

続けることに意義がある。

昨年6月から産休・育休をいただいて、この4月から復帰しました。私の中ではいろいろなことが大きく変わった約1年でしたが、診させていただいた患者さんにもいろいろな変化があったことと思います。

特に、久しぶりにお会いしたからこそ、その変化が見えた患者さんがいらっしゃいます。

脳卒中や脊髄疾患等の患者さんにはいろいろな麻痺や関節の拘縮が起こることがあります。

ある患者さんは手指の拘縮を予防するために毎日ボールを握り続け、別の患者さんは嚥下機能の

回復のため、ゼリー等を飲み込む練習を続けてこられました。

10カ月ぶりにお会いした患者さんは、以前はできなかったことが、少しずつできるようになっていました。

「がんばりましたね」と声をかけると、人間とは不思議なもので、できなかった時のことはあまり憶えていないのか、「そうですか?」と少しキョトンとされ、照れくさそうに笑顔を見せてくれました。

毎日のことで、なかなか進歩を感じる事ができず、苦しんでいらっしゃる方も多いのですが、地道に努力を続けてこられた患者さんご家族に大きな拍手を贈りたいと思います。(鶴岡・医師)



● 掲示板 ●

● 暑くなってきました。

5月の初めごろまで、薄手のコートを羽織っていたかと思えば、今年は例年よりずいぶん早く梅雨入りしました。体調の管理に苦労されている方もいらっしゃるかと思います。

熱中症や、エアコンで身体を冷やしすぎるこのないよう、温度管理にはどうぞ気を付けてお過ごしください。



三つ葉のスタッフ紹介

こんにちは！ドライバーの西川です。

ドライバーの仕事は、往診車の運転と車に載せている医療物品の管理です。

私はこれまでずっと車に関わる仕事をしてきました。そのうち半分くらいはタクシーの運転手でした。「お客様を乗せて走る」ということにも十分慣れているはずですが、三つ葉の運転では、より緊張する毎日です。

後部座席だけでなく、車の行き先にいらっしゃる患者さんのことを想いつつ、とにかくそこへ医師を安全に、的確に送り届けることをめざします。ナビ通りでは時には道路の反対側にしか着かない、ということもあるため、道路の状況など細かいことにも気を配って運行計画を立て、事故のない運転を心掛けています。



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

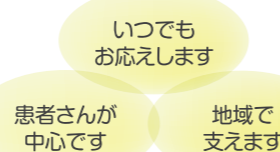


■ 私たちの理念

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」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 ～ 在宅療養に必要なモノを揃える

在宅医療では、いろいろな医療材料をあらかじめ揃えておかないと、必要なケアを滞りなく進めることができなくなります。そこで、私たちが訪問診療に伺うとき、必要な物品をきちんと揃えてお持ちするということがとても大事になります。

物品マニュアルをつくっています！



物品の種類、カテーテルなどのサイズを間違えないこと、消耗品の数量が、明日持つていってからの、その次の診療日まで足りるように揃えることなど、注意すべき点がたくさんあるため、現在マニュアルづくりを進めています。



医師以外のスタッフも、こうした医療材料のことをしっかり理解し、チームで適切なサポートが行えるよう、院内研修なども進めています。

声

患者さんご家族からのお便り



介護を経験した人は分かってくれる。

三つ葉にお世話になって4カ月、介護者の私は助かっており、本人も楽になったと言っています。

認知症になって13年目、年々介護するほうも嫌気がさすときが多くなりました。私の兄は「介護したことのない人は分からない」といつも言っています。兄は姉を介護したのでよく分かってくれる人です。



介護の苦勞は、なかなかその立場になってみないと分からないものですね。期間も長くなると、先の見えない閉そく感に悲觀的になってしまうこともあるかと思いますが、介護をする方が疲れ切ってしまうことのないよう、上手にリフレッシュができるといいですね。私たちもお力になればと思います。



診察を楽しみに待っています。

毎回丁寧な診察をしていただいて大変ありがたく思っています。気軽に困ったことなども質問ができ、安心して生活ができます。今後とも楽しみに診察をしていただける日を待っております。



ありがとうございます。私たちも、患者さんが楽しみに待っていてくださると思うととても嬉しいです。

皆さまからのお便りをお待ちしております。在宅で生活・介護をされていて思うこと、他の患者さんに聞いてみたいこと、クリニックに対するご意見・ご質問など、どんなことでもかまいません。同封のはがきをご利用ください。



鼻のはなし

顔の真ん中についている鼻。芥川龍之介やロシアのゴーゴリの小説では大きさが変わったり勝手にどこかへ逃げだしたり…。「鼻」という名称には、何やら謎めいた滑稽さを感じませんか？

鼻には、大きく二つの役目があります。においを嗅ぐ感覚器（嗅覚器）としての役目と、呼吸器としての役目です。耳などに比べれば単純な構造ですが、立体的で鼻腔・副鼻腔あわせて頭部の奥深くまで広がっています。

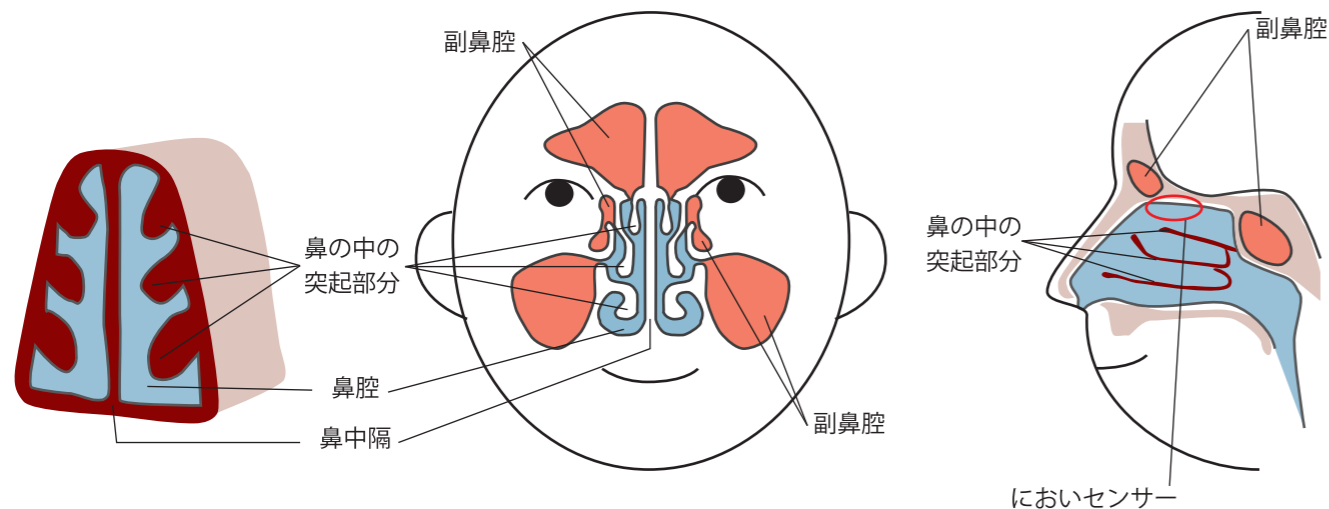
鼻の中はどんな構造になっているの？

●外鼻・鼻腔・副鼻腔

鼻は3つの部位に分けられます。まず外側から見える「鼻」は「外鼻」と呼ばれます。上半分は骨、下半分は軟骨が支えています。その中、つまり“鼻の穴”から喉へつながる部分を「鼻腔」と言います。鼻腔は真ん中に壁（鼻中隔）があり左右に分かれています。左右それぞれの鼻腔には、粘膜に覆われた薄い骨の突起があり、デコボコしています。さらにその奥にあるのが「副鼻腔」です。これは、鼻腔のまわりから頭の骨の中へ広がる空洞で4種類、左右1対ずつあります。

●目・耳・口の交差点

顔の真ん中にある鼻は、頭部の内側で目・耳・口とつながっています。耳からは耳腔内の換気や排せつをする「耳管」が鼻腔を通過して喉の近くに開口しています。目と鼻は「鼻涙管」でつながっています。涙がたくさん出ると鼻汁が出たり、鼻が詰まったり大変なことになりますね。あれは、涙が鼻涙管から鼻の中へあふれることによるものです。鼻腔と口腔は喉で交差し、気管支へつながっています。



鼻は何をしているの？

●天然の空気清浄機付きエアコン

鼻は、吸い込んだ空気のフィルターの役割を果たしています。鼻毛で空気中に含まれる異物をキャッチして取り除くほか、内側の粘膜を刺激した場合には「クシャミ」をして体外に排出します。排出できずに異物が入り込んでしまった場合には、粘液が出て異物を包み込み、体外に出やすいようにします。これが「鼻汁」です。

また、肺に入る空気の湿度や温度を上げ、体内の環境に近づけます。

●嗅覚器としての鼻

もう一つの大きな機能はもちろん「におい」を感じることです。鼻孔から吸気とともに鼻に入ったにおい分子は、鼻腔上部のにおいセンサーでキャッチされ、脳の嗅神経に伝えられます。

よくある鼻の病気

●鼻炎

鼻腔の粘膜に炎症が起こった状態をいいます。急性のものがいわゆる“鼻風邪”です。鼻づまり、鼻水、クシャミなどの鼻症状が現れます。

風邪はウイルス感染によるものですが、鼻水が膿のように緑色を帯びているときには細菌感染も疑われます。



●アレルギー性鼻炎

鼻炎のなかでもアレルギー反応によるものです。代表的なものは「花粉症」です。スギ、イネ、ブタクサなどの花粉、ハウスダスト（埃やダニ）、ペット類の毛、ほかに真菌（カビ）でも起こす人がいます。

●副鼻腔炎（蓄膿症）

細菌やウイルス、真菌などによって、副鼻腔が炎症を起こします。膿のような鼻水が長引いている人はこれかもしれません。抗生剤などで改善することがほとんどですが、長引くと鼻茸（はなたけ）というポリープ状の粘膜の腫れが出てきて投薬では完治しなくなり、手術が必要になることもあります。最近では内視鏡による手術が一般的です。

●血管運動性鼻炎

一年中、朝起きてすぐや、食事をしたり温度の違う部屋へ移動したりするだけで、水のような鼻水が出たりクシャミが止まらなくなる人がいます。これは温度に過敏になって起きる鼻炎です。採血検査でアレルギーを調べても何も原因が見つかりません。治療は、アレルギー性鼻炎と同様の投薬をします。

●鼻炎のお薬

鼻づまり	点鼻薬、抗アレルギー剤
水様性の鼻水	
細菌感染	抗生剤
発熱や痛み	解熱鎮痛剤

点鼻薬にはステロイド薬と血管収縮薬の2種類があります。決められた回数を超えて差し過ぎると鼻づまりが悪化するので、差し過ぎには注意してくださいね。



鼻血について

突然鼻血が出たりすると、びっくりしますね。大部分の鼻血は、鼻の入り口近く上側にある「キーゼルバツハ部位」という毛細血管がたくさん集まったところからの出血です。血管の壁も薄いため、鼻をかみ過ぎたり、指でいじったりしているだけでも出血します。すぐに止まるようなら心配ありません。

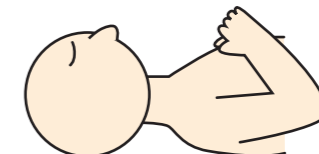


奥のほうからの出血の場合は、ほかの病気が隠れていることがありますので、耳鼻科の受診をお勧めします。医師にご相談くださいね。

●鼻血の応急処置

脱脂綿やティッシュをそっと詰め、顔をやや下向きにして小鼻のあたりをキュッとつまんで圧迫します。

仰向けに横になると、血液が喉のほうへ流れてしまい、飲み込んで気持ち悪くなったりしてしまうので、止めましょう。



冷やすことで血管が収縮しますが、それほど効果はないようです。

