

病人の世話の仕方

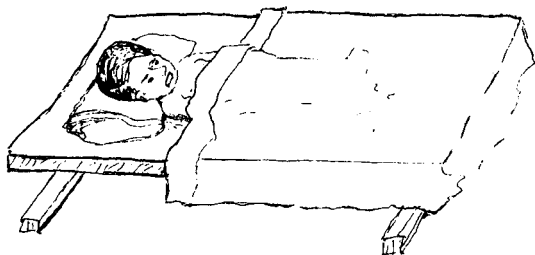
病気は体を弱くする。強さを取り戻し、早くよくなるためには、特別の世話が求められる。

病人が受ける世話は、
治療の中の最も重要な部分であることが多い。

薬がいないことはよくある。しかし、よい世話はいつでも重要である。以下に述べるのは、よい世話の基本である。

1. 病人にとっての快適さ

病気の人には、新鮮な空気と光がいっぱいの、静かで心地よい場所で休まなければならない。暑すぎたり寒すぎたりしていきような場所は避ける。空気が冷たかったり、患者が寒気を覚えたりする場合は、シーツまたは毛布をかける。しかし、暑い日や、患者に熱がある場合は、何もかけない (p.75 を参照)。



2. 水分

ほとんどすべての病気のとき、ことに熱があったり、下痢をしていたりする場合は、病人は水分をたくさんとらなければならない。水、茶、ジュース、肉汁などである。

3. 体を清潔にすること

病人を清潔にしておくことは重要である。毎日入浴させてあげる。ベッドから出られないほど具合が悪い場合は、スポンジまたは布とぬるま湯を使って患者を洗う。患者の衣類、シーツ、上掛けなども、清潔にしておかなければならない。

食物のくずやかけらがベッドに残らないように注意する。



病人は毎日入浴させなければならない

4. よい食物

病人に食欲がある場合は食べさせる。ほとんどの病気に、特別食はいらない。

病人は、水分をたくさん飲み、栄養のある食物をたくさん食べなければならない(第11章を参照)。

患者が非常に弱っている場合は、栄養のある食物を、食べられるだけ、1日に何回でも食べさせる。必要な場合は、食物をつぶしてどろどろにしたり、スープやジュースにしたりする。

エネルギーの高い食物は、ことに重要である。たとえば、コメ、コムギ、オートミール、ジャガイモ、キャッサバなどのかゆである。少量の砂糖と植物油を加えると、エネルギーは増加する。病人には、甘くした飲み物をたくさん飲むように言う。ことにあまり食べない人には、そうする。



どうしても特別食が必要な病気もいくつかある。それらについては、次の各ページで説明する。

貧血	p.124
胃潰瘍と胸焼け	p.128
虫垂炎、腸閉塞、急性腹症 (これらの場合は絶食する)	p.93
糖尿病	p.127
心臓病	p.325
胆のうの病気	p.329
高血圧	p.125

■重病人に対する特別な配慮

1. 水分

非常に容態の悪い人に水分を充分摂らせる、というのは特に重要である。患者が一度に少ししか飲めない場合は、少量ずつ何回も与える。飲み込むことがほとんどできない場合は、5 - 10分ごとに、一口なめさせる。



患者が1日に飲む水分の総量を量る。成人は1日に2リットル以上飲む必要があり、少なくとも湯のみ1杯分(60ml)の尿を、毎日3 - 4回排出しなければならない。患者が十分に飲んだり排尿したりしていない場合、または脱水(p.151)の症状を見せ始める場合は、もっとたくさん飲むよう促す。そのような患者は、**栄養のある水分**をとらなければならない。通常、少量の食塩を加える。患者がこのようなものを飲まない場合は、**水分補給飲料**(p.152を参照)を与える。患者がこれを十分に飲むことができず、**脱水**の症状が進行している場合は、保健ワーカーに**点滴**を注入してもらってもよい。しかし、患者が、少しずつでもたびたびすすろうとするのであれば、通常、この点滴方法は避けることができる。

2. 食物

固形の食物が食べられないほど患者が重病の場合は、スープ、ミルク、ジュース、肉汁、その他の栄養のある水分を与える（第11章を参照）。トウモロコシ粉、オートミール、コメなどのかゆもよいが、体を作る食品と共に与えるべきである。スープは、卵、豆類、細かく刻んだ肉、魚、鶏肉などを使って作ることができる。患者が一度には少ししか食べられない場合は、1日に何回も、少量ずつ食事をさせる。

3. 清潔

病気の重い人にとって、体が清潔であることは、非常に重要である。患者を毎日、温湯で入浴させる。

寝具は毎日取り替える。また汚くなるたびに取り替える。感染症患者の、汚れたり血液のしみがついたりしている衣類や寝具やタオルは、注意深く扱わなければならない。ウイルスや病原菌をすべて殺すために、洗濯物は熱いせっけん水で洗う。あるいは塩素系の漂白剤につける。

4. ベッドで体位を変えること

非常に弱っていて、ひとりでは寝返りをうてない人の場合は、手を貸して、1日に何回もベッドで体位を変えてあげる。これは、床ずれを防ぐのに有効である（p.214を参照）。

病気が長い子どもは、母親のひざにたびたび乗せなければならない。

患者の体位を頻繁に変えることは、肺炎を予防する助けにもなる。肺炎は、非常に弱っていたり、病気が重く、ベッドに長期間いなければならなかったりする人みなにつきまとう危険である。患者に熱があり、咳をし始め、速くて浅い呼吸をしているなら、おそらく肺炎にかかっている（p.171を参照）。

5. 変化に注意する

病人の状態の変化を見落とさないようにしなければならない。状態の変化によって、病人がよくなってきているのか、悪くなっているのか、判断できる。患者の<バイタルサイン>の記録をとっておく。次の事項について、1日に4回実測して、書き留めておく。

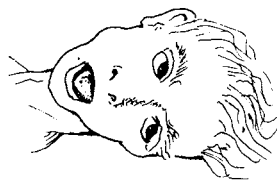


さらに、患者が飲んだ水分の総量と、1日に何回排尿と排便があったかも記録する。この情報は、保健ワーカーや医師のために、保存しておく。

患者の病気が重いか危険であるとかということが分かるような症状に気をつけることは、非常に重要である。次のページに、**危険な病気の症状の一覧表**がある。これらの症状のうちのどれかが患者に現れた場合は、**直ちに医療従事者の助言を求め**る。



■危険な病気の症状



患者に下記の症状が1つ以上ある場合は、熟練した医師の助けなしに家庭で手当するには病気が重過ぎる。生命が危ないかもしれない。**できるだけ早く、医学的助けを求め**ること。助けが来るまでの間、それぞれのページに述べてある指示に従う。

ページ

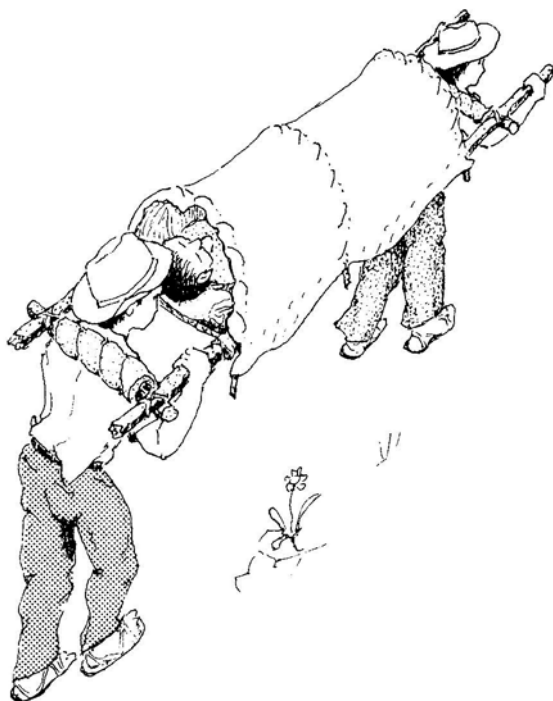
1. 体のどこかからの多量の出血……………p.82、p.264、p.281
2. 喀血……………p.179
3. 唇と爪の著しい青み(新しい場合)……………p.30
4. 非常な呼吸困難。休息によって改善しない……………p.167、p.325
5. 目を覚ますことができない(昏睡)……………p.78
6. 立ち上がると卒倒するほど弱っている……………p.325
7. 1日以上排尿できない……………p.234
8. 1日以上何も水分をとることができない……………p.151
9. 1日以上(乳児の場合は数時間以上)ひどいおう吐またはひどい下痢が続いている……………p.151
10. タールのような黒い便、または血液や便の混じったおう吐物……………p.128
11. おう吐を伴った、強い腹痛の継続。患者は下痢ではない、あるいは便通がない……………p.93
12. 3日以上続く、強い痛みすべて……………p.29 – p.38
13. 背中が反って首が硬直。あごの硬直はあったり、なかったり……………p.182、p.185
14. 熱のある人または重病の人の、一回以上の発作(全身けいれん)……………p.76、p.185
15. 高熱(39℃以上)が下がらない。または4 – 5日以上続いている……………p.75
16. 長期にわたる体重減少……………p.20、p.400
17. 血尿……………p.146、p.234
18. 広がり続けるただれ、または手当てをしても直らないただれ……………p.191、p.196
p.211、p.212
19. 体のどこかにできて、大きくなり続けるかたまり……………p.196、p.280
20. 妊娠と出産に伴う病気：
 - 妊娠中の出血……………p.249、p.281
 - 臨月における顔のむくみと視覚障害……………p.249
 - いったん破水して分娩が始まった後、長引く……………p.267
 - ひどい出血……………p.264

■医療従事者の助けはいつ、どのように求めるか

医療従事者の助けは、危険な病気の最初の症状を認めたときに求める。保健センターまたは病院へ病人を運ぶのが困難または不可能になるほど、手遅れにしてはならない。

保健センターへ搬送するのが困難なために、病人または怪我人がいっそう悪くなる恐れがある場合は、保健ワーカーを患者のところに連れてくるようにする。しかし、きわめて特別な治療または手術を必要とするような緊急の場合（たとえば虫垂炎）には、保健ワーカーを待たないで、直ちに患者を保健センターまたは病院へ運ぶ。

患者を担架に乗せて運ぶ必要がある場合は、できるだけ乗り心地よく、かつ落ちる心配のないようによく注意する。骨折している患者の場合は、動かす前に副木で固定する（p.99を参照）。日差しが非常に強いときは、陰ができるように担架の上にシートをかけて覆うが、内側には新鮮な空気が通るように気をつける。



■保健ワーカーに言うべきこと

保健ワーカーや医師は、手当ての仕方や薬の処方を正しく判断して指示するために、病人を診察しなければならない。病人を動かすことができない場合は、保健ワーカーに患者のところまで来てもらう。それができない場合は、その病気について詳しく知っている信頼できる人を差し向ける。決して小さな子どもや愚かな人を使いにはやってはならない。

医療従事者の助けを求めにやる前に、病人を注意深くかつ完全に調べる。そうしてから、患者の病気と全般的な状態を、詳しく記録する（第3章を参照）。

次のページに、**患者の記録**を作成するときに使える用紙を示す。この用紙と同じものが、この本の最後に数枚つけてある。切りとって、できるだけ詳しく、注意深く記入していく。

医療従事者の助けを求めに誰かに行ってもらう場合は、
情報を記入してある用紙を、
必ず使いの人に持たせること。

