



# 日本離床研究会通信 VOL.94

平素より当会の活動にご理解をいただき、ありがとうございます。  
日本離床研究会は皆様に早期離床の最新情報をお届けするため“研究会通信”を作成し配信しております。  
ベッドサイドにおける診療・ケアに是非、お役立てください。  
併せて教育講座のご案内も同封いたしました。ご査収くださいませ。

## What's New

### 脳卒中が発症しやすい曜日は？



兵庫医科大学病院 足立 拓也

京都府医師会脳卒中登録事業委員会が行った、曜日によって脳卒中発症に違いがあるのかを検討したコホート研究<sup>1)</sup>を紹介します。11年間にもおよび1万3788名の脳卒中発症の方を、曜日別に7グループに分け、曜日別にχ<sup>2</sup>乗検定で分析されています。さらに日曜日の脳卒中発症を基準として、各曜日とのオッズ比(OR)、95%信頼区間(CI)を多項ロジスティック回帰分析により算出しています。

その結果、脳卒中発症の各曜日のOR(95% CI)は、月曜日 1.157(1.030 ~ 1.293)、火曜日 1.101(0.981 ~ 1.236)、水曜日 1.059(0.943 ~ 1.188)、木曜日 1.091(0.972 ~ 1.225)、金曜日 1.053(0.938 ~ 1.205)、土曜日 1.074(0.956 ~ 1.205)でした。脳卒中のタイプ別にみると、脳出血やクモ膜下出血では曜日による発症率の差は認めませんでした。脳梗塞の発症率は年齢・性別にかかわらず、日曜日より月曜日の方が高かったという結果でした(OR:1.189、95%CI:1.034 ~ 1.366、p=0.014)。

この結果は、休日から仕事が始まる月曜日に心身へのストレスがかかりやすいことが予想されますが、一般的な脳梗塞発症要因と思われる動脈硬化や糖尿病、脂質異常症などとは異なる要因として、新たな予防の視点を考えさせられる報告であると思います。

1) Shigematsu K, et al. Weekly variations of stroke occurrence: an observational cohort study based on the Kyoto Stroke Registry, Japan. BMJ Open. 2015; 5: e006294.

## 離床まとめ知識

### 「冬に気をつけたい～血圧変化と離床～」

寒風吹き荒ぶこの季節、特に気をつけたいのが脳卒中や心筋梗塞といった重篤な疾患ですね。このような重篤な疾患の引き金になる可能性の一つとして急激な血圧の変化が挙げられます。

冬に気をつけたい血圧変化の1つめは、「脱水」です。トイレの回数を気にするために飲水を控え、脱水傾向の高齢者は多く、不十分なアセスメントで離床を行えば、起立性低血圧を引き起こします。寒い季節に水分摂取を促すのも難しいものです、暖かい鍋などで水分摂取する工夫も必要です。

2つめは「入浴」です。入浴時に急変が多い理由は、血圧の変化が原因となります(表1)。動きたがらない方に「お風呂で温まりましょう」とせっかく離床を促しても、重篤な疾患の引き金となつては困ります。寒暖差の大きいこの季節、入浴前に浴室や脱衣所を温めておく等の工夫が必要です。特に高齢者では血圧の変化が顕著になりますので、退院時や在宅での指導として、この2つのポイントをしっかりと伝えることが大切です。

表1) 入浴時の血圧変化

	高齢者	若年者
30分前	137.9 ± 21.3	124.6 ± 15.1
10分前	154.8 ± 18.1	115.0 ± 18.4
入浴中	163.6 ± 20.3	112.6 ± 20.9
10分後	163.6 ± 20.3	124.6 ± 15.1
30分後	157.9 ± 23.7	115.0 ± 18.4
1時間後	152.6 ± 25.6	112.6 ± 20.9

# Q&A

受講生の皆さんからいただいた質問と回答をご紹介します。

## 「CO<sub>2</sub>ナルコーシスで意識障害が起こるのは何故か」

**Q** CO<sub>2</sub>ナルコーシスが発生する原理については理解できましたが、何故意識障害が起こるのでしょうか？

**A** CO<sub>2</sub>ナルコーシスは慢性2型呼吸不全の方に起こることが多く、  
 1. 呼吸性アシドーシス      2. 意識障害      3. 自発呼吸の減弱  
 を呈する症候群と定義されています。

では、何故意識障害が起こるか？と申しますと直接の原因は一つ目のアシドーシスです。二酸化炭素が体内に蓄積すると、H<sup>+</sup>濃度が上昇しpHが低下、アシドーシスになります。アシドーシスは初期には吐き気・嘔吐を起こし、進行すると意識障害を引き起こします。CO<sub>2</sub>ナルコーシスを疑う場合には、早期に換気補助（NPPVなど）を行い、意識障害を起こさないことが重要です。CO<sub>2</sub>ナルコーシスは、慢性2型呼吸不全患者さんに対し、高濃度酸素投与を行うと発生するケースが臨床では多く、酸素投与は慎重にする必要があります。では、酸素投与しない方がよいかというとそうではありません。低酸素血症は改善すべき病態であるため、2型呼吸不全患者さんにおいては、SpO<sub>2</sub> 90%程度をキープするように管理すると良いと思います。CO<sub>2</sub>ナルコーシスのリスクが高い患者については、医師と「ターゲットとするSpO<sub>2</sub>の値」及び「SpO<sub>2</sub>低下時の対応」を十分に相談して下さい。

『パニックにならない検査・データ読み解きの基本講座』より

## 教育講座のご案内

2018年2月から3月までに開催予定の教育講座です。現場で活躍されている先生方を講師に迎え、実践に即した内容でお送りします。お問い合わせの上、是非ご参加ください。

日時	講座名	会場	受講料（税込）
2月17日（土）	がん領域における看護ケアとリハビリテーション	横浜市社会福祉センター（神奈川県）	会員：9,800円 一般：12,800円
17日（土）	見て見ぬふり”から抜け出す回復期・在宅循環講座	名古屋国際会議場（愛知県）	会員：9,800円 一般：12,800円
17日（土）	2度同じ失敗を繰り返さないための血液データ判読講座	広島国際会議場（広島県広島市）	会員：9,800円 一般：12,800円
17日（土）	肺炎時の呼吸ケアと早期離床戦略	都久志会館（福岡県福岡市）	会員：8,800円 一般：9,800円
17日（土）	脳卒中の看護ケア・リハビリテーションに必要な高次脳機能障害の基礎知識	沖縄産業支援センター（沖縄県那覇市）	会員：8,800円 一般：9,800円
18日（日）	実技と模擬体験で学ぶ！危険を事前に察知するための呼吸・循環フィジカルアセスメント講座	沖縄産業支援センター（沖縄県那覇市）	会員：8,800円 一般：9,800円
18日（日）	見て見ぬふり”から抜け出す回復期・在宅循環講座	エル・おおさか（大阪府大阪市）	会員：9,800円 一般：12,800円
18日（日）	2度同じ失敗を繰り返さないための血液データ判読講座	サンポートホール高松（香川県）	会員：9,800円 一般：12,800円
24日（土） 25日（日）	脳卒中の疑問がスッキリ晴れる！ とっておきの検査・データの「マル秘」判読講座	エレクトロンホール宮城（仙台市）	会員：16,800円 一般：19,800円
26日（月）	不安も一気に解消！ パニックにならない検査・データ読み解きの基本	所沢市民文化センター（埼玉県）	会員：4,800円 一般：8,400円
27日（火）	不安も一気に解消！ パニックにならない検査・データ読み解きの基本	千葉市民会館（千葉県）	会員：4,800円 一般：8,400円
3月17日（土） 18日（日）	実技と模擬体験で学ぶ！ フィジカルアセスメント完全攻略セミナー	都久志会館（福岡県福岡市）	会員：14,800円 一般：18,800円
17日（土） 18日（日）	脳卒中の疑問がスッキリ晴れる！ とっておきの検査・データの「マル秘」判読講座	名古屋国際会議場（愛知県）	会員：16,800円 一般：19,800円
18日（日）	シリーズ「人工呼吸器」実技編 やってはいけない！人工呼吸器ケア	大田区産業プラザPIO（東京都）	会員：9,800円 一般：12,800円
18日（日）	リハビリテーションに必須となる薬剤の基礎知識	エル・おおさか（大阪府大阪市）	会員：9,800円 一般：12,800円
24日（土）	シリーズ「人工呼吸器」理論編 スタッフの人工呼吸器アレルギーをゼロにする基礎講座	兵庫県中央労働センター（神戸市）	会員：9,800円 一般：12,800円
24日（土） 25日（日）	自分の脳も変えられる脳卒中セミナー	ユニオンビル（神奈川県川崎市）	会員：16,800円 一般：19,800円
25日（日）	DVT・リンパ浮腫対策 ～最新のエビデンスに基づいたアプローチの実際～	北農健保会館（北海道札幌市）	会員：9,800円 一般：12,800円
25日（日）	急性期リハビリテーションにおける臨床評価のポイント	エレクトロンホール宮城（仙台市）	会員：10,800円 一般：12,800円
25日（日）	離床時に必須！初心者にはゼッタイわかる心電図	岡山ターミナルスクエア（岡山市）	会員：8,800円 一般：9,800円
26日（月）	不安も一気に解消！ パニックにならない検査・データ読み解きの基本	ベイシア文化ホール（群馬県前橋市）	会員：4,800円 一般：8,400円
27日（火）	不安も一気に解消！ パニックにならない検査・データ読み解きの基本	茨城県立県民文化センター（水戸市）	会員：4,800円 一般：8,400円