



### 昔の記憶にひとときの笑顔

ある80代の患者さんは脳出血の後遺症で言葉を失い、意思疎通もできなくなりました。私自身も彼女から発する言葉は一言も聞いたことがなく、うなずく場面にすら出合うことはありませんでした。

今年、紀伊半島が大雨に見舞われた後のことです。その方は伊勢の方のご出身で、ご実家が水に浸かってしまいましたが、ご家族が片付けに出かけ、彼女の思い出深い身の回りの品をもって帰ってこられました。その中に、彼女の結婚式のときの写真がありました。

介護をされているご主人がそれを彼女に見せると「ああ! ほんとだあ! ハハハハ!」と、とても楽し

うに笑ったのです。

1年ほど診療して初めて出会った彼女の笑顔も素敵でしたし、何より、ご家族でのその幸せなひとときを共有させていただけたことが、すごく嬉しかったです。(鶴岡・医師)



ここでは医師やスタッフの日々の想い・雑感を時々綴りたいと思います。タイトルは、鎌倉時代の僧・日蓮の「桜梅桃李の己己の当体を改めずして無作三身と開見す」という言葉から拝借しました。桜、梅、桃、李(スモモ)ともに、独自の美しい花を咲かせるから、それぞれの特徴を改めることなく、生かしていくとの意味です。一人ひとりの患者さんの人生を敬うという、私たちの気持ちを表しています。

# 三つ葉しんぶん



2011年12月号

「三つ葉しんぶん」は患者さん・ご家族と、三つ葉医師・スタッフの双方向通信です。

## 今月の三つ葉

### 市民グループの見学を迎えました。

11月19日、三重県・四日市市から「明日の地域医療を考える住民の会・あした葉」メンバーの皆さんの見学をお迎えしました。雨の中、看護師や一般の方など8名がクリニックを訪れ、三つ葉の取り組みについて船木医師からお話し、いろいろと意見交換を行いました。

在宅医療は、地域によってそのあり方がずいぶん違います。人口規模、医師の数、医療・介護資源、市町村の福祉制度などに応じて、それぞれの地域に合った形の在宅医療が模索されています。名古屋市は、医師数や人口に対する病院病床数が比較的多く、福祉制度も充実しているため、「必要なときは病院へ」という選択肢を残して自宅療養へ移行しやすい環境といえます。在宅医療に取り組む医師も増えているとみられ、「恵まれていますね」という声が聞かれました。

また、家族どう関わっていたら自宅療養が可能になるのか、在宅医療は病院医療と比べて費用はかからないのか、など市民目線での話題が上りました。

あした葉では、来年2月18日、四日市市内で「生活に寄り添う在宅医療の実現を目指して」と題する講演会を開催する予定で、船木が演者として招かれ、四日市で在宅医療に取り組む若手医師との対談も企画されています。

### ミニ勉強会より

診療サポートやMSW、医療事務スタッフが参加するミニ勉強会は、毎週火曜日の夕方30分間開いています。

テーマは「血液検査」「尿検査」「血液ガス」「点滴」「聴診器」と続きました。

### 今月のつぶやき



【勉強会編】血液検査でこんなにいろいろなことが分かる!というのは恥ずかしながら驚きました。

医師が患者さんの状態を診るための検査や聴診が何を目的としているのか、どんな状態のときに行われるのか、結果が何を意味しているのか分かるようになって、診療同行するときの心構えにも少しずつ影響が出てきました。

例えば、患者さんが身体的にしんどい状態である、ということも数値を見れば推測できるようになってきたので、より一歩先を読む診療サポートをしていきたいと思っています。(吉田・診療サポート)



【診療サポート編】患者さんの訪問曜日が変わり、主治医はそのままですが、サポート担当が替わることになりました。その直前の訪問日、ごあいさつしたところ、患者さんから名残を惜しまれました。名前を覚えていただいて、このように言っていただけたことに、すごくすぐく感激しました。(吉川・診療サポート)

## 掲示板

### ●「診療レポート」のウラが変わりました。

毎回の診療時にお渡ししている「診療レポート」の裏側が少し変わりました。

定期訪問はだいたい月に2~4回。診療のときには何かとバタバタしていて、聞こうと思っていたことをつい忘れてしまうこともあります。日常生活の中で気づいたこと、次回医師が来たら相談したいこと、出してほしい薬など、思いついた時に、メモとして書き留めておいてください。次回診療時に医師が確認させていただき、お話いたします。



### ●個人情報に関するお問い合わせ窓口

このたび、患者さまの個人情報が含まれたノートパソコンの紛失に至り、皆さまには大変なご心配とご迷惑をおかけいたしました。誠に申し訳ございませんでした。

本件・個人情報に関するお問い合わせは、下記で受け付けております。

連絡先: 総務部・山口(電話052-858-3287)

受付時間: 月~金曜日 / 9時~17時

### ●年末年始のお休み

今年もあと、わずかとなりました。

12月30日~1月3日まで、クリニックはお休みとなります。もちろん、24時間緊急の電話は受けて付けております。何かありましたら、三つ葉緊急携帯へお電話ください。

皆さま、どうぞ良いお年をお迎えください。



医療法人 三つ葉  
三つ葉在宅クリニック  
〒466-0015 名古屋市昭和区御器所通 3-12  
御器所ステーションビル 3F  
TEL 052-858-3281 FAX 052-858-3282  
URL <http://www.mitsuba-clinic.jp>  
三つ葉しんぶん係メールアドレス  
tsubuyaki@mitsuba-clinic.jp

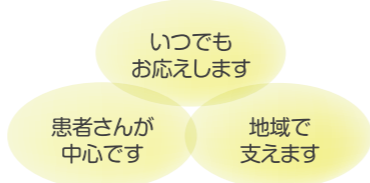


### ■ 私たちの理念

最高の在宅サービスを提供し  
安心して暮らせる社会を創造する



### ■ 安心を支えるために...



## お肌の乾燥にご注意ください!

本格的に冬を迎え、空気はかなり乾燥してきました。高齢になると、肌に水分を蓄える働きが低下していきます。肌が乾燥してかゆくなり、掻いてしまってよけいに荒れることもあるので、お肌の保湿には十分に気を付けたいですね。

ポイントは入浴後、肌が渇ききらないうちに保湿液やクリームなどを塗っておくこと。保湿液をスプレー容器に移して吹きかけるようにすれば、背中など手の届きにくいところにも付けることができます。肌が乾いてしまった場合は、アベンヌやエビアンのような温泉水スプレーをかけて水分を足してからクリームを塗るといいですよ。



## 三つ葉先生の今月のひとこと

うちの  
おばあちゃんも  
毎日お風呂上がりに  
クリーム塗っとるで、  
つるんつるんだわ。  
試してみやあ。



(神谷・医師)

# 介護食を試食してみました。

「患者さんたちはどんなものを食べていらっしゃるんだろう…」  
 毎月1回行っている老年学勉強会の一環として、クリニック内で介護食試食会を開きました。  
 地域で配食サービスを行っている事業者のお弁当、食品会社から発売されているレトルト食品や、経腸栄養剤としても使える濃厚流動食などを40点ほど集め、皆で食べてみました。


ご家庭で調理した食事を召し上がっている方はもちろん大勢いらっしゃると思いますが、嚥下機能の状態などに制約が出てくると、毎食自炊もなかなか大変です。一方で、最近是在宅療養者のためのさまざまな食事サービス・製品が出てきています。「栄養のバランスのとれた」「有機野菜を使った」「飲みこみやすい」など、配慮の行き届いた食品が簡単に手に入るようになりました。

## キザミ食からソフト食へ

介護食に「キザミ食」や「ミキサー食」というものがありますが、これらは、実は嚥下機能の低下した人には向いていないといわれています。お口の中でバラバラと広がってしまい、残った食べかすが誤嚥につながりやすいのだそうです。その代わりに主流となりつつあるのが「ソフト食」「ゼリー食」といわれるもの。つなぎを使用するなど調理法を工夫し、歯が無い方でも舌で食物が押しつぶせるような硬さに仕上げられています。整形しなおしてあるので、見た目もきれいです。

## ユニバーサルデザインフード

レトルト食品などに「ユニバーサルデザインフード」という規格ができて、各食品会社からかむ機能・飲み込む機能に合わせて4段階から選べるよう表示されたものが発売されています。味や栄養素も工夫され、手ごろな料金です。各区分の目安に沿って選ぶことができます。

 ユニバーサルデザインフードはこのマークが目印です。

	区分1	区分2	区分3	区分4
	容易にかめる	歯ぐきでつぶせる	舌でつぶせる	かまなくてよい
かむ力の目安	かたいものや大きいものはやや食べづらい	かたいものや大きいものは食べづらい	細かくてやわらかければ食べられる	固形物は小さくても食べづらい
飲み込む力の目安	普通に飲み込める	ものによっては飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらい

## ●試食したもの



レトルト食品



高カロリー流動食品

## 鯖の木の芽味噌焼き



試食会ではこの日メニューにあった「鯖の木の芽味噌焼き」を、やや柔らかめ、ソフト食、ゼリー食、とろみ食と4種類の調理法で食べてみる事ができました。

## ●試食してみて・・・

「少しでも普通の食事に近いものを食べさせてあげたい」という周りの想いをくむ、画期的なものがたくさんあると感じました。家族がいそがしくても、栄養のバランスのとれた食事が可能ですし、毎日食事をつくっているご家庭でも、たまにこうしたお弁当や介護食を取り入れてみると、調理法や献立の新しいアイデアも得ることができて、とても良いと思います。(医療事務・松本恭)



固形物を食べられない方のための流動食品は、少量でも高カロリーで濃厚な感じです。これを飲むのは結構キツイとおっしゃる患者さんの気持ちがよく分かりました。(船木・医師)



形あるものを噛んで食べられるということは幸せなことだと思います。歯が丈夫な方は、ぜひこのまま大切にしていってくださいね。(中村・医師)



## 家族会レポート

### 11月の家族会より

11月10日(木)に家族会を開催し、2名の方が参加してくださいました。

Iさんは、ずっと家族会にしたいと思われ、次回はようやく時間がつくれそう、と考えていた矢先に6年間介護していたお母様が亡くなり、「最初で最後になります」と来てくださいました。

「話ができて、意思表示もできない患者の場合、デイサービスなどでも受け入れてもらえるところが少なく大変だった」など、介護のいろいろなご苦労について話してくださいました。また、亡くなられたときには、「葬儀屋さんを探るところから苦労された」と語ってくださいました。

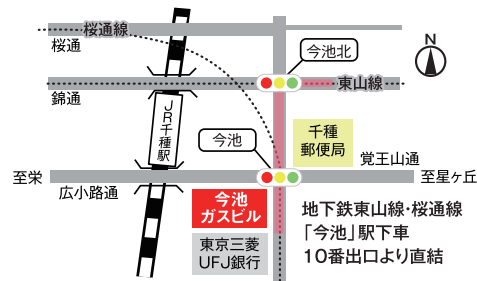
ITさんは、脳梗塞で倒れた夫を介護されて17年。積極的に自分の時間をつくり、ボランティア活動などで毎日飛び回っていらっしゃいます。

脳梗塞による障害について、「病気ではない」「治らない。これからどうやってつきあうかが大事」と受け入れたことで、ご夫婦の暮らし方が変わったと、お話をされました。

## ●次回家族会のお知らせ

次回は来年1月17日(火)に開催します。場所は、今池ガスビル7階D会議室、時間は13時半～15時半です。お気軽にご参加ください。

お問い合わせ・お申し込みは、お電話またはFAXにて、医療ソーシャルワーカーの新田(にった)まで。



## 三つ葉のスタッフ紹介

こんにちは！医療ソーシャルワーカー(MSW)の久保です。MSWは主に新しい患者さんの受け入れに関する仕事をしています。

私は以前、病院のソーシャルワーカーとして退院する患者さんを地域に送り出す側にいました。その時は退院後にどうなるかよく見えていませんでしたが、三つ葉に来て、退院した患者さんを受け入れる側になり、いろいろなことに驚きました。

たくさんの医療機器が必要な方でも在宅用に簡素化されたものを使ったりして自宅で暮らすことができます。もちろん、ご家庭では病院のように救急対応がすぐできません。どんなに病院で手技を覚えてもらっても、ご家

## 声

### 患者さんからのご便り



夫を看取って。

温かい病床生活ができ、臨終を本人の希望通り、眠るように天国へ行けたと喜んでおります。

元気なときは仕事に追われ、なかなか二人でいられる時間が少なかったのですが、発症後はいつも二人で、保健所での運動会、スポーツセンターのプールでの歩行など、楽しい日々を過ごされました。11年間言葉も出さず、さぞ苦しかったことと思いますが、良い思い出ばかりが走馬灯のように浮かんできます。



いつもモーツァルトの流れているお宅でしたが、あるときバッハの曲が聴こえてきて、「もともとバッハ好きだったんですけど、認知症にモーツァルトがいいと聞いて今までモーツァルトを聴かせていました」と奥様が語ってくださったことを思い出しています。

今年9月からは食べると誤嚥による肺炎を繰り返すようになり、ご家族と今後の方針を相談しました。ご本人が病気になる前に、「延命のようなことはしたくないね」と話していらして、本人の意に背くことはしないようにしたいという奥様のお考えを受けて、最期は穏やかに見送りでき、良かったと思います。(浅井・医師)



## 皆さまからの便りをお待ちしております。

- ・三つ葉の医師・スタッフへのご質問・メッセージ・ご意見
- ・「三つ葉しんぶん」へのご感想・ご要望
- ・介護の体験談・アイデア、他の患者さんやご家族に聞いてみたいこと

など、何でも結構です。同封のハガキをご利用ください。



族だけでいざというときにどうするか、と大きな不安を抱えて退院して来られる方がほとんどです。

三つ葉では、可能な限り退院日に初診に伺います。私たちも同席し、在宅医療のことを説明した後、「これでひと安心です」と患者さんやご家族が安堵されるときに、「本当に来て良かった」とやりがいを感じています。

医療依存度の高い方が退院して来られるケースはこれからどんどん増えていくと思うので、医師とその他の社会資源を使って、そういう方のケアをちゃんとできる体制がつかれるよう、これからも勉強していきたいと思っています。

