

愛する人のために何かをする幸せ

訪問診療をしていると、素敵なお家族にたくさん出逢います。

例えばあるご夫婦は、脳出血の後遺症で寝たきりのご主人に寄り添う奥様の姿にいつも感動します。さりげない心遣い、ご主人のほんの少しの変化に体調やお気持ちの動きを読み取られ対応される。温かいスキンシップが外国映画のように自然で本当にうらやましく感じられます。ご主人の趣味である絵と奥様の趣味である刺繍の作品が、季節ごとに移り変わり、ベッドに寝たままのご主人からよく見える位置に飾ってあります。

他にも奥様を優しく見守るご主人、血のつながりはないながらも深い愛情をもってお姉さんをケアされる妹さんなど、素敵なお家族の関係を垣間見る機会がとても多くあります。その様子をみて心洗われ、愛する人のために何かを「してあげる幸せ」というものがある、と思いながらも未熟な私は、もし自分だったらこんなふうにはできるか、あんなご夫婦になりたい、と憧れと尊敬の念をもって診療させていただいています。

どうか皆さん、ご無理をなさらないようにしてください。ご家族が健康で、精神的にも時間的にも余裕があってこそ、介護が続けられると思います。温かくして良いお年をお迎えください。

(長浜・医師)



● 掲示板 ●

● 年末年始について

12月29日(土)～1月3日(木)まで、クリニックはお休みをいただきます。24時間緊急電話は受け付けており、待機当番医師への直通となります。患者さんの状態が悪くなったとき、不安なことがあるときは、どうぞ遠慮なくご連絡ください。

本年も、お世話になり、誠にありがとうございました。新しい年にも皆さまに安心していただけるよう、努力をしております。

皆さま、どうぞ良いお年をお迎えください。



三つ葉のスタッフ紹介

こんにちは、医療事務の石川です。主に介護保険のレセプト(報酬請求)と受付業務を担当しています。この「受付」は、一般の企業さんの受付とは違い、毎日訪問診療をしている医師たちの帰院時のさまざまな事務処理を行うものです。

例えば、採血検体を検査会社に依頼するための確認作業や、処方せん、連携スタッフへの連絡書類の受け付け、往診かばんの中の薬品や消耗品の補充などです。

一日、患者さんと接してきた医師たちがクリニックに戻ってホットとできるよう、そして患者さんに付随する検体や書類に間違いのないよう、笑顔で一つずつ細かく確認して進めています。



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

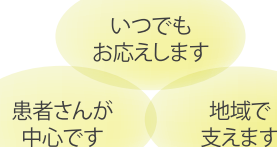


■ 私たちの理念

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 17

2012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。

声

患者さんにご家族からのお便り



“主人からの贈り物”

介護の日々も6年目を迎えたこの秋、主人から大きなプレゼントを受けました。

姪の家族と北海道道南の旅に出ました。久々の旅支度に心おどりと、大自然の美味しい恵みをいただき、温泉で癒され、異国情緒の景観を楽しみ、支えていただく皆さまに、そして主人に感謝しながらの旅ができました。

いっぱい元気をいただいて、明日もまた二人で!



夫思ひ 車椅子押す 妻の汗  
赤とんぼ 目で追ひながら 遠き日を



診療レポートに詰まった思い出

一時期具合が悪かった主人も、最近はずっぴり元気になり感謝の気持ちでいっぱいです。「診療レポート」を読み返し、当時、迅速・適切な処置をとっていただきましたことを思い返しております。改めて先生方にお礼申し上げます。



在宅に戻ってよかった!

在宅で療養を出発して2カ月。本当に良かったと思っています。多職種の方々の厚い思いの介護がいただけて感謝しています。不安なときもすぐお電話ができ、対応できる安心。入院させていたときのひどい疲れは、介護者家族にはありません。安心しておまかせできます。



素敵なお便りをいただき、ありがとうございました。皆さまからのお便りをお待ちしております。

今月のひとコマ

ある患者さんのお宅にお邪魔したときのこと。そのとき、ご本人はベッドに横になっておられました。ふと横の机の上を見ると、日本語辞典を破ったページが散乱し、原稿用紙に何か書いておられるようでした。ご家族にお聞きしたところ、こうした辞典から言葉を選び、その言葉を使ってエッセイのようなものを書かれているとのこと。元・小学校の先生だったJさんは、ご気分のいいときは、今も起きて机の前に座り、こうして感性を磨いていらっしゃるのだそうです。



遺族会に参加されたご家族より

三つ葉では、亡くなられた患者さんのグリーフケア(悲嘆ケア)の一環として、遺族会「三つ葉の会」を運営しています(亡くなられ3カ月～1年半くらいの方を対象に、2カ月に一度開催しています)。先日、遺族会にいらして下さった元患者さんのご家族から、こんなお言葉をいただきました。

介護をやり抜いたら、こんなにすがすがしい気持ちで毎日過ごすことができました。今まで支えてくださりまして、ありがとうございました。

後悔のない介護とは、とても難しいことではないかと思えます。一日一日を精一杯過ごされ、時には肩の力を抜いて休息ができますように…。



## 血液のはなし

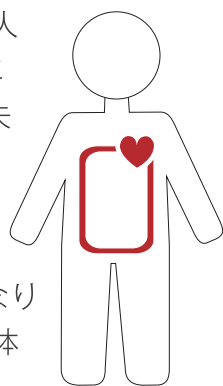
### 特集

私たちの体内を流れる血液。それはいったい何からできているのでしょうか。また、どこで造られるのでしょうか（心臓じゃないですよ）。どのくらいの量が流れていて、どのくらい失血すると命が危ないのでしょうか？ 血液検査では、どんなことがわかるのでしょうか？「貧血」とは？ などなど、今回は血液のお話をします。

### どのくらいの量の血液が流れているの？ 血液は何からできているの？

大人の場合、全血量は体重のおよそ12～13分の1で、体重60kgの人なら、5ℓほどが血液ということになります。このうち、3分の1を失うと生命に危険が及びます。

心拍数1回につき、約70～80ccの血液が心臓から送り出され、1分間あたりの量は約5ℓになります。つまり、たったの1分間で体の全血液が一巡しているのです。



血液の約45%は「赤血球」「白血球」「血小板」といった細胞で、残りの55%は液体の「血漿」です。血液細胞等には、次のような基本的な役割があります。

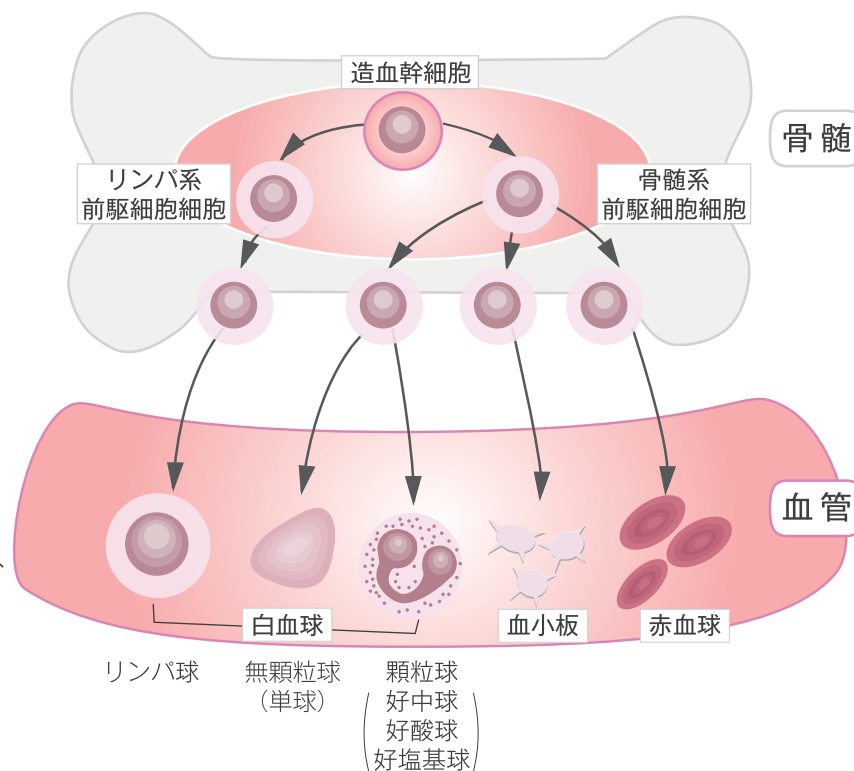
赤血球		酸素を全身に送り届ける 血液量の約40%を占める
白血球		体内に侵入してきた異物を 除去する
血小板		出血した時に血液を固めて 止血する
血漿		血液中の水分で、アルブミン などのたんぱく質や糖質、脂 質、ミネラルなどを運ぶ

### 血液はどこでつくられるの？

血液は「骨髄」というところで造られます。骨髄とは骨の中心部に存在するゼリー状の組織のことですが、血液をつくるのは「赤色髄」と呼ばれ、幼児期には全身の骨に存在しますが、成人になると主に胸骨や脊椎、骨盤など体幹の中心部分のみとなります。

ここにある「造血幹細胞」がすべての血球細胞のおおもとで、これが分化して赤血球や白血球、血小板になるのです。

「白血病」という病気は、この血球の分化の過程のどこかで、細胞が癌化する病気で、治療に骨髄移植が行われることが多いのは、この血球をつくるもとの部分を改善することを目的としています。



## 血球の検査からわかること

血液検査の項目に、右表のような部分があります。これは血液の成分である赤血球や白血球などの数値を調べるものです。ここからいろいろなことがわかります。

●ヘモグロビン 赤血球の中のたんぱく質で、酸素と結び付き、この酸素を全身に運びます。赤い色素をもっていて、赤血球の色もはたらきも、ほぼこのヘモグロビンのものだと言えます。このヘモグロビン量の値が下がっていると「貧血」が疑われます。

●ヘマトクリット値 血液中に占める血球の割合です。血球のほとんどは赤血球なので、この数値が低ければ赤血球の数が少なくなっていることがわかります。

●MCV これらの値で貧血の種類を推測することができます。例えば最も多い「鉄欠乏性貧血」では、赤血球が小さくヘモグロビン濃度が低くなり、葉酸やビタミンB12の不足により起こる貧血では、ヘモグロビン濃度は正常ですが赤血球が大きくなります。

白血球の数や、白血球分類からは、感染の様子がうかがえます。白血球の数が基準値を超えていると、何らかの感染症にかかっている可能性があります。

白血球は次のように分類されます。

- 好中球 細菌や真菌を殺し異物を取り込むことで、体を感染症から守る
- リンパ球 ウイルスの感染を防いだり、抗体をつくって体を守る
- 単球 死んだ細胞や傷ついた細胞を取り込み、さまざまな感染微生物から体を守る
- 好酸球 寄生虫などから体を守る
- 好塩基球 アレルギー反応に関係している

ですから感染症の場合には、まず「好中球」の数が増えてきて、「好酸球」や「好塩基球」の値が上がっているときには、寄生虫やアレルギーなどを疑います。

### 血液検査「血液一般」の項目

検査項目	基準値	単位
白血球数	39～98	$\times 10^2/\mu\text{L}$
赤血球数	427～570	$\times 10^4/\mu\text{L}$
ヘモグロビン量	13.5～17.6	g/dL
ヘマトクリット値	39.8～51.8	%
MCV (血球の大きさ)	82.7～101.6	fL
MCH (赤血球1個あたりのヘモグロビン量)	28.0～34.6	pg
MCHC (赤血球1個あたりのヘモグロビン濃度)	31.6～36.6	%
血小板数	13.1～36.2	$\times 10^4/\mu\text{L}$
白血球分類		
好中球	44.0～72.0	%
好酸球	0.0～10.0	%
好塩基球	0.0～3.0	%
リンパ球	18.0～59.0	%
単球	0.0～12.0	%

ヘモグロビン  
ブドウ糖

ヘモグロビン・エーワンシー

### 赤血球の寿命とHbA1c

血球にも寿命があり、赤血球は4カ月ほどです。糖尿病の指標に使われるHbA1cは、ヘモグロビンとブドウ糖が結合したグリコヘモグロビンの一種で、赤血球は4カ月のあいだ体内を巡って少しずつブドウ糖と結びつきます。そのため、この指標は、過去1～2カ月の平均の血糖状態を反映します。

### 血液型について

血液型とは、血液内にある血球の持つ抗原（免疫反応を起こすもとなる物質）の違いを分類したものです。ABO式やRh式など、いくつかの分類法がありますが、輸血など免疫反応に注意しなければならないとき以外は、医療上でもあまり意識されません。

ところで、「あなた何型？」「じゃあ…タイプだね」のような、血液型による性格判断はよく話題に上りますが、これは日本を中心とした東アジアの一部だけの話で、科学的根拠はないそうです。世界的には「日本の興味深い習慣」と見られているようです。

A B O  
AB