



療養シリーズ① 脳梗塞 | ご家族のためのサポートガイド

私がお伝えします



社会医療法人ペガサス 馬場記念病院
脳卒中看護認定看護師



脳梗塞の療養には、ご家族のサポートが欠かせません。本資料では、ご家族ができるサポートのポイントをまとめました。適切な支援を行いながら、ご自身の負担を減らす工夫も大切です。無理なく続けられる方法を知り、安心して患者さまを支えましょう。

家族の役割

ご家族のサポートが、患者さまの回復や生活の質の向上に大きく関わります。ご家族ができるサポートには、次のようなものがあります。

●生活環境の整備

バリアフリー化や手すりを設置し、患者さまが安全に生活できるようにしましょう。



●食事のサポート

栄養バランスの良い食事を用意し、嚥下障害がある場合は食事の形態を工夫しましょう。

●服薬管理

薬の飲み忘れを防ぐため、カレンダーやアラームを活用しましょう。

●リハビリテーションのサポート

患者さまと一緒に運動し、モチベーションを維持しましょう。



介護負担を減らす工夫

脳梗塞予防のために、次の生活習慣を意識しましょう。これらを習慣にすることで、脳梗塞の予防が可能になります。

●訪問リハビリやデイケアの活用

専門家の力を借りながら療養を進めましょう。

●家事負担の軽減

宅配食や家事代行サービスを利用し、時間の余裕を作りましょう。

●レスパイトケアの活用

一時的に介護を外部に依頼し、ご家族自身の休息も確保しましょう。



Column

脳梗塞、再発予防のための3つの柱

ご家族の負担を軽減しながら、安心して介護を続けるために、レスパイト入院（※）を活用する方法をご紹介します。 ※在宅で介護を行っている家族や介護者が一時的に休息を取るための短期入院

レスパイト入院活用のメリット

- 短期間の入院で介護者の負担を軽減
- 医療サポートが受けられる
- 介護者のリフレッシュ時間を確保できる

事前に
相談・予約を
しましょう



主治医や訪問看護ステーション、ケアマネジャーを通じて相談しましょう。

(2025.3.19)

画像提供：PIXTA

