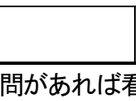
脳梗塞で入院された＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿様へ

脳梗塞とは、脳に血液を送る血管が狭くなったり詰まったりする病気です。

ゴール目標　**点滴が終了し症状が軽減されていれば退院や転院になります**

福井赤十字病院　脳神経内科・脳神経外科　脳神１

	入院日 （　／　）	1～2日目 （　／　）～（　／　）	3日目 （　／　）	4日目 （　／　）	5日目 （　／　）	6日目 （　／　）	7日目 ～ 12日目 （　／　）～（　／　）	13日目 ～ 退院 （　／　）～
検査 治療 処置	・必要に応じて検査をします （ 採血 検尿 胸部写真 心電図 頭CT 頭MRI 頚動脈エコー 心エコー ホルター心電図 脳スペクトなど ） ・点滴をします →						・病状によっては点滴期間が短縮・延長する場合があります 	**・医師の許可があれば退院できます** ・病状に応じて、入院期間が短縮・延長する場合があります 
	・適応がある場合、血栓溶解療法を行います	・採血があります（入院翌日） 						
	・現在内服薬を飲んでおられる方は看護師にお申し出ください ・医師の指示があれば内服を続けていただけます ・病状によっては、内服を中止・追加する場合があります							
安静度	・医師の指示により、安静度を指示します							
食事	・高血圧食など、医師の指示する食事がでます 							
排泄	・医師の許可があればトイレまで歩けます トイレまで無理なようであればポータブルトイレを使用します また、ベッド上安静であれば、看護師がお世話します							
清潔	・洗面、歯磨きのお手伝いをします	・洗面、歯磨きのお手伝いをします ・身体を拭きます ・医師の許可があれば、シャワーまたは入浴することができます 						
観察	・血圧や症状を6時間毎にみます	・血圧や症状を１日4回みます ・血栓溶解療法を受けた方は症状に合わせて時間毎に観察します					・血圧や症状を１日4回みます	
リハビリ	・必要に応じてリハビリを行います ☆基本動作（座る、立つ、歩く：理学療法） ☆日常生活動作（食事動作、トイレ動作、更衣動作：作業療法） ☆コミュニケーション（聞く、話す、読む、書く：言語聴覚療法） ☆嚥下機能（飲み込み：摂食機能療法） 							
教育指導	・看護師が入院生活について説明します ・薬剤師が薬について説明します						・看護師が別冊および裏面のパンフレットを用いて、退院後の生活について説明を行っていきます ・医師の指示により、必要があれば、管理栄養士が食事に関する説明をします	
その他	・入院後に入院診療計画書の説明をします	・医師より病状等の説明や今後のこと（退院・転院の目処やその準備など）について、ご本人・ご家族の方と話し合いをする日程を調整します ・病状に応じて、または新たに入院された方の都合で、お部屋をかわって頂くことになりますがご了承ください ・介護保険や福祉サービスなどが必要な方は今後の療養生活などについてソーシャルワーカーに相談が受けられます どのような状態での退院を目指すのか目標を考えましょう 						
説明者								

※状態に応じて予定が変わることもあります。何か質問があれば看護師にお聞きください。

主　治　医（　　）　　担当看護師（　　）

入院費は、ひと月ごとの【自己負担限度額】＋【食事負担額】＋【その他（個室料、診断書料など】合計です。
自己負担限度額の確認ができない場合は、本人の負担割合（1 割～3 割）での請求となります。
請求に関する問い合わせ先：病棟担当事務

脳梗塞の治療を受けて退院される方へ

退院おめでとうございます。これから退院後の生活の注意点について説明させていただきますので、参考になさってください。以下の内容で不明な点は、医師、看護師、薬剤師などにご遠慮なくお尋ねください。

１、病気について

脳卒中（脳の血管が詰まったり、破れたりして起こる病気）のひとつで、脳の血管が詰まる場合が脳梗塞です。
原因としては高血圧、高コレステロール血症や糖尿病などによる脳の血管の動脈硬化（血管の内側が狭くなり、血の塊がついて詰まって起こる）、心臓の病気（心房細動などによって心臓でできた血の塊が脳の動脈に流れ込んで詰まって起こる）などが原因となって引き起こされます。
また、再発しやすい病気でもあり、再発予防のためには上記の危険因子を継続してコントロールしていくことが重要です。

２、血圧のコントロールについて

・自分の普段の血圧を知っておきましょう。降圧剤を内服されている方は家でも血圧を測定されることをお勧めします。
・不規則な生活やストレス、バランスの悪い食事なども血圧に影響を及ぼすことがあります。規則正しい生活を心掛けましょう。
・適度な飲酒はストレス解消になりますが、飲酒は慢性的に血圧をあげてしまいます。

ビールなら中びん	２本（５００ｍｌ）
日本酒なら	２合（１８０ｍｌ）
ウイスキーなら	シングル２杯かダブル１杯
ワインなら	グラス２杯（２４０ｍｌ）

★週に２日は飲まない休肝日をもうけましょう★

３、血糖値のコントロールについて

糖尿病は動脈硬化を引き起こしやすく、血液がドロッとして流れが悪くなり、その他にも眼・神経・腎臓などの細かい血管の病気も引き起こします。バランスの良い食事や適度な運動をこころがけましょう。

４、心臓病や腎臓病の治療について

心臓や腎臓に病気を持っていると脳梗塞の危険性が高いといわれています。
現在治療されている方は定期受診やお薬など中断しないようにしましょう。

５、内服について

・処方されたお薬は指示通りにきちんと飲みましょう。お薬の飲み方を変えてしまうと効き目が十分でないこともあります。
・脳梗塞のタイプによって再発予防のお薬は変わります。薬剤師から飲んでいるお薬について説明があります。

６、日常生活について

・できる範囲で身の回りのことは自分で行いましょう。ひとつひとつの日常生活動作がリハビリテーションと考えてみましょう。
・食事は腹八分目にして、食べ過ぎないようにしましょう。
・塩分の取りすぎは、血圧を高くするので、かわりにだしや柑橘類・香辛料などで味付けの工夫をして、塩分を控えましょう。
・動物性脂肪の取りすぎは、血液中のコレステロールを増やし、動脈硬化を進めるので控えめにしましょう。病院での食事を参考にしてください。

動物性脂肪とは･･･バター、チーズ、ラード、卵など

・便秘は避けましょう。トイレでいきみすぎると血圧が高くなります。水分を十分にとり、食物繊維も多くとりましょう。
・禁煙に努めましょう。タバコは血管を収縮させ、血圧を高くしたり、動脈硬化を進めたりします。

７、再発について

再発かなと考えられる症状、ぼおっとして反応が鈍い、呼んでたたいても起きない、片方の手足や顔半分がしびれる、ろれつが回らない、言葉が出ない、他人の言うことが理解できない、片方の目にカーテンがかかったように一時的に見えなくなる、物が二重に見えるなどがでてきた場合には、かかりつけの病院や専門医の診察を受けるようにしましょう。
緊急時には脳卒中担当医師がいつでも対応いたします。



福井赤十字病院　　脳卒中センター