味噌そぼろ



材料 2人分

サバの味噌煮缶：1缶
にんじん：1/5本(30g)
しいたけ：2枚
ごま油：大さじ1/2
小ねぎ：適量(飾り用)

Note

- 食物繊維豊富な根菜(にんじん)や、きのこ類を小さく刻んで使用しています。
- にんじん、しいたけは、炒めずに茹でてOKです。
- サバも缶詰を使えば骨まで柔らかく食べやすく、味付けもしてあるのでお手軽です。
- ドライカレーのアレンジには温泉卵をのせると喉ごしが良くなりますよ。

作り方

- ① にんじん、しいたけをみじん切りにする。
- ② 小ねぎを小口切りにする。
- ③ フライパンにごま油を入れて中火にかけ、にんじん、しいたけの順にしっかりと炒める。
- ④ サバの味噌煮缶を入れてほぐしながら煮詰める。
※サバの骨が気になる方は、取り除いてからご使用になるか煮詰める際に骨を細かく砕いてください。
- ⑤ 器に盛り付け、小ねぎを散らす。

(アレンジレシピ：サバの味噌そぼろドライカレー)

出来上がったサバの味噌そぼろ(半量)にカレー粉(大さじ1/2)を加えるとドライカレーに。味の変化を楽しむことができます。

スマイル
クッキングメモ

青魚のサバは、
良質な油「DHA」が
豊富です。
缶詰を利用することで、
下処理不要で手軽に
取り入れましょう

デュオドーパ®による治療を受けられる 患者さんのための問い合わせ窓口

デュオドーパ®コールセンター

フリーダイヤル

0120-063-789

受付時間：24時間365日〈通話料無料〉

わからないことがあれば
いつでもお電話ください。
お待ちしております。

患者さんや
介護者の方々からの
お電話をお受けして
います。

