

月刊

地域保健

10
2008

●特集

脳卒中の
予防戦略



●FACE 2008

東京医科歯科大学大学院保健衛生学研究所地域保健看護学教授
佐々木明子さん

FACE
2008

東京医科歯科大学
大学院保健衛生学研究科
地域保健看護学教授

佐々木明子さん

高齢者世帯の全戸訪問を目指して

できる限り地域に出向き、住民の「生の声」を聞こう

photographs : Sei Kamiyasu

2007年から今年にかけ発行された視聴覚教材(DVD)「地域看護活動とヘルスプロモーション」全4巻(製作・著作丸善株式会社)が学内外で好評を博している。監修者の一人である佐々木明子教授は20余年にわたり大学教育の場から保健師活動の実践に取り組み、1997年来フィンランドのセイナヨキ応用科学大学との共同研究ほか国際的な研究も推進している。フィンランドにおける調査から帰国したばかりの今、北欧諸国の話題を交え、日本の大学教育、高齢社会の課題を伺った。

学生時代からできる保健師の実践への備え

—DVD教材を制作されたならいつ
いてお話しください。

佐々木 地域で働く保健師の活動は見えにくいので、それを学生や新任保健師関係機関の方々にも分かりやすく紹介することに焦点を当てました。第1

巻は「地域看護学概論」、第2巻は、「家庭訪問の展開とコミュニケーション

技術」についてまとめています。最近発刊した「第4巻 新潟県中越沖地震にみる災害看護活動」では、地震発生の直後から、住民のために奔走する保健師の姿を撮影しています。

被災後1カ月くらいたった時期に保健師に自身の活動を振り返ってもらう、県庁、保健所、市町村が果たした役割などを時系列でお話しいただいたりしています。住民へのインタビュ―も収録しています。

DVDを見た保健師からは、「活動しているときは無我夢中で、振り返る間

もなかったけれど、映像を見て自分たちの行ってきた活動に重みがあることがよく分かった」という評価をいただきました。また、学生にDVDの感想を書いてもらったところ、「災害時の保健師活動が具体的によく分かった」「時系列で活動が展開されていたのが分かった」「災害発生時の保健師の機能がよく分かった」という意見がありました。

—大学の基礎教育ではどのようなことを身につけておくのが理想でしょうか？

佐々木 保健師活動で大切なのは、地域全体の課題を見いだす力です。地区診断、アセスメント、計画、実施、評価というプロセスを基礎教育の段階で経験しておく、現場に出たときに応用が利くと思います。また、地域の課題は既存のデータから得るだけでなく、

かつて死因のトップであった脳卒中は、高血圧対策などが奏功して脳卒中が減り減少に転じた。しかし、アテローム血栓性梗塞や心原性脳塞栓などの脳梗塞は逆に増加しており、予防では高血圧対策に加えて高血糖・脂質異常対策も重視されるようになった。特に脳梗塞では、患者の5人に1人は自己判断で通院を中止しているという憂慮すべきデータもあり、今年9月には（社）日本脳卒中協会が再発予防キャンペーンを始めている。

今月の特集では、保健師のかかわりが期待される脳卒中の1次予防（初発予防）と2次予防（再発予防）のポイントをまとめた。また、早期リハビリテーション、患者会の活動、地域の取り組み事例についても触れ、脳卒中に関する総合的な視点を提供するよう務めた。

特定保健指導の先にある脳血管イベントの最新知見を理解し、地域で初発・再発防止に役立てていただければ幸いである。

第2部 各疾患の解説

p34 脳梗塞① ラクナ梗塞、アテローム血栓性脳梗塞

熊本大学大学院 医学薬学研究部 神経内科学分野 平野照之

p40 脳梗塞② 心原性脳塞栓症

宇部興産中央病院脳神経外科 西崎隆文

p45 脳出血

中村記念病院脳神経外科 中川原譲二

p50 クモ膜下出血

国立循環器病センター 脳神経外科 高橋 淳

第3部 地域の取り組みなど

p56 脳の健康づくりモデル事業

京都府乙訓保健所の取り組み

取材=西内義雄

p65 失語症維持期の方のためのデイサービス

すももクラブの取り組み

特定非営利活動法人 コミュニケーション・アシスト・ネットワーク 杉本啓子

p70 脳卒中の体験から患者会を設立

社団法人日本脳卒中協会、全国脳卒中者友の会連合会、奈良県脳卒中者友の会「桜の会」

柏木知臣

脳卒中の 予防戦略

特定保健指導の先にある
脳血管イベントの防止にどう取り組むか

第1部 脳卒中予防のトピックス

p8 最近の脳卒中の動向

中山クリニック 中山博文
国立循環器病センター 山口武典

p14 脳梗塞の再発のリスクを知る

東京都済生会中央病院 高木 誠

p20 脳卒中とメタボリックシンドローム

国立循環器病センター 内科脳血管部門 横田千晶

p25 一過性脳虚血発作とは

国立病院機構九州医療センター 脳血管内科 岡田 靖

p30 脳卒中後の早期リハビリテーション

産業医科大学リハビリテーション医学講座 牧野健一郎、蜂須賀研二

看護師から産業保健師、
そして行政保健師へ意欲的に学び、経験を積みながら
成長中！●文・写真
西内義雄(フリーライター)

青森といえばねぶたです

青森県むつ市は本州最北端、下北半島の中央に位置し、日本三大霊場の一つ恐山があることでお馴染みの方も多
いはず。以前から「むつ」という名はあ
ったが、平成17年には近隣の川内町、
大畑町、脇野沢村と合併し、青森県最
大の面積を誇っている。

そこに19年の採用となったのが今回
の主人公、千葉未佳さんだ。

千葉さんは青森市から車で1時間ほ
どの野辺地町(青森駅からむつに向か
う際もここで東北本線から大湊線に乗
り換える)に生まれ育ち、地元の中
学を卒業後、三沢高校の衛生看護科に入
学した。ひよこシリーズでは高校卒業
後から本格的に看護職の道に進むパタ
ーンが多いのだが、彼女はもともと早
く自分の道を決めていたわけだ。

「母が准看護師でした。姉を出産した
後は専業主婦になっていましたが、父
が職人(大工)で冬になると仕事が減

ることもあり、私が中学に上がるころ
にはまた働きに出ていました。その背
中を見ていたということ。口には出さ
なかったけれど、姉が私のどちらかが
看護の道に進むことを望んでいたこと
も理由の一つです。だって、看護師に
なると言ったらとても喜んでいました
からね……」

看護師になることに抵抗はなかった。
中学生のときも看護師を目指している
人を対象にした作文で選ばれ、一日看
護体験を経験したくらいだ。ちなみに、
姉は看護師にならず栄養士になる道を
選んだ。

「じゃあ私がなるしかないって思いま
した。そもそもまだ子どもで野辺地と
いう小さなエリアでしか世界を知らな
かったですから……それに、どうせ働
くならできるだけ早く早く社会に出たい。
早く自立したいと思っていました」

早期自立の目標を実現するため正看

護師に最も早くなれる進学方法を選ぶ
ことが重要と考えた千葉さんは、三沢
市にある三沢高校衛生看護科(16年間
科)に進学した。

「三沢の衛生看護科を出れば准看護師
の資格を取ることができます。その後
高看(高等看護学校)に行けば2年で
正看護師になれます。これが最短の正
看護師への道でした」

青森県立保健大学へ

中学卒業の際にここまで考えて進学
を決めていたということに驚かされた。
千葉さんの解説はまだ続く。

「私が三沢高校に入ったとき、衛生看
護科の生徒は卒業後の進路の選択肢が
二つくらいしかなかったのです。一つ
は高看に進むこと。もう一つは、医短
(医療技術短期大学)に推薦で入るか。