

かきつばた

2016年2月

第39号

あいち診療所野並
名古屋市天白区福池
2-330-2
TEL052-895-6637
平成28年2月1日発行

いつから在宅医療 癌の終末期

300人の経験から

あいち診療会を開設してから、私たちがお付き合いさせて頂いた癌の終末期の患者さんがこの1月で300人になりました。

その約8割の方がご自宅で家族に囲まれて看取られています。

1か月持たないと病院で言われてから3年以上もお付き合いさせて頂いた患者さんから、帰宅したその日に亡くなられた患者さんまで、その継続期間も様々ですがその家族背景も様々です。どんなに苦痛があったとしてもご家族の愛情が限りなく注がれる患者さんは幸せそうに思われます。

私たちは、ご家族の人間関係さえ崩壊していなければ、癌の終末期は家で過ご

していただくのが一番いいと感じています。病院を退院するときホスピスの手続きをして退院されても、暫く家で過ごされているうちにホスピスへの入院を取りやめる方がたくさんいらっしゃいます。

相談のタイミング

①積極的治療を中止した時

本人が家に帰りたいと願い、家族が可能な家で看てあげたいと思うのであれば、積極的な治療は困難という状況では病院に通い続けるメリットはないと考えられます。残念ながら病院への通院が出来なくなつて初めて在宅医療を選択される方が少なくありません。

その最大の理由は、病院の医師が在宅

医療の良さをほとんど知らない為だと考えています。

在宅医療の良さを知らない医師は、患者さんに病院の管理から離れるように勧めることは患者を見放すことだと誤解しているように思われます。病院にいるより患者さんが苦しむと想像すればそれは当然のことです。

しかし在宅医療を受けた方がはるかに幸せなことがたくさんあります。私たちはもっと早く在宅医療を選択すればよかったと言つてくださる家族の方にたくさん出会っています。私たちは癌の終末期の在宅医療は、残された少ない人生を最大限幸せに暮らしていただくためにお手伝いすることだと考えています。

②再発が発見された時

癌の再発で入院したらその時点でご相談ください。入院中無理だとあきらめていくことも、申し出れば可能なことはいくらかもあります。入院中の窮屈な生活を楽にすることから退院のタイミングまで様々なアドバイスをして差し上げることができます。

健康あれこれ

【簡単にできる風邪予防】

井上 雅由

1月も終わり2月になりましたが、寒い日が続いています。まだまだ風邪などの注意は必要です。そこで風邪にいいと言われている昔ながらの知恵を紹介します。風邪対策として薬の前に試してみたいかがでしょうか。

にんじんスープ

ビタミンAは、鼻やのどの粘膜を丈夫にし、風邪のウイルスの侵入を防ぎます。体内でビタミンAに変わるカロチンを多く含むにんじんを食べましょう。にんじん1本を輪切りにして1カップの水で茹で、にんじんが柔らかくなつたら茹で汁ごとミキサーにかけてクリーム状にします。これを火にかけて、牛乳大さじ2、塩・こしょうで味を整えます。熱がある時は、冷たくしたスープを飲んでもいいでしょう。

他にもいろいろな方法があります。ぜひこの機会に試してみたいかがでしょうか。

訪問看護師より

「次の世代へ」

あいち診療会は、「受け手になつたときに安心できる医療システムの構築」という目標を掲げて在宅医療に取り組んできました。病院医療に無い在宅医療の素晴らしさを発信して、次の世代へ受け継いでいくことも私たちの大切な使命です。

後輩育成の一環として、あいち診療会では平成八年から年間延べ三千人の看護学生を受け入れています。職員に同行して訪問看護や訪問リハビリの現場を学ぶ以外に、あいち診療会の独自の取り組みとして受け持ち患者さん宅での「滞在実習」を必ず行っています。看護学生一人でお宅に訪問して患者さんと共に過ごすことよって「どのような生活をしているのか」「利用者さんから見た医療者とはどのようなに映るのか」を患者さんの立場で知り、学びを一層深めてもらいたいと実施しています。

自分の生活圏を他人に侵されるのは大きなストレスです。学生さんともなれば「ご不便をおかけすることもあるかもしれ

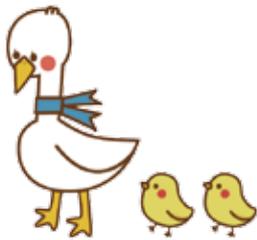
ません。にも関わらず、診療会の想いを理解し協力して下さる多くの方々を支えられて、この学びの場は存在しています。

受け入れ責任者より

看護学生さんは病院実習で、

病人を看ることは学んできません。あいち診療会の実習では、「ご自宅の様子やご家族との関わりを通して病院では見えにくい患者さんの暮らしに触れることが出来ます。病気だけでなく『そのひと』を見つめて、『そのひとの人生』を支援することの大切さを学んでもらいたいと思っています。

暮らしの中にお邪魔して皆様にはご迷惑をおかけしています。いつもご協力いただきありがとうございます。今後も患者さんやご家族、地域の皆さんと一緒に後輩育成に努めていきますので、学生さんの姿を見かけたときは暖かく応援して下さいね。



しつとく通信

障害に対する保障①

障害は、決して縁遠いものではありません。生まれつきの障害もあれば、がんや脳卒中などの病気やけがで生じる障害もあります。原因はどうかあれ、心身の機能や生活の制約が続けば障害者向けの制度を利用できる場合があります。

障害年金や障害者手帳など様々な制度がありますが一本化されていません。「障害者手帳を取得したから自動的に障害年金をもらえる」とはならず、それぞれ手続きが必要ですので注意して下さい。今回は主な制度を簡単に紹介し、次回から少し詳しく説明していきます。

障害年金

経済的なメリットがいちばん大きいのは障害年金です。国民年金制度による「障害基礎年金」の年間支給額は、1級で約96万円、2級で約77万円。厚生年金保険の加入者には、それまでの平均標準報酬額と加入月数に応じた「障害厚生年金」が上乗せされます。

障害者手帳

障害者手帳を取得すると、税金の障害者控除、公共料金・交通運賃・施設入場料の割引、障害者雇用の扱いによる就職、生活保護を受ける場合の障害者加算などが受けられます。「身体障害者手帳」「療育手帳」「精神障害者保健福祉手帳」の3種類に分かれています。

自立支援医療

障害者の医療費の負担を軽くする制度です。障害者総合支援法に基づき、育成医療、更生医療、精神通院の3種類が設けられています。いずれも自己負担は原則1割になり、さらに所得区分や障害の重さに応じて、月あたりの上限額が定められています。

障害福祉サービス

障害者総合支援法による福祉サービスには、ホームヘルプや重度訪問介護、同行援護などの「介護給付」と、自立訓練や就労継続支援などの「訓練等給付」があります。



イベント紹介

憩いの学校

昨年 12 月 24 日はボランティアのサンタさんが 2 名、25 日はお父さんサンタさんが紙芝居を読んでくれました。サンタさんの登場にびっくりしながらも、嬉しそうにプレゼントを受け取っていました。そしてお楽しみ



ケーキにさらにいい笑顔を見せてくれました。



1 月 11 日に鏡開きを行ないました。何をしようかという表情をしながらも「トントンして」の声になづちを振ってくれました。お餅の代わりにご飯ゼリーを入れたぜんざいを皆おいしそうに食べてくれました。

憩いの庄

今年も熊野神社へ初詣に行ってきました。去年までは階段下からでしたが、今年はスロープが出来ていてお賽銭を入れて手を合わせる事ができました。高齢者に優しい神社に感謝です。



野並通所バス

クリスマス会ではゲームを楽しみながら体を動かしました。自分達で飾りつけたケーキを食べ、サンタさんからプレゼントをもらい、盛りだくさんの一日でした。



生活リハビリの一環としてお買い物に行ってきました。日頃リハ室では見たことのないような速さで歩く姿に職員もびっくり。

軽度の認知症の方（自宅内での生活は大体一人で大丈夫だが、仕事や買い物など社会生活では失敗が多い方）に特に勧めです。軽度認知症では、症状が軽いためにデイサービスは利用しづらく、閉じこもりになりやすいです。認知症カフェを利用することで、外出機会となり、社会とのつながりを実感でき、同じ立場の人と触れ合うことで安心感や共感を得られるといわれています。

このように認知症があっても地域で過ごす工夫が今後増えてくると良いですね。

第十三回

認知症コラム 『認知症カフェ』

野村 秀樹

認知症カフェを知っていますか？主に認知症の人とその家族等を対象として、経験や悩みを話しあったりできる場所です。知識や経験のあるボランティアスタッフもいますので相談に乗ってもらってもできます。カフェですからお茶しながら自由に会話を楽しめます。最近特に増えており、すでに天白区内に16か所あるそうです。

バレンタイン



チョコレートに含まれる成分のポリフェノールは抗酸化作用があり老化予防に効果があります。テオブロミンは集中力や記憶力、思考力を高め気力をアップさせます。リラックス効果も期待できます。

チョコレートは、カカオ豆を粉砕しカカオバターと糖分とミルクを混ぜて固めたもので、食べ過ぎると肥満等の原因になりますが、ちょこっとを、愛や感謝の気持ちを味わいながらゆっくりといただくと、体と心によいプレゼントになりそうですね。

あいち診療所野並

	月	火	水	木	金	土
午前	畑	畑 野村	岡崎	畑 野村 もの忘れ 相談外来	畑 野村	岡崎
午後	畑	畑	畑	畑	野村	

夜 9 時まで

診療時間 午前 9 : 00 ~ 12 : 00
午後 4 : 00 ~ 7 : 00 木曜日は夜 9 時まで

予約制

もの忘れ相談外来

毎週木曜日 午前 9 時 ~ 12 時

木曜日午前に変更になりました

あいち診療所滝の水

	月	火	水	木	金	土
午前	岡崎	岡崎	野村 9 時 ~ 12 時 もの忘れ 相談外来	岡崎	岡崎	

診療時間 月水木 午前 9 : 00 ~ 12 : 00
火金 午前 9 : 00 ~ 10 : 30

予約制

もの忘れ相談外来

一般外来と同時にいきます

毎週水曜日 午前 9 時 ~ 12 時

医療法人 あいち診療会

あいち診療所 野並
052-895-6637

あいち診療所 滝の水
052-878-1212

のなみ居宅介護支援事業所
0120-890-709

のなみ訪問看護ステーション
052-895-5806

滝の水 憩いの庄
052-878-1751

滝の水 憩いの学校
052-838-8878

おさらい (前号までに掲載した大事なお知らせ)

時間外診療

電話での相談に 24 時間対応します。
通院中の方 (処方日数内) で、体調に
変化があり相談したい場合
895-6637 までお電話下さい。

発熱・下痢の時は。。

来院前にお電話下さい。待ち時間が
少なく診察できるように致します。
895-6637

連絡が無い場合、待合室を利用いただけ
ない場合がございます。

わいわい倶楽部

月会費 500 円で送迎致します。
利用の無い月はお金は頂きません。
(一人で車の乗り降り可能な方に限
ります)



予防接種

予約制で短い待ち時間で行います。
(相談が無い方に限ります)
予約した時刻前までにご準備下さい。
前の方の診察が終わり次第、診察致
します。

【お問い合わせ先】

〒468-0049 医療法人 あいち診療会
愛知県名古屋市中区福池 1-13-10-11
(052) 895-6637
担当 荒木・田中

ちゃんとかげがあるんです
荒木大輔

感冒をひきそよ朝は冷たき鼻の穴
ひとり凍えて春を待つ間に
北原白秋

朝晩の冷え込みが身にしみる季節、皆
様風邪などひいていませんか？鼻や耳の
先が冷えるのは動物も同じで、生物学に
は「寒い地域に生息するものほど耳、吻、
首、足、尾などの突出部が短くなる」と
いう有名な法則があります。例えば、サ
ルの中でも最も寒冷な地域に生息するニホ
ンザルの尾は近縁種と比べても極端に短
くなっています。

同様に「寒い地域に生息するものほど
体が大きくなる」という法則もあります。
典型例はクマで、熱帯に分布するマレー
グマは体長 1.4 m と最も小さく、暖温帯の
ツキノワグマは最大 2 m、温帯から寒帯
のヒグマは最大 3 m にもなります。

丸くて大きいのはちゃんとワケがあ
るんですね。いやー、良かった良かった。