



生きる力、食べる力

三つ葉には100歳を超える患者さんが数名いらっしゃいます。その中に、いまでも口から食事を続けている方がいますが、その様子は感動的です。

その方は、ずっとベッドに横たわり、目をつむり、お話することもありません。しかし娘さんがしっかり栄養を考えた食事をムース状にしてスプーンで口元に運ぶと、パクッと口を開け、食べるのです。

5年ほど前に入院したとき「もう食べることは無理」と言われましたが、ご家族は経管栄養を固辞され、在宅で自然に看ようと自宅に帰られました。

以来、何度か肺炎を繰り返し、一時的に皮下点滴による栄養補給を行いつつも、その度に不死

鳥のごとく生き、また口から食べることができるようになってきました。

ご家族の強い想いと献身的な介護が、そうさせているとしか思えません。この様子を見て、私たち医師や看護師、介護スタッフも、患者さんとご家族をしっかり支えようと、また気持ちを引き締めます。(中村・医師)



このコラム医師やスタッフの日々の想い・雑感を綴っています。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。

● 掲示板 ●

●「家族会」を休止します。

2009年夏から隔月で開催してきた「家族会」には、これまで多くの方にご参加いただきまして、ありがとうございました。しかしながら、参加人数も減ってきたため、いったん休止させていただくこととしました。

おうちで介護されていると、日々お忙しく、「参加したくてもなかなか難しい」という声が多くありました。今後改めて、ご家族同士が何らかの方法で交流できる場を考えてまいります。どうぞご理解のほど、お願い申し上げます。

●保険証のご提示をお願いいたします。

健康保険証・介護保険証などに変更があった場合は、必ず訪問する医師にお知らせください。よろしくをお願いいたします。

三つ葉のスタッフ紹介

こんにちは、ドライバーの山崎です。三つ葉に入職してもうすぐ4年経ちます。その間、クリニックは大きく変わりましたが、多くの患者さんに喜んでいただけて、私もうれしいです。



ドライバーとして、まず「安全第一」で運転し、医師を患者さんのもとへスムーズに届けることを考え、日々務めています。

そのほか個人的には住環境にとっても関心があり、「福祉住環境コーディネーター」という資格を取ったりして勉強しています。私自身も母を介護するなかで、手すりや段差ど住環境を整えることの大切さを実感してきました。患者さんのお宅

へ上がることはほとんどありませんが、そういう視点からも何かお役に立てることはないかな、と考えています。



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

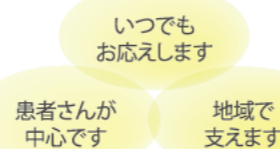


■ 私たちの理念

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...



三つ葉しんぶん

2012年3月号

08

「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。

患者さん満足度調査へのご協力ありがとうございました。

先月の「三つ葉しんぶん」とともにお願ひしました「在宅診療に関わるアンケート調査」に、たくさんのご協力をいただき、ありがとうございました。3月15日にて、締め切らせていただき

ました。結果につきましては、来月号にて報告させていただきますと思います。

今回は、その中でいただいたご意見・ご質問をほんの少しご紹介します。



わからないことはすぐ電話で対応してもらえます。休日はじめ夜間でも診てもらえることが精神的に安心です。



ほんの短い出逢いでしたが、すぐ連絡にも応じて来ていただき、安心しました。説明も良かったし、もっと早くに三つ葉に出逢っていたら、もう少し長生きできたかな、と思います。



訪問日を楽しみにしております。先生のアドバイスを参考に、楽しく介護したいと思います。



夜間に何かあったらということが、やはり一番不安に感じるところです。24時間対応していただけるのは承知していますが、どうしても遠慮してしまいます。

遠慮なさらなくて大丈夫です！
夜間対応は、交代で当番医師が行っています。「急に症状が変化した」「気になることがあり心配で落ち着かない...」。そんなときはどうぞ、ご遠慮なくお電話ください。

パソコン盗難事件のその後と三つ葉の情報管理対策について

昨年11月16日、当クリニックがカルテとして使用していたノートパソコンが盗難に遭いました。患者さん・ご家族をはじめ、多くの方にご心配とご迷惑をおかけしました。



(松井・医師)

かなりのセキュリティ対策をしていますが、その後、警察とも連絡を取っておりますが、患者さんのデータ流出の被害報告はなく、その点ではご安心いただけてと考えております。

また当院では、この事件をきっかけに個人情報管理について見直しを図り、従来以上にセキュリティを強化して診療を行っております。



具体的には右記の対策を実施しております。

- 1) 院外へ持ち出す全パソコンに高度な暗号化を施しました。
- 2) パソコンを使用する際に必要なパスワードを長いものに強化しました。
- 3) 院外へ持ち出すパソコンの大半を指紋認証が必要なものとし、限られたスタッフのみが使用できるようにしました。
- 4) 診療が終了した患者さんのデータは、院内のみで厳重保管することになりました。
- 5) 患者さんの口座情報も、院内のみで厳重保管いたします(間もなく実施予定)。
- 6) 医師の携帯電話に患者さんの電話番号など個人情報を残さないことを徹底しました。



これらを実施するとともに、スタッフへの教育も定期的に行っております。

肝腎かなめの「肝」

先月号の腎臓と並び、私たちの内臓の中心的存在が「肝臓」です。体重の約50分の1を占める最大の臓器で、大変重要な役割を果たしています。

私たちが口から食べたものは、そのままでは体の栄養分にはなりません。胃から十二指腸にかけて消化され、小腸から体内に吸収されます。その栄養素が肝臓へわたって代謝・合成され、蓄えられます。今回は「肝臓」についてお話しします。

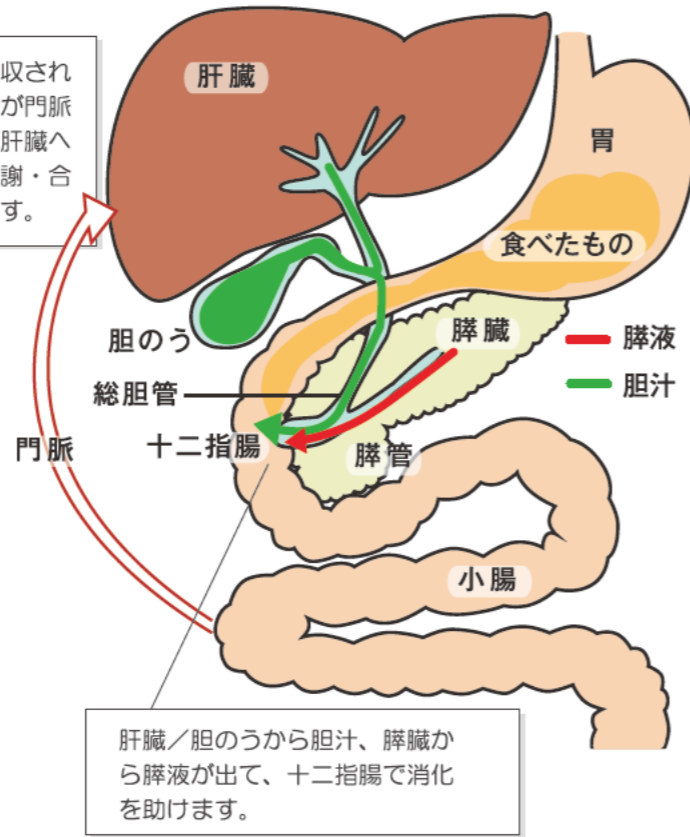
肝臓のはたらき

肝臓には3つの重要なはたらきがあります。

- 1) たんぱく質・糖質・脂質の代謝・合成
- 2) アルコールや薬剤など有害物質の解毒
- 3) 消化を助ける胆汁の分泌

ほかに、血液量を調節したり、血液の成分を一定に保つはたらき、止血のための因子をつくりだす役割を持っています。

小腸で吸収された栄養素が門脈を通して肝臓へ行き、代謝・合成されます。



肝臓/胆のうから胆汁、膵臓から膵液が出て、十二指腸で消化を助けます。

胆汁と膵液

胃酸でドロドロになった食べものは、十二指腸で消化酵素をたくさん含む強力な助っ人を得ます。これが肝臓でつくられ胆のうに貯められていた「胆汁」と膵臓から分泌される「膵液」です。胃酸はご存じのように強烈な酸性ですが、胆汁と膵液はそれを中和するアルカリ性となっています。

肝臓でエネルギーになる

食べたものが小腸に達するころには、含まれていたたんぱく質・糖質・脂質は身体に吸収されやすいカタチになっています。それが「門脈」という血管を通じて肝臓に運ばれて代謝・合成され、体のエネルギーになります。

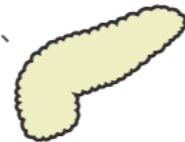
胆のう

肝臓でつくられた胆汁を、消化に必要なまで貯めておきます。



膵臓 (すいぞう)

膵臓は、消化を助ける膵液と、血液中の血糖値を調整するホルモンをつくり、分泌します。



血糖値調整ホルモンには2つあります。

- 1) インスリン：血液中のブドウ糖が多いときに、血糖値を下げる。
- 2) グルカゴン：血液中のブドウ糖が少ないときに、血糖値を上げる。

飲み過ぎ・食べ過ぎに注意して、いつまでも健康な肝臓を！

肝臓には、「再生」という不思議な力も備わっています。例えば手術などで4分の3を切除しても、元に戻ることができます。肝細胞の増殖能力によるといわれています。しかし、肝細胞が破壊され続けると修復が追いつかなくなってしまいます。

肝炎から肝硬変へ

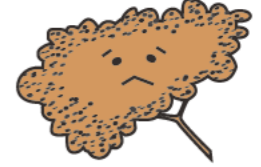
肝硬変は、いろいろな原因によって生じた慢性肝炎が治癒しないで、長い経過をたどったあとの最後の状態で、**1度発症すると元に戻すことはできません**。規則正しい食生活を心掛けたいですね。

食べ過ぎ → 脂肪肝、肝炎

飲み過ぎ → アルコール性肝炎



(健康な肝臓)



(肝硬変の肝臓)



血液検査で、「肝臓が悪い」と言われたんですが…。

肝臓には“栄養分の分解”という仕事をするために、いろいろな酵素が存在します。肝臓の細胞に障害が起きたり、胆道が詰まるなどして胆汁の流れ具合が悪くなると、その酵素や胆汁に含まれる物質が血液中に流れ出してくる、いろいろな数値が変わってしまいます。血液中の酵素やたんぱく質の量を見て、肝臓の元気度を測るのです。



(肝臓に関連する検査項目とその意味)

総ビリルビン	ビリルビンは、古くなった赤血球が肝臓で破壊される時に生成される黄色い色素で、脂を消化しやすくする成分です。通常は胆汁中に捨てられて排泄されますが、肝臓内の胆汁の流れが悪くなると排泄できず、血中のビリルビン数値が上昇します。
総たんぱくアルブミン	総たんぱくとは、血液に含まれているたんぱくの総称です。うち3分の2を占めるのがアルブミンで、これらはからだの栄養状態を示します。肝機能が障害されるとたんぱく質の合成能力が低下し、アルブミンの数値が下がります。
AST (GOT) ALT (GPT) ALP LDH	それぞれ、たんぱく質や糖質など特定の栄養素を分解・合成する酵素で、肝臓に多く含まれているため、肝臓の検査によく使われます。
γ-GPT ガンマ	たんぱく質を分解・合成する酵素です。アルコールが原因で障害が起こると、肝細胞にあるγ-GPTが血液中に出てきて、基準値を大きく越えてしまいます。

★ ★ ビリルビンの黄色

血液中のビリルビンが過剰になると「黄だん」という皮膚などが黄色くなる症状が出ます。この黄色はもちろん、ビリルビンの色です。普段は胆汁とともに消化管を通して排泄されており、実はウンチの黄褐色もこのビリルビンの黄色に関係しています。

肝臓とお薬

肝炎には、飲み過ぎ・食べ過ぎ、ウイルス感染のほかに薬剤性のもがあります。

薬物の多くもアルコールと同様、肝臓で代謝(解毒)されます。薬剤性の肝炎は、肝臓の代謝能力を上回る量の薬物を服用することで起こります。肝臓に負担をかけないよう、処方薬は医師の指示に従って服用しましょう。

