



呼吸回数を測定する大切さを知っていますか？

呼吸回数の増加は急変（急激に状態が悪くなること）の予兆、合併症の早期発見のための重要な身体所見とされています。

しかし、酸素飽和度（血液中の酸素濃度）が簡便に測定できるようになり、呼吸回数を計らないことが近年諸外国でも問題視されています。

最近の報告では、呼吸回数が 25 回/分以上になると、呼吸状態が不安定であり身体へ供給される酸素が不足し始めるとされています。

患者さんの「苦しそうな呼吸だな」「いつもと違う呼吸の仕方だな」などの変化があるときは必ず、呼吸回数を計ることをおすすめします。

正しい呼吸回数の計り方

呼吸回数を計ることを伝えてしまうと患者さんは意識してしまいます。患者さんが呼吸を意識してしまわないように観察を行います。

測定時間は 1 分間実施（頻呼吸の場合は 30 秒の測定でも十分です）

「鼻翼」「胸郭」「頸部」の全体の動きを観るのがポイントです。

正常な呼吸回数：12～18 回/分

RRS (Rapid Response System) をご存じですか？

RRS＝院内迅速対応システムは、決められた基準に該当した患者さんに対して、医師や看護師が介入することで「急変」を回避するシステムのことです。

多くの「急変」には前兆があるという点に着目した院内対応システムです。

RRS においても呼吸回数の変化が着目されています。

まだ導入には至っていませんが、システム構築への取り組みを今年度から開始しています。



【参考文献】1)山下裕紀：意外と知らないバイタルサインの常識. Expert Nurse Vol.33No1.2017

2)今井寛：RRS の実際. 呼吸ケア Vol.12.2014

文責:集中ケア認定看護師 山田 かの子