

国立知的知的障害者総合施設のぞみの園
令和3年度 福祉セミナー
ZOOM（収録）

知的発達障害者の 生活習慣病予防 支援現場で出来ること

国立知的障害者総合施設のぞみの園
研究員・参事（ターミナルケア担当）
看護師 根本昌彦

生活習慣病と知的発達障害者

1. 生活習慣病の初期は発見が難しい
2. 障害特性により罹り易い
3. 受診のハードルがある

生活習慣病の初期は発見が難しい

- 脳卒中：脳の動脈に何らかの障害が発生し、それによって脳の機能が失われて全身に影響を与える状態。自覚症状による早期発見は困難。
- 心臓疾患：心臓に何らかの障害が起き、それにより血液の循環不全によって引き起こされる病気。自覚症状による早期発見は困難。
- 糖尿病：血糖値が高い状態が長く続くと、全身の血管が傷み、さまざまな合併症が出てくるが、それまでの自覚症状はほとんど見られない。
- がん：がんの初期段階では自覚症状がありません。そのため、がん検診を受けなければ、みつけることは困難。

障害特性により罹り易い

- 偏食（過食及び拒食）
- 睡眠週間（昼夜逆転や断眠）の乱れ
- 運動不足
- 軽症時の表現（伝える）困難
- 支援者による早期発見が困難

障害者の受診にはハードルがある

- 構造的要因：物理的環境、移動手段へのアクセス
- 経済的要因：薬、機器修理のコスト
- 人的・文化的要因：障害者に対する誤解・不十分な知識
- 支援者の限界

予防

一次予防

健康の維持増進（セルフケア）

二次予防

疾病の早期発見、対応（フィジカルアセスメント）

一次予防 健康の維持増進（セルフケア）

食事、排泄、清潔、睡眠、運動の最適化

- 『自立』『支援により自立』『自立困難』を判断
- 氷山モデルや行動変容等を活用（特性による）

重要

- 意思に基づくこと（同意を得る事）
- 意思が表出の可否に関わらず、快や安の行動や表現を大切にすること。課題にしない（生き辛さを増やさない）。

慣れる支援してますか？

- 血圧測定 体温測定 身体計測
- 聴診
- 注射（採血 予防接種）
- 画像診断（CT MRI 単純撮影 バリウム検査）
- 心電図
- 視力検査 聴力検査
- 婦人科健診（乳がん、子宮がん）
- 検尿 検便
- 服薬（錠剤 散薬 カプセル 水薬 軟膏 点眼）
- 各種治療（ギプス 点滴 手術 創部保護）

二次予防

疾病の早期発見（フィジカルアセスメント）

日常の観察

- 健康情報の収集（フィジカルアセスメント）
- 健康情報の伝え方の工夫
- 多職種連携

健診の受診

- 医療に慣れる支援
- 健診を受診するための支援

発見する手がかりはある！

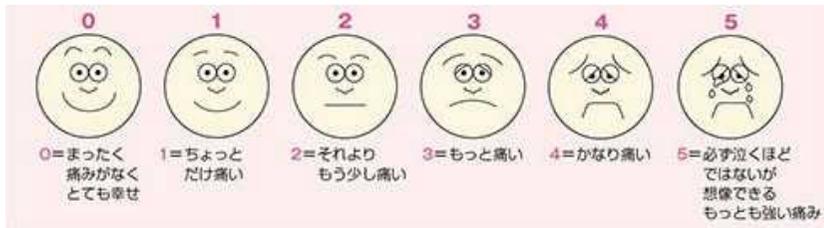
脈拍（心拍数）・呼吸数・血圧・体温・意識レベル・血中酸素飽和度・腹部聴診音・胸部聴診音・顔・口唇色・生理・体重・体液・尿・排便の量や性状・嘔吐物・創部・皮膚状態（乾燥・発赤など）・外観・歩行状態・睡眠・……

健康に関する情報の伝え方

尺度を使う（例）

・フェイススケール

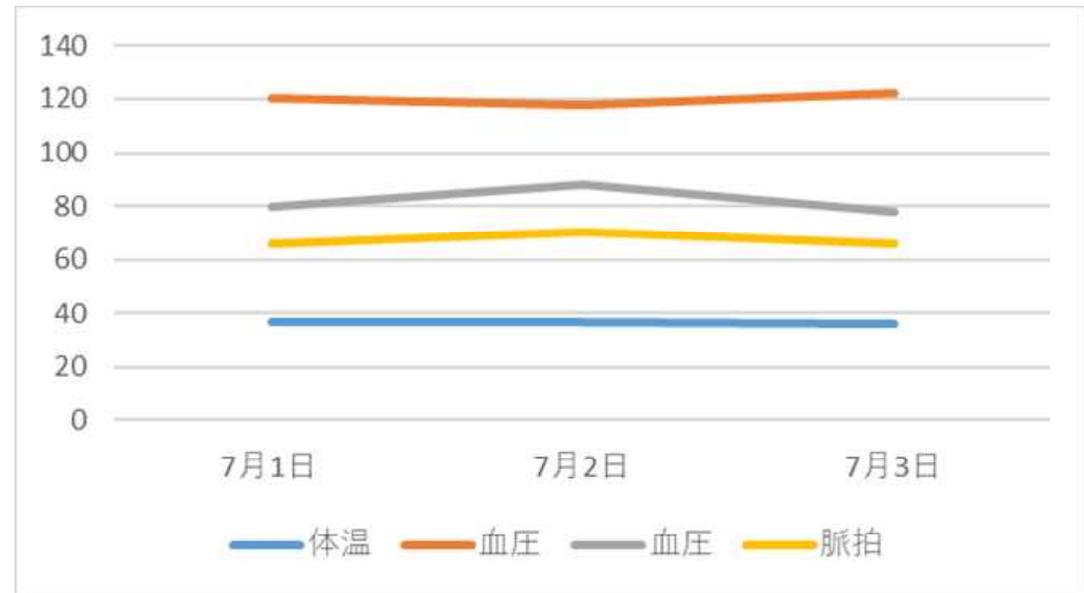
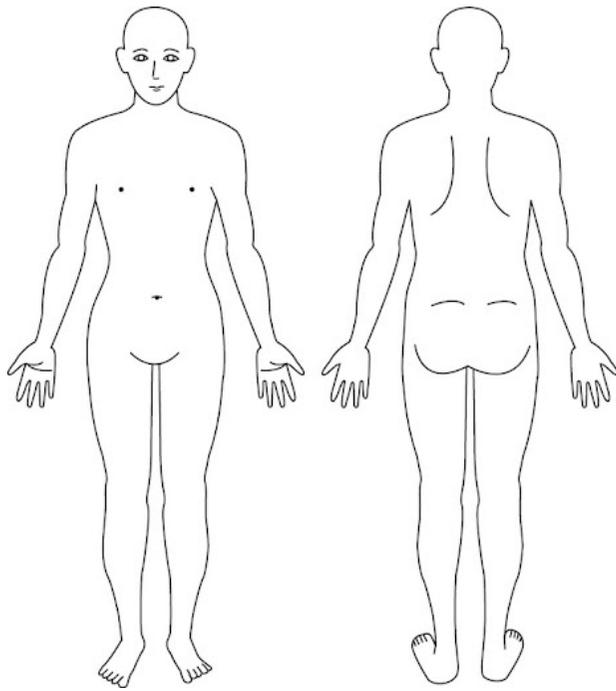
・ブリストルスケール



健康に関する情報の伝え方

図表を使う

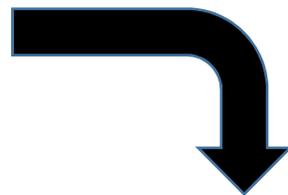
- ・ベースラインをつかむ（例：平熱）



看護師の関わり (小)



指示・アドバイス
処方など



診察時間

「5分～10分未満」 41.2%

「5分未満」 27.7%

厚生労働省「令和2（2020）年受療行動調査（概数）の概況」

特性や刻々と変化する状況への対応が解らない（不安）

看護師の関わり（大）



看護的援助

身体と生活環境を調整

特性があり刻々と変化する状況へのマッチング



健康増進、早期対応、早期社会復帰

知的障害者の健康診断実施状況 (入所施設)

- 定期健康診断受診率100%の施設：87.0%
- 特定健康診査に準拠した項目の実施施設：**14.8%**
- その他の検査項目の実施施設：**HbA1c 58.3%**
 - **心電図76.5%** • **眼底検査4.3%**
 - **胃部レントゲン13.9%** • **子宮がん15.7%**

検査結果は情報の宝庫

項目	単位	性別	基準値	
			下限	上限
AST (GOT)	U/L		0	40
ALT (GPT)	U/L		0	45
γ-GT	U/L	男	0	75
		女	0	45
総コレステロール (T-cho)	mg/dL		130	219
中性脂肪 (TG)	mg/dL		35	149
HDL-コレステロール	mg/dL	男	40	86
		女	40	96
LDL-コレステロール	mg/dL		70	119

「基準値内だから大丈夫」
「そもそも意味が解らない」



一般財団法人日本予防医学協会を参考に根本が加工
<https://www.jp1960.org/exam/exam06.html>

支援が主役のうちに！



基準値内：支援で疾病予防

基準値外：要医療

国立のぞみの園診療所 健康診断のご案内

障害のある方の中には、診療が苦手な方もいらっしゃいます。しかし、地域で健やかな生活を続けるには、疾病や機能低下の早期発見・治療が必要です。

のぞみの園診療所では、平成 29 年 6 月から、障害のある皆さまが安心して健康診断が受けられるよう、普段から知的障害のある方の診療に携わっている専門の医師や看護師などが対応して行う健康診断を実施しています。まずは、お気軽にご相談ください。



対象者

18 歳以上で
障害者手帳を
お持ちの方

実施日

毎週木曜日
9:00~12:00

健診項目

問診・身体計測・血圧
胸部 X 線 (撮影)
血液検査・尿検査
便潜血検査
視力・聴力検査

費用

費用は裏面に！
健診項目にあわせて料金が
変わります。



お問い合わせ先

診療部庶務課医事係

TEL 027-320-1327

受付時間 8:30-17:30

(土日・祝日・年末年始除く)

健康診断のお申込方法

- ・予約制のため電話でお申込みください。(TEL 027-320-1327)
- ・お申込み後、健康診断のご案内と問診票、採尿・採便容器などをお送りします。

基本検査 【検査料金：5,700円】

項目	実施内容
基本項目 (2,820円)	問診
	身体計測 (身長・体重・BMI・腹囲)
	血圧測定
	採尿 (糖、蛋白)
血液検査 (2,880円)	【希望者】 参考値となります
	視力測定
	簡易聴力測定
	脂質 (中性脂肪、HDL、LDL)
	肝機能 (GOT、GPT、γGTP)
	腎機能 (BUN、クレアチニン、尿酸)
	貧血 (白血球、赤血球、Hb、血小板、ヘマトクリット)
血糖 (空腹時血糖)	
その他 (Na、K、Cl)	

オプション検査

項目	実施内容	検査料金
血液検査 (腫瘍マーカー)	CEA (大腸、胃、食道、肺、膵臓、胆管の癌等)	1,080円
	CA19-9 (膵臓、胆のう、胆管、胃、大腸の癌等)	1,340円
	CA15-3 (女性：子宮癌、卵巣癌)	1,240円
	PSA (男性：前立腺癌)	1,340円
血液検査(血糖)	HbA1c	490円
レントゲン	胸部	2,100円
	骨密度 (40歳以上推奨)	1,400円
心電図	安静時	1,300円
検便	採便 (便潜血/2日法)	1,160円

* 障害特性などにより、実施できなかった検査があった場合、その分の料金はいただきません。



国立のぞみの園

〒370-0865 群馬県高崎市寺尾町2120-2

ホームページ URL <http://www.nozomi.go.jp/>

健康診断受診の準備（例人間ドック）

- 練習用発泡剤の事前提供（バリウム）
- 朝再度の着替えに抵抗がある場合、検査着の事前貸出
- 放射線技師 2 名体制による直接介助の体位移動（バリウム）
- 操作室から先行者の様子を見学し不安除去（バリウム・CT）
- 圧迫に気づかない程度のごく軽い落下防止帯（CT）
- 経験者や中度者を先導役にして検査を見せて安心させるペア行動
- 随伴動作と運動保続（聴覚）
- 背と肩へ軽く手を当て不意の緊張や反応に備える（採血）
- 検査室だけでなく待合室でも柔軟に測定対応（血圧）
- 写真とイラストで全体像を視覚化するスタンプラリーシート
- ジェスチャーやサインも加え、相手に合わせた端的簡明な言語指示
- 言語理解が困難な場合、色カードやキャラクターカードで指示
- 家族、世話人など身近な人の支援
- ムリはさせないが、過度に甘やかさない毅然たる態度

市川宏伸、江副新「医療的管理下における介護及び日常的な世話が必要な行動障害を有する者の実態に関する研究（H27-身体・知的-指定-001）知的・発達障害者の人間ドック実践の実際と課題」78-81

皆様の健康が
維持向上することを願っています。