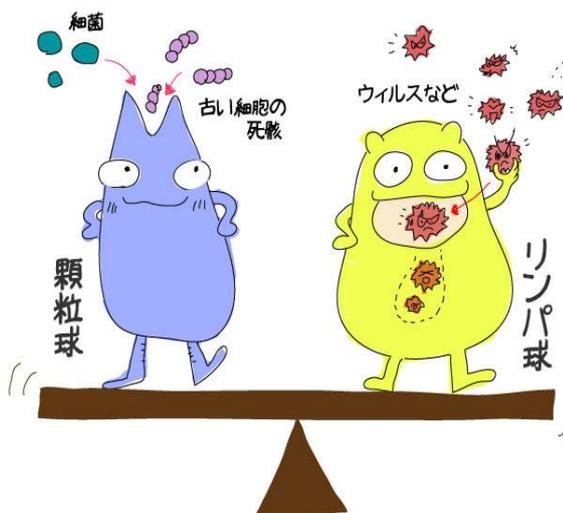
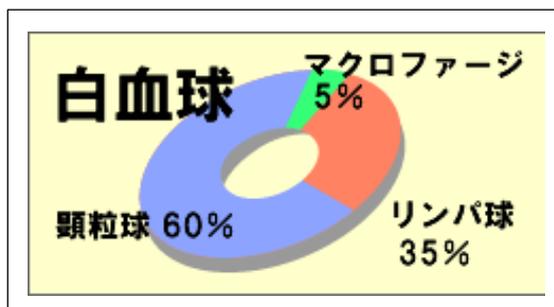


リンパ腺の腫れについて

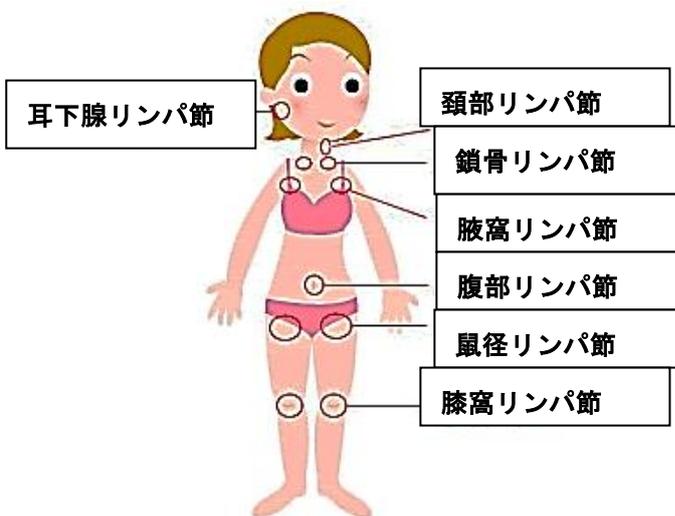
医療法人 小金井中央病院
内科医長 岡部 寛

体中には血管の他にリンパ管という血管より細く軟らかい管が張りめぐらされています。リンパ管にはリンパ液が流れており、腸から吸収された脂肪分を運んだり、血管から漏れ出た水分を回収したりする役目を担っています。また、血管とつながっていて、血液とリンパ液の中を白血球の仲間であるリンパ球が行き来し、体の免疫に重要な役割を果たしています。



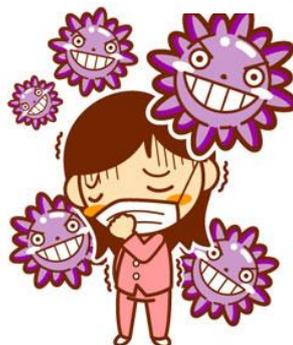
リンパ管にはところどころリンパ節（腺）というソラマメ状の丸いふくらみがついており、リンパ液の中を流れている異物や細菌などをせき止める濾過（ろか）装置の役割をしています。そして、このリンパ節の中で様々な反応が起こった結果、それが腫れてくるのです。

体の中には数百個のリンパ節がありますが、体の表面に近い部分でリンパ節が集まっている場所がいくつかあり、後頭部の髪の毛の生え際～耳の前後～首筋～アゴにかけてのライン、わきの下、太ももの付け根（そけい部）などです。





普通は小さいため触ってもわかりませんが、カゼをひいたりケガをしたり、むし歯になったりして、細菌やウイルスがリンパ液の中に入り込んでくると、それらの正体を調べたり退治しようとして白血球やリンパ球がリンパ節に集まってきて戦います。その結果としてリンパ節が腫れてくるのですが、たいていは大きさもせいぜい小指の頭ほどで、数週間もすれば自然に小さくなります。表面がツルツルしてよく動く大豆のようなしこりは生理的なリンパ節腫大であることがほとんどで、心配いりません。



ただし、どんどん腫れがひどくなる（親指の頭より大きい）、硬くなってくる、数が増えてくる、痛みがある、皮膚が赤くなる、発熱など他の症状が出てくるような場合は、治療が必要な化膿性のリンパ節炎や、悪性の病気が隠れている可能性もあります。また、アレルギー性の病気や膠原病などでもリンパ節が腫れることがあります。当てはまる場合は病院を受診するようにしてください。



訪問介護って何？

医療法人 小金井中央病院
訪問看護ステーションぬくもり 主任 菅井 房子

訪問介護とは

ホームヘルパーが加齢や心身の障害等の理由により日常生活を営むのに支障のある高齢者や障害者の家庭を訪問して身のまわりの世話をすることです。住み慣れた地域で暮したいという希望を叶え、健康で文化的な生活が送れるよう派遣されるのです。



ホームヘルパーの主な仕事は

1. 身体の介護に関すること
 - ・ 食事、排泄、衣類着脱、入浴、身体の清拭・洗髪、通院等の介護
2. 家事に関すること
 - ・ 調理、衣類の洗濯・補修、住居等の掃除・整理整頓、生活必需品の買物、関係機関と連絡、その他の家事
3. 相談・助言に関すること等



サービスの利用方法は

介護保険利用の場合は担当介護支援専門員に、障害者の総合支援法利用の場合は市の社会福祉課にご相談下さい。

今後ますます高齢化社会になっていく日本では、ホームヘルパーの不足が問題となっています。2015年には日本人の4人に1人が65歳以上という予測もあり、介護が必要なお年寄りもさらに増えてきます。そんな中ホームヘルパーは、高齢化社会を現実を支える存在として、求められています。

家政婦とホームヘルパーの違い

家庭に入って料理や掃除をするので、家政婦さんと間違えられることがあります。仕事の内容が重なる部分もありますが、家政婦さんが家族全員のために働くのに対し、介護保険や障害者総合支援で利用のホームヘルパーは個人を対象として派遣されるという点が異なります。ホームヘルパーは対象となる人の援助だけを目的として派遣されるので、原則として、家族の食事を作ったり洗濯したりすることはありません。家族の介護負担を軽くするという目的もありますが、これも家族がラクになって心身にゆとりができれば、家庭という環境も整えられるという考え方になっています。



チームケアの一員として

高齢者や障害者が住み慣れた自宅で暮していくためには、医療や福祉など広い分野の人たちによる、周囲からの見守りや援助が必要です。その一角を担い、しかも、一番身近に接しているのがホームヘルパーです。

利用者の生活にもっとも多く接する機会のあるホームヘルパーは利用者の心や体の日々の変化をいち早く察知することができます。この情報をチーム内に伝達することで、サービスをより適切なものにしていくことが可能です。

また、外部からの情報を伝える窓口として、利用者にとっては一種のアンテナのような働きもしています。ホームヘルパーは、地域と利用者、社会と利用者とを繋ぐパイプとして位置づけることができるのです。

