

藤間NSによる勉強会をまとめてみました。

「ADHDについて学んだこと」



ADHDとは注意欠如多動性障害といいます。

うっかりミス、忘れ物失く物が多い、やりっぱなしが多い、捨てられない、片づけられない、朝起きれない、人の話を最後まで聞かない、お金の管理が出来ない、約束の時間期日が守れない、何をやっても中途半端、後先考えず行動する気分の変動、暴力的になる、すぐキレル、やるべき事の先延ばし、空気が読めない、家事が上手くこなせない、わけもなく落ち込む、貧乏ゆすりかひどい、人とよくトラブルになる、方向音痴、お酒・薬・買い物・性に溺れる、過食や拒食、はまりやすい。

これらに当てはまることは、ないでしょうか？

ADHDのタイプ

不注意優勢型・多動性、衝動性優勢型・混合型

ADHDの治療

・薬物療法
・環境調整
(得意な人の力をかりる)

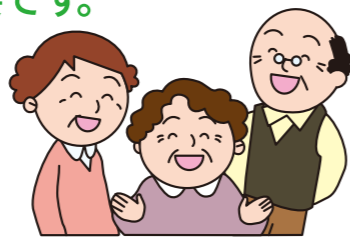
自分の心がけ

・ADHDの事よく知る
・治せるもの、治すものではない
・自尊感情を保つ事が大事

薬と上手に付き合う

ADHDは、周囲の人の支援が必要です。

1. 苦手な事を無理強いせずサポートする。
2. ミスや失敗を強く責めない。
3. 管理能力は苦手、具体的に指示する。
4. 感謝の気持ちを表す。
5. ADHD の特性を長所ととらえる。
6. デメリットもメリットも関係なくその人の全て受け入れる。
7. 出来ない所だけに注目せず、出来る所、いい所を伸ばしサポートする。
8. 衝動的に怒りやすい性格の為、激昂したら冷静に話ができるようになるまで待つ。



ADHDの偉人達

坂本竜馬、クリントン大統領、ジョン・レノン、エジソン、リンカーン、織田信長、ナポレオン、長嶋茂雄、太宰治、モーツァルト、ゴッホ

引用：ADHD 発達障害ガイド .info



- 今回、ADHDの勉強会に参加して ADHDは、生まれつきの脳機能の偏りによる障害であることを知りました。周囲の対応が、大事なんだと思いました。
- 藤間NSは、たくさんのお本を見て勉強されたようです。
- そのため、とても分かりやすい勉強会になりました(´^`)♪

泰らぎ

Vol.40
2016年
春号

P1 表紙・目次

P2 研修会の紹介
・専門職向け研修(すこやか)
・家族会「クラフト」

P3 レクリエーション紹介
・歩こう会

P3 お食事メニューのご紹介

P4 ADHDとは…。



撮影場所：温故会敷地内にて



温故会
直方中村病院
福岡県認知症医療センター
<http://www.onkokai.jp/nakamura/>



研修会のご案内

介護老人保健施設すこやか 専門職向け研修

福岡県認知症医療センター直方中村病院と介護老人保健施設すこやかの共同で研修を開催しました。

対象者：介護老人保健施設すこやかスタッフ
テーマ：「認知症と接遇」

より良い認知症ケアを提供することを考える際、まずは社会人としてのマナーや接遇をしっかりとする必要があるとの趣旨にて、講義とロールプレイの二つを行いました。

講義では、スタッフの表情に多少の疲れも見受けられましたが、ロールプレイでは、スタッフに笑顔が見られました。研修が終わり、スタッフから「楽しかった」「参加して良かった」「認知症当事者の家族と接する時に悩んでいたので良い機会となった」などの声を聞くことが出来ました。この研修を通して、接遇や認知症ケアについて「どうしていくのが良いだろうか」を「話し合い」「方針を決め」「実践し」そして…「振り返るための話し合い」が今後行われていくことを期待しています。



1病棟家族会【クラフト】

クラフトとは、患者様と家族のコミュニケーション方法(関わり方)のことです(^ ^)

今回のクラフトには16名のご家族の方々が参加してくださいました。ここではある過程での親子の会話を、例題としてご紹介いたします。



- <場面>
- 夕方、お母さんはキッチンで夕食の準備をしています。
- 小学校3年生のK君は、弟と一緒にTVゲームに集中しています。
- お母さん
- 「Kちゃん!晩御飯までに宿題を終わらせなかったら、7時のドラえもんはなしだからね!」

コミュニケーション技術(クラフト)を活かすと

「Kちゃん、晩御飯までに宿題を終わらせて、お母さんと一緒に7時からドラえもんを見ようね。」

という風にまります。この言い方だと、相手を刺激せずに自分の言いたいことを伝えることができます。

患者さんの家族もうなづく場面がありました。

質疑応答では、

- M氏の家族 相手が落ち込んでいる時の対応が分からない。
- スタッフからの解答 励ますともっと頑張りすぎるので、受け止める。「大丈夫」がプレッシャーになるので、ゆっくり進んでいこうと共感することで同じ気持ちになる。
- Y氏(妻) 家族に対して暴言を吐いたことは、本人は覚えているのでしょうか? 病気とは、思えないんです(感情失禁)
- スタッフからの解答 本人が落ち着いた時に、暴言を吐いたことを思い出します。病気と思って欲しい。はじめは、混乱しているので理解をして欲しい。

など、患者様のご家族から、たくさんご意見を頂き時間があっという間に過ぎました。



今回は参加して下さったご家族の人数が多かったため、「ロールプレイをして たくさんの方の話を聞くようにしたら良かったのでは?」との意見をいただきました。次回の家族会で行いたいと思います。

レクリエーションのご紹介

平成28年初歩こう会 in 多賀神社

当院ではアルコール依存症の方の治療としてARP(アルコールリズム・リハビリテーション・プログラム)を実施しています。

その中で一か月に一度“歩こう会”というプログラムがあります。

歩こう会では、往復10km程の距離を歩きます。

年明け第一回目の歩こう会のコースは初詣を兼ねて、毎年、“多賀神社”に行っています。遠賀川河川敷を横切れる歩道があるとの噂を聞き、車通りが少ないコースでもあるため、そこを通過して多賀神社に向かうようにしました。



▲ 河川敷沿いを歩き続けると...



▲ 橋が見えてきました!(実は橋が全く見えてこず不安でしたが...笑)



▲ そして、暫く歩き続けると目的地である多賀神社に到着!



▲ みんなで参拝して、遠賀川河川敷にある水辺館さんにお邪魔させていただき、カボチャカレーを食べました。たくさん歩いてお腹が減っていたのが、白いご飯が無くてルーのおかわりを二杯三杯と...

そして、また病院に向かって帰るのでした...

皆さん、長い距離お疲れ様でした。

“歩こう会”に参加することで、気分転換も勿論の事、長い距離と一緒にスタッフも歩くということで、その時にしか聞けない話や、苦労を共にしメンバー同士の関係性も生まれる良い機会だなと感じます。今後の治療に良い刺激となってもらえればと思います。

お食事メニューのご紹介

2月～節分・バレンタイン編～

恒例のお食事メニューのご紹介です。

毎日おいしいごはんをいただいておりますが、行事のときはいつもよりも楽しみにしている患者様やスタッフも多いと思います(^v^) 2月のイベントといえば...

3日 節分



- ◀ 太巻き寿司
- ◀ 五目そば
- ◀ 節分ポーク
- ◀ ほうれん草のツナマヨ和え

3日 節分



太巻きで東方巻の気分が味わえました! 皆さんの幸せをお祈りして... 私の願い事も叶いますように...

3日 節分



鬼は外! 福は内!! の気持ちで(実際は投げません)おいしくいただきました\(^o^)/

14日 バレンタイン



- ◀ チキンライス
- ◀ エビフライタルタルソース
- ◀ 大根サラダ
- ◀ ミネストローネスープ
- ◀ チョコババロア

チョコババロアでハッピーバレンタインであれ。患者様もみなさん喜んで食べられていたようです! 食事から季節を感じられるとうれしいです!