

<質問>

Q1.私の母が腰を痛め、病院に行ったところ、「老化」が原因だと言われたそうです。明確にどこか悪いところがあれば、その治療に専念することができるのだと思うのですが、老化となるともう完治させることはできないのでしょうか。  
(RN:まゆりん さん)

A1. ありがとうございます。加齢によって発症する腰痛についてお話すると、腰痛の原因がはっきりしない、非特異的腰痛は非常に多くの方に見られます。加齢による腰痛の主な原因としては、変形性脊椎症や腰部脊柱管狭窄症などがあります。ハッキリと病名が分かる腰痛に関しては、治療が必要となる場合があります。非特異的腰痛に対しては、可能な範囲で日頃の活動量を落とさないことが重要です。予防法がはっきりとしていないからと言って過度に安静にすると、身体機能の低下や骨粗鬆症の原因となるので注意が必要です。

Q2.うちの母親が認知症になり、介護施設を探しているのですが、いまいち選び方が分かりません。施設選びで注意することはどんなことがありますか。  
(RN:フレンチソース さん)

A2.介護施設との事で入所して生活をする施設のことですかね。不安なことも多いかと思いますが、認知症の方が入所される施設として、グループホームや特養と呼ばれている特別養護老人ホーム、有料老人ホームなどがあります。これらの施設は、施設の設備やスタッフの基準など各々に特徴があります。受けられるサービスや費用なども違いがあり、是非一度、ケアマネジャーさんに相談されてみてはいかがでしょうか？大切なことは、ご本人様の意見も尊重しながら、ご家族様も安心できる施設を探すことかと思いますので、ご家族様だけで考えるのではなく、ケアマネジャーさんにも協力してもらい、検討していただけたらと思います。