

愛と死を見つめて

～ 終末期の医療と介護を考える ～

病院長 西島直城

先日、平成 25 年 3 月 31 日に第 15 回日本在宅医学会が開かれ、松山宣言が学会で採択された。

避けられない死から目を背けず、患者にとっての

幸せや生き方に向き合う医療と介護を提供しよう

『松山宣言』

丹後中央病院は、急性期・回復期リハに力を入れてきた。介護・福祉からは遠ざかりつつあった。包括医療のうち、予防・治療・リハ・介護・福祉、その後半の部分、つまり維持期のリハや介護・福祉は、近辺の老人保健施設・その他の施設、あるいは自宅に委ねてきた。しかし、当院で終末期の医療を行うことも無視できない数になってきた。とかく団塊の世代の終末期医療は難しい。この世代の人は、自分のことが自分でできなくなったり（自立できなくなったり）、重度の言語障害、また歩行が困難となり、これらの障害が重なり、かつ不治の病を負ったならば、家族に迷惑をかけたくない、特に金銭的な負担をかけたくないという気持ちが強い。団塊の世代よりも前の、昭和の方々は、この考え方はもっと強い。幼い頃、

働かざる者食うべからず、生めよ増やせよ、お国の為に

戦時体制下には藤村の一部が引用され、『戦陣訓』

生きて虜囚の辱（はずかしめ）を受けず、

死して罪禍の汚名を残すこと勿（なか）れ

この哲学が実践された。アリューシャン列島アッツ島の玉砕は、清らかな死に方として国民から賞讃された。玉砕という言葉はこのことから始まる。終戦後に続く日本の混乱期・食糧難期を乗り越えた方々は、少なからず塗炭（とたん）の苦しみを嘗（な）めた。昭和 40 年以降に生まれた方々の哲理とは全く異なる。終末期の医療哲学を若い方々に理解していただくには無理がある。自分が死ぬ時はどうだろう。「在宅がよい、在宅で家族みんなに見守られながら息を引き取るのがよい」これを推奨して、厚労省は看取り医に対して高い報酬を設定した。しかし実際には、やはり病院で亡くなる方の方がはるかに多い。人間が人間としての尊厳を保ちながら終焉を迎えるには、多様化したきめ細かな対応が必要であるが、言える事はどちらにしろ断末の一週間に 500 万円以上の医療費を使うのは、やはり問題である。中でも団塊の世代の人は、意識が賦活すると、「どうして助けたんだ」と、逆に我々医療人は叱咤非難される。それだからといって、安楽死は犯罪である。

そこで、DNR という言葉が生まれた。これは、Do Not Resuscitate の略語である。息を引き取るときには、必ずや ABC に関係してくる。A は気道閉鎖、B は呼吸不全、C は心臓が止まるということである。

A の問題：家族が口に入れたものを、食道を通さずに気道の方に入れてしまう。通常は咳喀、むせることによって気道か

ら異物を出すのだが、終末期にある方は、それすらできずに右の肺に唾液が流れてしまう（誤嚥性肺炎）。そこで、胃と皮膚に穴をあけ、そこから注入するという胃瘻、あるいは食事を一切させずに経管栄養を行う。

B を乗り越えるために人工呼吸器につなぐ。すると、2 つの問題が出る。

1. 電源をいつ切るのか

2. 喉の中に大きなチューブが入っているの、本人は意識が出ると、苦しきこと極まりない。

あまり平穏な終焉とは言えない。

C では、心マッサージ（骨がもろく多発性肋骨骨折を伴う）あるいはカウンターショックである程度蘇生することはできる。いずれにしても、安らかな終焉とは程遠いものである。

そこで、松山宣言をもう一度読み直してみる。よく家族に説明し、ご理解を求めたら、DNR にほとんどサインしていただける。

願はくは 花の下にて 春死なむ

その如月（きさらぎ）の望月の頃

と願った西行は、実に見事に、その通りに往生なさった。私も自分の過労死を覚悟するようになった。もはや自分の頭上には何も落ちてこようとは思われない。何も望めない。

当院の一連の工事は、地震に対応したものである。昭和 2 年には当地に大地震があり、その地震は 85 年周期で襲う。今年は 86 年目である。そこで震度 8 に耐えられる病室にという悲願から一連の工事が設定された。これも、阪神淡路大震災 1995.1.17.5.46 を体験し、2 階が潰れた神戸の病院が眼から消えない方にしか理解していただけないのかもしれない。ここ 1・2 年がもっとも辛く、

ながらへば またこの頃や しのばれむ

憂しと見し世ぞ 今は恋しき

と、呪文のようにお経を口ずさんでいる。たらちねの母が早春の池に這いつくばって、芹や三つ葉の芽などを摘んでいた。蛙を捕まえては、お腹が白いと食べられるんや、と教えてくれた。

「直や、雑草の見極め方、食べられるか食べられないかは、口にしたら判るんや。人は皆、土に戻るんや。裸足で池に入らんと判らんぞ。土が原点や。」

父母のみまかった 60 代前半を私が越えると、ますます父母を身近に感じる。呼んでいるのかな。仏の存在を信じ、毎日呪文を唱えている。そして、自分は安らかな終焉を願い、合掌の日々である。

昭和 40 年代以降に生まれた方々にとっては、“自分の父母こそは千年も生きて欲しい”と願っても、

世の中に さらぬ別れ（避けられない別れ）のなくもがな
千代もといのる人の子のため

しかし、

終（つい）に行く 道とはかねて 聞きしかど

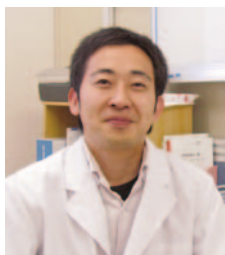
昨日今日とは 思はざりしを

遠からず、その日は必ずある。それだけに、御存命の父母様には日々、連絡を密にして欲しい。優しく接して欲しい。

循環器内科

4月より循環器内科に 革嶋医師と堤医師の2名の常勤医師が着任いたしました。

2名の常勤医師をお迎えすることとなり、より充実した医療のご提供に努めてまいります。



この度、4月より循環器内科部長として着任いたしました革嶋恒明と申します。当院で、患者さんが安心して診察を受けられる体制作りをめざしていきたくて考えております。皆様に信頼を与えられる医療を目指し、循環器内科に関わるスタッフ一同、精一杯精進していく所存です。今後とも、よろしくお願いいたします。



今回、循環器内科に赴任いたしました堤聡と申します。生まれと育ちは徳島県で、家族は妻と3人の子供がおり、今回は単身赴任で参りました。日本海側に住むのは初めてで、来るべき未体験の雪国生活が心配です。私の経歴はちょっとユニークかもしれません。徳島大学歯学部を卒業後、同大学口腔外科学大学院を修了、諸事情で一念発起し、神戸大学医学部に学士編入学、卒業後は地元の徳島赤十字病院で初期研修、そのまま同院循環器内科に勤務しました。平成24年に大阪の国立循環器病研究センター心不全科にて研修した際、革嶋先生と出会い意気投合、当院へのお誘いをいただき一緒に赴任することになった次第です。「真面目・謙虚・ひたむきに」をモットーに丹後の医療に微力ながら貢献して参ります。どうかよろしくお願いいたします。



循環器内科における診療内容の概要ですが、高血圧、高脂血症、心不全、狭心症、心筋梗塞、心筋症、弁膜症、不整脈、閉塞性動脈硬化症（ASO）などを中心として診療を行っています。血液検査、ホルター心電図、心臓超音波検査（心臓の形、動きを調べる）、冠動脈64列マルチスライスCT（心臓の血管―冠動脈を調べる）、エルゴメーター（心臓の虚血を調べる）など痛みを伴わない検査を外来で行っており、心機能を総合的に評価した上で内服加療が必要と判断された患者様に

循環器内科 の紹介

は適切に内服薬を処方させていただきます。

精密検査が必要な患者さんにはカテーテル検査を原則として入院のうえ行っています。心臓カテーテル検査は血行動態・冠動脈・弁膜症などの重症度評価・治療方針決定の為に大変有用な検査です。局所麻酔で細いカテーテル（直径1-2mm）を血管に入れて血行動態や血管を直接調べるものです。カテーテル検査で異常を認めた方には内服加療に加えて、最適な治療をご提案させていただきます。足の血管のカテーテル検査、ペースメーカー手術なども行います。

血圧、コレステロール異常や心臓にかかる症状（どろき、息切れ、胸の痛み、むくみなど）、歩いて足がだるくなる・痛くなる等の足の血管の症状がありましたら早めに循環器内科を受診してください。

ダイエットにおすすめ！

【たけのこ】

食物繊維が豊富で便秘や
大腸ガンの
予防に効果があります



【栄養と働き】

食用になるものは孟宗竹、淡竹、真竹などがありますが、一般に売られているのはほとんど孟宗竹です。ビタミンCやビタミンB2などを含みますが、それほど栄養価は高くありません。

食物繊維は豊富ですので、便秘や大腸ガンの予防に効果があります。

またカリウムも豊富に含まれ、体内の塩分バランスを調整し、体外に排出するので、むくみや高血圧に効果があります。カロリーが低く、食物繊維が豊富ですのでダイエット時にもおすすめです。

たけのこの皮には防腐効果があるので、おむすびなどを包むのに適しています。

【たけのこの主な栄養】

たけのこの主な栄養 (100g 中)

- ビタミンB2 0.12mg ●ビタミンC 11mg ●ビタミンE 0.7mg
- カリウム 500mg ●食物繊維 3.2g

【選び方】

適度に湿り気があり、皮にツヤと光沢があるもの。太めで短く重いものを選びましょう。根元に赤い斑点がないものが新鮮です。

【調理のポイント】

たけのこは時間とともにえぐみが増します。手に入れたらできるだけ早くゆでましょう。皮のまま水洗いし、先端を切り落として、縦に一本包丁目を入れて、皮付きのままゆでます。ぬかを入れると旨味を逃がさず、アクだけ抜けます。皮をむいたら充分水にさらしてください。

【保存方法】

皮付きのまま冷暗所に置くか、ゆでたものはゆで汁ごと密閉容器に入れて冷蔵庫へ保管してください。

職員を募集しています

看護師・臨床工学技士・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士

当院では業務拡充に伴い、上記の職員を募集しております。

勤務形態等につきましては、お気軽にお問合せ下さい。(当院ホームページ求人情報欄にも掲載しております)

お問合せ先 職員課 廣野 ☎0772-62-0791(代表) ✉syokuin@tangohp.com

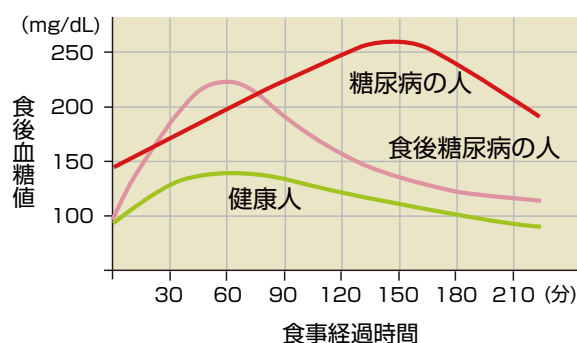
糖尿病の食事療法

栄養科
管理栄養士
田中 奈美恵

厚生労働省の調査によると国内の糖尿病患者数は約 890 万人と推定されています（2007 年国民健康・栄養調査）。ところが同じ調査で、その患者さんのうち、治療を受けているのは半数程度であると報告されています。糖尿病に対する理解を深めていただくために、管理栄養士の立場から糖尿病における食事療法についてお話をさせていただきたいと思います。

食後高血糖について

食後の血糖値が高いことをいいます。ふつう、食事の後でも、血糖値が 140mg/dL を超えることはほとんどなく、食事をして 2～3 時間以内には食事の前の値に戻ります。食後血糖値の目安や治療方法を示した国際的な指針では、食後 2 時間の血糖値が 140mg/dL を上回る場合を「食後高血糖」と言います。

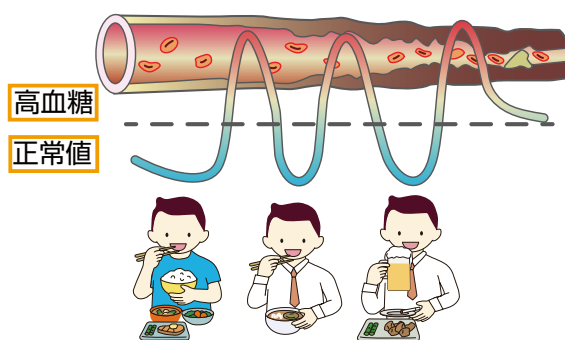


食後の血糖値上昇パターン

食後高血糖 = 隠れ糖尿病

通常健康診断では空腹時血糖を測定することで糖尿病の可能性を判断します。しかし、食後高血糖の場合では、食後は高血糖であったのに時間がたつと正常値に戻り、空腹時血糖の測定では「正常」と判断されることがあります。一般的な健康診断では見逃されやすいため「隠れ糖尿病」ともよばれています。

脳や心臓の太い血管
(繰り返す食後の高血糖が血管を傷つけている)



食後による血糖値の変動

糖尿病教室のご案内

申し込み締め切り
5月21日(火)

日時：平成25年5月28日(火) 受付 / 13:45～ 教室 / 14:00～15:00

場所：ふたばホール

テーマ：**糖尿病と減塩**

～糖尿病に塩分制限は必要？～

対象者：糖尿病の方《当院を受診されている方》

参加費：保険一部負担金をお支払い下さい。

【例：3割負担の方：240円、1割負担の方：80円が必要になります】

筆記用具、電卓等はこちらで用意します。

参加を希望される方は受診科の
看護師に声をかけ下さい。

担当：管理栄養士 田中・溜池

透 析 室

患者さん一人ひとりに最良の医療を提供することで、患者さんに信頼され、安全で安心していただける透析医療を目指し日々努力しています

透析室は2006年に開設されました。その後、少しずつ人員を増やし設備を整え、現在では21台の透析装置で30名以上の透析患者さんが週3回の透析を受けておられます。観光シーズンの旅行、お盆やお正月の帰省などの行事の時期には、他府県から毎年十数名の患者さんが旅行透析を受けに来られています。透析以外にも関節リウマチや潰瘍性大腸炎に対する白血球除去療法、難治性腹水に対する腹水濾過再静注法、敗血症に対するエンドトキシン吸着療法などのアフェレシス療法も積極的に実施しています。

透析時間は4～5時間で血液検査などの検査結果や患者さんの状況を十分に聴きながら患者さんと一緒に決定しています。また、透析療法は食事との関連が大変重要であります。当院透析室は正しくしっかりと食事をとっていただき、安全で安楽な透析をすることをモットーにしています。栄養士が毎月患者さんの自宅での食事内容について聴きながら、患者さん一人ひとりにあった栄養指導させていただいています。

透析患者さんにとって非常に大切なシャントは、毎月、看護師や臨床工学技士がシャントの機能評価を実施し異常の早期発見に努めています。万一のシャントトラブルにも手の外科専門医である院長による手術治療や循環器内科医師によるカテーテル治療もあり、透析患者さんにとって万全のバックアップ体制を整えています。



透析患者さんは合併症が多いですが、忘れられがちですごく大切なものに、足の血流が悪くなり足が使えなくなる閉塞性動脈硬化症があります。そのような不幸な事態にならないように、毎月フットケア（足の皮膚、爪の状態観察と処置、血流量測定）を実施し予防と早期発見に努めています。

急性腎不全になられた重症患者さんの透析を各入院病棟でも実施できるように専用の水道設備や透析関連機器を整え、患者さんにとってより安全に実施できるようにしています。

また、地震などの自然災害による透析システムへの影響を最小限にするために、透析に欠かすことのできない透析用水の作成装置や各水道配管などの耐震化や機器の管理にも配慮しています。透析関連学会で数年前より重要視されている透析液の清浄化にも力を入れています。透析用水や透析液のエンドトキシン及び生菌測定を毎月行い日本透析医学会推薦以上のクリーンな透析液を提供しています。

スタッフは透析常勤医1名、非常勤医師5名、循環器内科常勤2名、看護職員10名（補助2名）臨床工学技士3名が従事しています。（うち透析療法指導看護師1名、透析技術認定士3名、透析技能検定合格者2名）透析室は透析担当医師を中心に様々な職種のスタッフがー

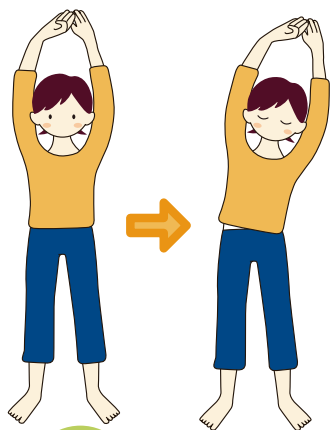


緒に働いています。

一人ひとりが自身の専門分野における各種学会や研修会にも積極的に参加し、透析療法やその他血液浄化療法に関する最新の知識・技術の習得に努めています。また、御高齢の患者さんや身体の不自由な患者さんには看護補助が移動や身のお手伝いをさせていただいています。患者さん一人ひとりに最良の医療を提供することで患者さんに信頼され、安全で安心していただける透析医療を目指し日々努力していきたいと思っています。



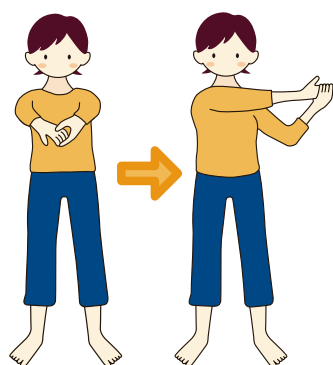
"リハビリで体調を整えよう"



- ①足を肩幅に開き、両腕を上げて両手を合わせる
- ②息を吐きながら、片側へ体側を伸ばすように上体を横に倒す
- ③息を吸いながら、体を起こし①の姿勢になる
- ④息を吐きながら、反対側へ体側を伸ばすように上体を横に倒す

注意：体は正面を向いたまま体が反りすぎない

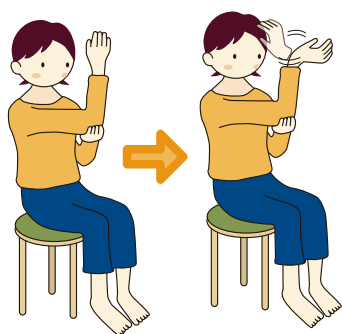
STUDY1 手の先を持って体側を伸ばす



- ①足を肩幅に開き、両腕を前に出して手の先をもう片方の手でつかむ
- ②息を吐きながら、つかんだほうの手で横に引っ張る
- ③手を持ちかえて、息を吸いながら①の姿勢に戻る
- ④息を吐きながら、反対側へつかんだ手で横に引っ張る

注意：体は正面を向いたまま体が反りすぎない

STUDY2 手の先を持って横に伸ばす



STUDY3 肘を固定して手首を回す

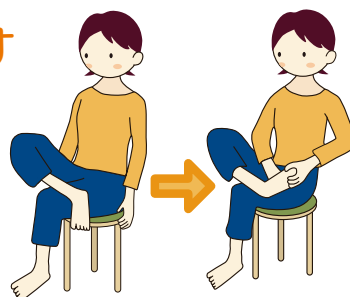
- ①立位・坐位どちらでもよい
- ②片腕を前に出し、手首が上になるように直角に曲げる
- ③手を持ちかえて、息を吸いながら①の姿勢に戻る
- ④息を吐きながら、反対側へつかんだ手で横に引っ張る

注意：ゆっくりと息をしながら

STUDY4 反対側の膝の上で足首を回す

- ①膝が直角になるくらいの高さに腰を掛ける
- ②足首をもう片方の足の膝の上にのせる
- ③のせた足首を回す

注意：ゆっくりと息をしながら
股関節の手術をされた方は避けてください



リハビリテーションとは？
リハビリテーション(rehabilitation)は(再び・戻す)とhabilis(適した、ふさわしい)から成り立っています。つまり、麻痺や怪我をした手足の機能回復だけでなく、「人間らしく生きる権利の回復」や「自分らしく生きること」などを含めた全体の回復『全人的復権』を意味するものです。機能回復するためのリハビリテーションには、病気やけがを予防するリハビリテーション、体調を整えるリハビリテー

ション(コンディショニング)も含まれます。体の調子を整える目的で実施する場合、全身の血流をよくすることが大切です。今日は「調子がいいな」、「動きやすいな」といった体調がいい状態で、1日が送れるようにする簡単な『運動』をいくつか紹介しますので、参考にして頂ければと思います。それぞれ1分間程度ゆっくりと行ってください。運動以外で全身の血流を良くし体調を整えるためには、いくつかの方法があります。それらは非常に基本的な事です。

しっかり寝て、必要な量の食事を摂り、怒らず微笑みながら生活する。そして急がず余裕を持ってゆったりと生活する。これが一番体調を整えやすい方法です。運動とともに少し心がけて頂ければ、より良い1日が過ごせるのではないのでしょうか。

注意：これらの運動は、痛みの無い範囲で無理なく行ってください。

また、痛みが出たり、調子が悪くなった場合、すぐに中止してください。

薬の上手な 保管方法

薬は保管方法が悪いと本来の効き目が得られなくなってしまうだけでなく、劣化や変質を早めてしまいます。薬を安全で効果的に使用していただくためにも、正しい薬の保管方法を覚えましょう。

Point 1 高温・多湿・直射日光を避ける

お薬は冷暗所に保管するのが適切です。冷暗所とは、室温（15℃～25℃）で直射日光の当たらない場所のことです。

薬は高温・多湿・直射日光を嫌います。湿度が高いと吸湿性のある薬は、空気中の水分を吸収して品質が変わってしまう可能性があります。車の中に置いておくことは厳禁です。

直射日光が当たらない、暗くて涼しい場所に保管しましょう。

缶やネジ蓋のついた瓶等の気密容器に入れ、乾燥剤も入れておくのがベストです。薬によっては、冷蔵庫での保管や遮光が必要なものもありますので、指示がある場合にはそれに従いましょう。



Point 2 子供の手の届かない場所に保管する

子供は大人が考えもしなかった行動をすることがあります。

子供の誤飲を防ぐためにも必ず薬は子供の手の届かない、目につきにくい場所に保管しましょう。

そして、子供の目を引くようなお菓子の缶などには保管しないよう注意してください。



Point 3 薬の外箱や袋、説明書などは使い切るまで保管しておく

使用上の注意などがいつでも確認できるよう、外箱や説明書はすぐに捨てず、薬を使い切るまで保管しておきましょう。

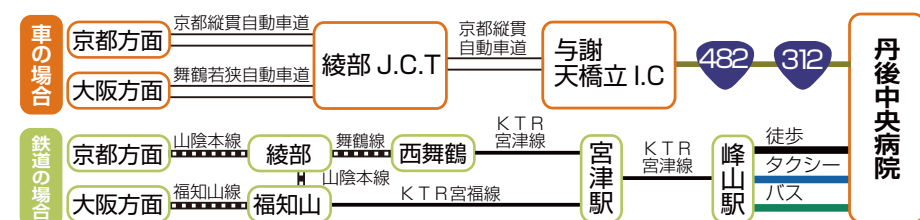
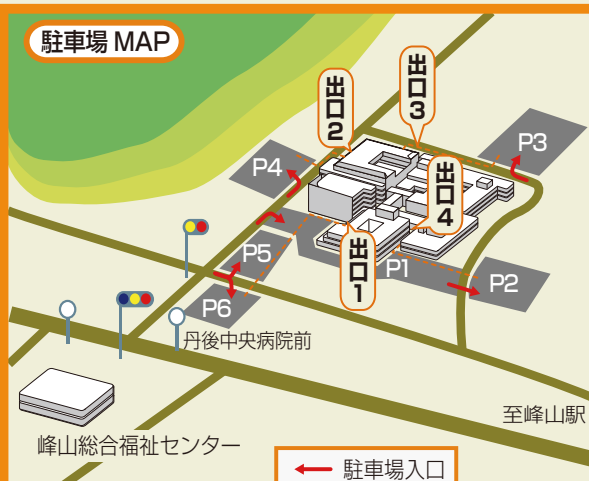
Point 4 薬箱の中には、飲み薬以外は入れない

誤飲防止のために、薬箱の中には、飲み薬以外は入れないようにしてください。特に農薬や殺虫・防虫剤は間違って口に入れてしまうと大変危険です。くれぐれも薬と同じ箱には入れないようにしましょう！

Point 5 古い薬（使用期限の切れた薬）は使用しない

薬には有効期間が表示されているものがあります。年に一度は薬箱を整理し、使用期限を確認しましょう。期限を過ぎたもの、古い薬や外観に異常があるような薬は使用しないようにしましょう。また開封した薬は変質しやすいので、特に注意が必要です。外箱や袋等に開封時の日付を書いておくと便利です。

所在地のご案内



駐車場の案内

		台数	最寄出入口
P1	駐車場①	23台	出入口 4
P2	駐車場②	22台	出入口 4
P3	駐車場③	30台	出入口 3
P4	駐車場④	32台	出入口 2
P5	駐車場⑤	36台	出入口 1
P6	駐車場⑥	21台	出入口 1

編集後記

いよいよ待ちにまつた春がやってきました。春と言えばもちろんさくらですが、さくらの花の盛りは7日間くらいで、あっという間に散ってしまいます。春は天気が崩れやすく、「世の中は、月に叢雲（むらくも）、花に風、思うに別れ、思わぬに添う」などと、あらしの中で咲く桜花を、思うように行かないことの多い人生に例えたりします。病を得て入院した患者さまはまさにこの心境だと思いますが、この広報誌のタイトルの「陽だまり」のような、のどかな春の日のやさしさを届けられるようみんなで頑張っていきたいと思います。そして、治療を受け退院する時には、穏やかな明るい青空の下で桜が咲き誇っている、そんな気持ちになってもらえたらと願ってやみません。

秘書広報課 日下部 佳子