

最後のわがまま

7月の末にお看取りさせていただいたIさんは、肝細胞がんでした。昨年の春に病院から在宅に移り、当時はあと3カ月ほどという診断でした。

奥さんや娘さんたちの優しさに囲まれ、ご自宅での生活が心地良かったのでしょう。それから1年ほどお元気で過ごしていました。用意していたご家族の喪服もすっかり埃をかぶっていました。

今年の6月中旬から徐々に状態が悪くなると、ホスピスへの入院を希望されました。手配を進め、入院が決まった7月下旬には、かなり身体が弱っていました。

いよいよホスピスに入院という朝、私が最後の訪問診療に何うと既に準備万端整い、出発するだけとなっていました。



ところが突然、別室に呼ばれ、ご家族から「やはり自宅にいたい」との申し出があったのです。

Iさんご本人の希望であり、「最後のわがまま」と笑っておっしゃいました。

それから2日後、Iさんは大好きなご自宅で、眠るように穏やかに亡くなられました。

やれることをやりきった、全く後悔のない最期を迎えられたと、後にご家族からお聞きました。

(坂野・医師)

● 掲示板 ●

● お便りをお待ちしております。

三つ葉しんぶんでは、皆さまからのお便りをお待ちしております。日ごろの想い、印象に残った出来事、若いころの思い出話、悩んでいること・困っていること、医師やスタッフへのご意見・ご質問など、何でも結構です。

同封のはがきをご利用ください。



三つ葉のスタッフ紹介

こんにちは！医療事務の古川です。診療報酬の算定業務を主に行っているほか、大事な仕事として、保険証等の確認を担当しています。7～8月の後期高齢者保険証等の切り替え時には、ご協力いただきありがとうございました。



保険証等に変更等があった場合に私たちがそれを確認できていないと、あとで患者さんや保険者に迷惑をかけてしまいます。保険証が変わったとき、ご家族の扶養に入っている方で変更があったときなどは、必ずご一報ください。

また「福祉給付金」は、新たに申請してそれが通った場合や、収入に変化があり給付が中止されたときなども、ぜひお知らせください。

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

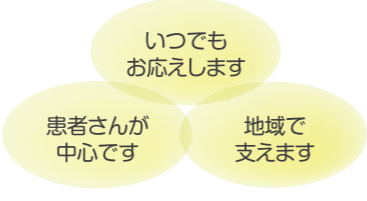


■ 私たちの理念

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…



三つ葉しんぶん 27

2013年10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。

今月の一枚～心の中で鼻歌を……

杉山正行さんのご家族から、お便りいただきました。

主人は言葉ではうまく表現ができませんが、先生や介護の方に言葉掛けをされて、少し感情の表現ができるときがあり、喜んでおります。介護の方や甥たちの手を借りて、この夏、楽しい温泉旅行をしました。



主人はどこまで嬉しいのか…。

でもこのお風呂に浸かり満足な表情は隠せません。

「いい湯だな！」と、心では鼻歌を歌いながら、楽しんでいます。

夕食は、下呂の川上で釣り上げた、まだ藻の匂いがする鮎。

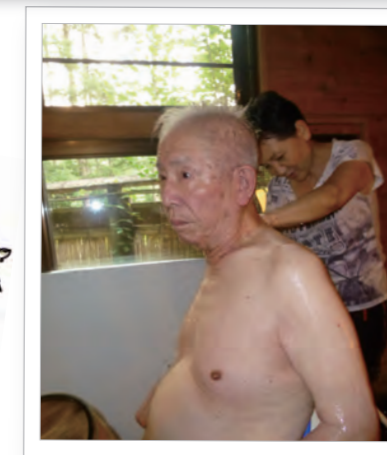
「焼き鮎を 右手使へぬ なさけなさ」

ではありましたが、抜群に美味しかったです。



「風呂に入れることは危険度 100」を頭に入れ、力持ちがないときは、温泉のお湯をジャブジャブと掛け流し、気分上々です。

こんな状態が 2010 年ごろからできるようになりました。



インフルエンザ予防接種について

今年もインフルエンザの予防接種時期が近づいてまいりました。三つ葉では例年通り、ご希望の患者さんとその主介護者の方に、ワクチン接種を行います。名古屋市の費用補助対象の方は、1,000 円で受けていただけます。

※名古屋市の定期インフルエンザ予防接種補助

- ・名古屋市民であること
- ・接種日において満 65 歳以上の方
- ・接種日において満 60 歳以上 65 歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の障害で身体障害者手帳 1 級相当の方

◆ 予防接種対象者と費用

- 患者さんと主介護者 1 名
- ①名古屋市の定期インフルエンザ予防接種の対象者
自己負担金：1,000 円
- ②任意のインフルエンザ予防接種の希望者
自己負担金：3,000 円

◆ ご予約

訪問診療時に、接種希望をお聞きます。

◆ 接種実施

平成 25 年 10 月 15 日より平成 26 年 1 月 31 日までの訪問診療時に実施します。

かぜ薬と痛み止め

秋も深まり過ごしやすい季節になりました。朝晩が冷え込んだり空気が乾燥してくると気をつけなければいけないのが風邪などの感冒です。インフルエンザの予防接種も始まります。

今月は、「ちょっと風邪かな?」「頭が痛いな…」というときなどによくお世話になるかぜ薬と痛み止めについて、見てたいと思います。

特集

「かぜ」って何?

「かぜ」とは、「かぜ症候群」といって、鼻・のど・気管（上気道）の粘膜に急性の炎症が起こり、鼻水、のどの痛み、咳、発熱、寒気、関節痛、ときには腹痛や下痢などの症状を伴う疾患の総称です。医療機関にかかると「上気道炎」とか「急性鼻炎」とか、そんな難しい病名がついてきます。

原因のほとんどはウイルスで、その数は数百種類あるといわれますが、特定されているものはごく一部です。



いろいろな症状に効く、かぜ薬

「かぜ薬」といわれるものは、直接ウイルスに効果を発揮するわけではなく、症状を緩和したり、治るまでの期間を短縮させたりすることが目的です。抗生剤（細菌に作用する）は、かぜそのものには効果がありません。

一般的なかぜ薬（総合感冒薬）には、いろいろな症状に対する成分が配合されています。市販のかぜ薬を選ぶときにも、成分表示をちょっとのぞいてみるとわかります。舌を噛みそうなややこしい名前ばかりですが、少し紹介します。

◆かぜ薬によく含まれている成分

	解熱鎮痛	抗ヒスタミン	鎮咳	去痰	中枢神経興奮
作用	炎症を抑える作用で、頭痛・関節痛などの痛みを和らげ、熱を下げます。	ヒスタミンというアレルギーを起こす物質のはたらきを抑え、鼻水やクシャミを抑えます。	咳をしずめます。	痰を絡まりにくくします。	抗ヒスタミン成分で眠くならないようにします。
主な成分	アセトアミノフェン アスピリン サリチルアミド イブプロフェン ジクロフェナク など	マレイン酸クロルフェニラミン ジフェンヒドラミン など	リン酸コデイン など	アンブロキシソール 塩酸塩 スルホン酸カリウム など	無水カフェイン など

他に、生薬、漢方などの成分が配合されているかぜ薬が多くあります。

例えば、処方薬 A に含まれているのは、サリチルアミド（解熱鎮痛）、アセトアミノフェン（解熱鎮痛）、メチレンジサリチル酸プロメタジン（抗ヒスタミン）、カフェイン。市販薬 B に含まれているのは、アセトアミノフェン、フマル酸クレマスチン（抗ヒスタミン）、リン酸コデイン（鎮咳）、スルホン酸カリウム（去痰）、カフェインです。

インフルエンザはかぜ?

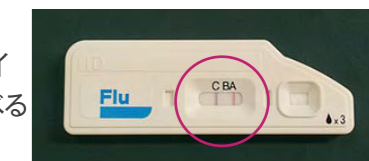
今月から予防接種が始まるインフルエンザは「インフルエンザ・ウイルス」による感冒です。かぜと似たような症状が出ますが、38～40度という高熱が突然出ること、悪寒・関節痛などの症状が強くなるのが特徴です。

予防接種での予防効果が高く、また抗ウイルス薬が存在します。

◆インフルエンザの検査について

インフルエンザであるかどうかを調べるためには、鼻の奥から専用の綿棒を使用して検体を採取し、検査します。結果は10～15分ほどで出ます。

A型かB型か、あるいはインフルエンザ陰性かを調べることができます。



頭痛や関節痛を抑えてくれる痛み止め

頭痛・関節痛・腰痛・生理痛などに対して、鎮痛剤を飲む方は多いと思います。

鎮痛薬には、麻薬なども含めて多くの種類がありますが、一般的によく使われるのがNSAIDs（非ステロイド性抗炎症薬）といわれるものです。炎症を抑える効果をもつ代表的な薬剤に「ステロイド」がありますが、それを含まない抗炎症薬を総称しています。痛みを感じる物質に作用し、抗炎症・鎮痛・解熱効果を発揮します。これらの薬の特徴に、胃が荒れるという副作用がありますので、胃の粘膜を保護するお薬と一緒に処方されます。

もうひとつのよく使われる解熱鎮痛剤は「アセトアミノフェン」です。こちらには抗炎症作用はありません。

◆主な消炎鎮痛剤（処方薬・市販薬）

	商品名	成分名
NSAIDs	ボルタレン	ジクロフェナク
	ロキソニン	ロキソプロフェン
	イブ	イブプロフェン
	バファリン	アスピリン (アセチルサリチル酸)
	ノーシン、セデス ナロンエース	エテンザミド
アセトアミノフェン	カロナール タイレノール	アセトアミノフェン

一番大切なのは予防と休養

かぜにかからないようにするには、何はともあれ、できるだけウイルスを体内に入れないこと。

そのためには外から帰ったときのうがい・手洗いが大切です。また、空気が乾燥すると、のど・鼻の粘膜も乾燥してウイルスの刺激を受けやすくなるので、加湿器の使用が効果的です。室内の湿度を50～60%くらいに保ちましょう。

「かぜかな」と感じたら、水分や栄養分をしつ

かり摂って、ゆっくり休んでください。人ゴミへの外出は避けましょう。

