

通信

eisei

つうしんえいせい

82

2020年2月 発行



Contents

- 玉置妙憂氏インタビュー
- 第 14 回 永生会医学講座
- 永生病院 認定栄養ケア・ステーション
- 訪問看護ステーションひばり～偲ぶ会
- リハビリ～嚥下体操
- 南多摩病院～循環器内科

看護師僧侶 玉置妙憂氏 インタビュー

寄り添うという言葉は好きではないんですよ

そういいながら微笑む玉置妙憂さん。

「寄り添うって言葉は本当は、好きではないんですよ。寄り添うっていう言葉は、寄り添ってあげるって上から目線に聞こえる気がして。」

玉置さんは週1回みなみ野病院に出勤する看護師僧侶です。

みなみ野病院の緩和ケア病棟で、入院している方や、家族と向き合い、お話を聞きます。

終末期医療やターミナルケア、またホスピスなどと間違えられることが多いですが、緩和ケアという言葉の定義は「病気の進行に関係なく、苦痛を和らげることに焦点を当てるケア」のことで、身体面の医療と精神的なケアを含むケアのことを指します。

みなみ野病院は八王子で初めての緩和ケア病棟を2019年6月に開設しました。

玉置さんは主に緩和ケア病棟で、患者さまご本人や、家族と向き合い、話を聞きます。

ただただそばにいて、耳を傾け話を聞きます。アドバイスはしません。否定も肯定もしません。ごまかしたり、なぐさめたりもしません。

「それこそ、看護師の時は、ごまかしたり、なぐさめたりした時期もあったけど。所詮人間はひとりだから。あなたの気持ちがわかるよ、私は理解しているよ、って、そんな風に思うこと自体が間違っている。分かり合えないという前提でないと間違ってしまう。だから、わたしはあなたの気持ちがわかるよ、なんて絶対言えない。

ただそこにいて聞くだけ。ただ黙ってその人の今ある気持ちを受け止める。追いかけてもしない。でも、向き合った人のことは全部覚えている。名前は覚えられないけど(笑)存在として覚えている。自分に刻んで、リスペクトしている。それが私のミッション。覚悟。ある意味での図太さがないと難しい。度胸というか、バランスかな。」



話すことで少しでも楽になるのであれば



玉置さんは亡くなる最期の時のことを「着地する」と表現します。

「人間の一生を飛行に例えると、離陸する(生まれる)時と着地する(亡くなる)時が一番大変。飛んでいるときは、多少風が吹いても雨が降っても、嵐でも飛ぶことができる。でも離陸と着地はみんな大変。この人は大変だけどこの人は楽でした、なんてことはないでしょ。みんな大変。

でも、ちゃんと着地することがわかれば、本人もまわりも準備ができる。もうすぐ着地ですよ、と教えてあげることもできる。それが理解できると、バランスよくきれいに着地することもできる。だからゆっくり下降していることをわかってもらう。でもわかっているけどやっぱり不安だから、だれかに気持ちを聞いてもらいたい人もいますよね。話すことで少しでも楽になるのであれば、話してもいいと思う相手がいると思うことで少しでも楽になるのであれば、私はそこにいたいと思います。」

みなみ野病院の覚悟と寛容さ

玉置さんは「みなみ野病院は場を大切にしている」と言います。「場合によっては私のような存在は、医療者から煙たがられることもある。治療をするわけではないし。でも、みなみ野病院はドクターもナースも、わたしのような存在を認めて、患者さんや家族とお話することの効果을認めてくれている。それにはやっぱり柔軟性や

覚悟、寛容さが必要だと思う。みなみ野病院はそういう意味ではとてもオープンで革新的ですね。」

新しいことには、壁がたちはだかることが多いですが、永生会は常に新しいことにチャレンジしてきました。

緩和ケア病棟も新しいチャレンジです。これからも超高齢化社会にも対応すべく、永生会全体で地域とともに歩んでいきます。



玉置妙憂

長男のために看護師の資格を取得し、その後病院勤務。夫の看取りを経て仏教真言宗の僧侶として出家。TBS『グッとラック!』のレギュラーコメンテーターとして出演中。数々のメディアにも紹介され大反響を呼んでいる新書『死にゆく人の心に寄りそう〜医療と宗教の間のケア〜』(光文社)

みなみ野病院では週1回、看護師僧侶として活躍中。



第14回 永生会医学講座を 開催いたしました

12月6日第14回永生会医学講座をみなみ野病院で開催いたしました。今回のテーマは『在宅での自然な看取り～それを支えるもの、妨げるもの』

講師はみなみ野病院 緩和ケア病棟担当部長の吉本美和医師と看護師僧侶の玉置妙憂さんです。



実は現在の日本では、6割の方が自宅で最期を過ごすことを希望していますが、実際に自宅で亡くなる方は1割にも満たないという現状があります。大きな理由に、最初から「無理」とあきらめていることがあると言います。吉本医師によると、「家に帰りたい」と願っていても家族の希望により自宅よりも入院を優先し、自宅に帰れなかった男性のことが今でも心残りであると話されました。

看護師僧侶として活躍する玉置妙憂さんは実際にご主人を自宅で看取った経験をお話いただきました。

玉置さんのご主人はがんを再発された後、自宅で過ごすことを希望され、初めは治療してほしいと懇願していた玉置さんもお主人の希望を受け入れ、最期まで自宅で看病をしました。「あなたは看護師だからできたんでしょ」とよく言われるそうですが、家族の前では、看護師としての知識は全く役に立たなかったそうです。「なので誰でもできます。」と強調されていました。

また入院ではなく、自宅介護だからこそできたこと、入院だったらできなかったこと、もちろん自宅介護のみを強調するのではなく、そういう選択肢もあるということ、また、実際にあった不思議なお話などをお話していただきました。笑いあり、涙ありの素敵な時間となりました。



永生病院 認定栄養ケア・ステーション

「かかりつけ医を持ちましょう」というのは昨今よく聞く言葉ですが、「食のかかりつけ」として活動している管理栄養士がいることはご存じでしょうか。



永生病院は、八王子市で初の認定栄養ケア・ステーションを2019年4月に開設しました。私たちは病院の中で入院中の患者さまに栄養管理をおこなうだけでなく、ご自宅に訪問し入院前や退院後に栄養・食事相談(栄養指導)をしたり、勉強会や講演会を開催するなど、地域で顔の見える管理栄養士を目指し、切れ目のない食生活の支援をおこなっています。



11/17
東京デンタルフェス
に出展

在宅療養中の方で通院困難な方には 管理栄養士がご自宅にお伺いし、栄養食事指導をおこないます

※通院可能な方は永生クリニックにて栄養指導をおこなっています。主治医にご相談ください。

■ 訪問栄養食事指導を受けるには…

主治医から依頼をいただいて訪問を開始します。
主治医またはケアマネジャーにご相談ください。

■ 対象となる方

- ① 介護保険の要支援、要介護認定を受けている方、もしくは医療保険を利用している方で通院困難な方
- ② 治療のために特別な食事管理を必要とする方
※
上記両方の条件を満たしている方

※ 特別な食事管理の例

- ・糖尿病食
- ・腎臓病食
- ・肝臓病食
- ・脂質異常症食
- ・貧血食
- ・摂食、嚥下機能の低下
- ・低栄養状態
- ・がん など

＼ こんな悩みにおこたえします /

もちろん、他にも食に関する心配事があれば
解決できるよう取り組みます。

食事の準備
に負担を
感じている

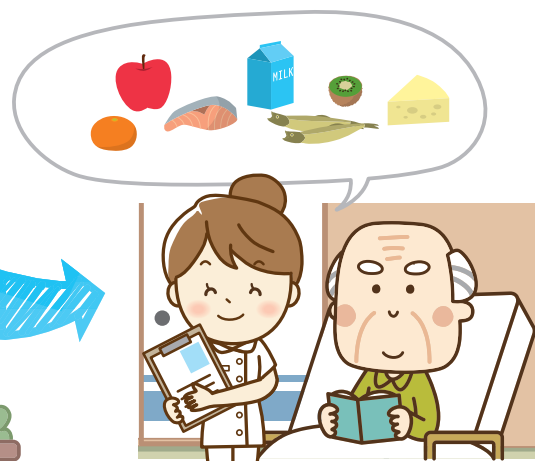
食べる量が
減った
やせてきた

献立や
調理法の
工夫を
知りたい

退院した後の
食事に
不安がある

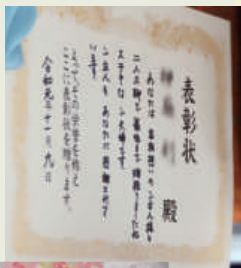
嚥みにくい
飲み込み
にくい

とろみ剤や
栄養補助食品の
選び方が
わからない





訪問看護ステーション ひばり



お久しぶりです。最近はいかがですか



うんうん、あの時はそうだったよね～
と思い出話に花が咲きます



訪問看護ステーションひばりの《偲ぶ会》は、この2年間くらいの間に亡くなられた訪問看護ステーションひばりの利用者さまのご家族のグリーフケアを目的にケアマネや主治医の先生方も交えて亡くなられた方を偲ぶご家族の会です。

スタッフお手製のケーキとお茶を飲みながら、故人の思い出を一緒に語ったり、故人の写真や動画を一緒に見たり、家族の労をねぎらったりと和やかな会になりました。



あんなこと、こんなことを思い出してはボロリ



辛かったことも大変だったことも今ではいい思い出です



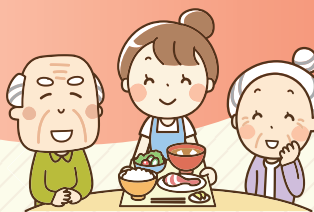
子どものころや若いころの写真を
ご家族に借りてムービーをつくり、
みんなで鑑賞しました



えんげたいそう

嚥下体操

運動する前には準備体操をするように、食べる前に嚥下体操を行うことで、食べることに関わる筋肉の動きが良くなり、安全に食べることに繋がります。また嚥下体操はリハビリとしても有効であり、無理のない範囲で日々行ってみましょう。



楽しく食べる！
おいしく食べる！

まずはリラックス



リラックスして椅子に深く座ります



おなかに手をあててゆっくり深呼吸します

首の体操



ゆっくりとうしろを振り返ります。左右ともおこなってください



耳が肩につくように、ゆっくりと首を左右にたおします



首を左右にゆっくりと一回ずつまわします

肩の体操



両手を頭の上にあげ、左右にゆっくりと下げます



肩をゆっくりあげてからストンと落とします

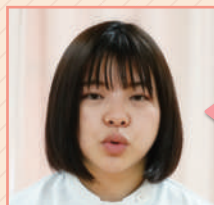


肩を前から後ろ、後ろから前へゆっくりまわします

口の体操



口を大きく開けたり、口を閉じて歯をしっかりとみ合わせたりを繰り返します



口をすぼめたり、横にひいたりします



頬の体操



頬をふくらませたり、すぼめたりします



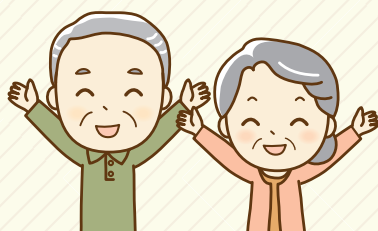
舌の体操



舌をべーっと出します



口の両端をなめます



おなかを押さえて咳払いをします

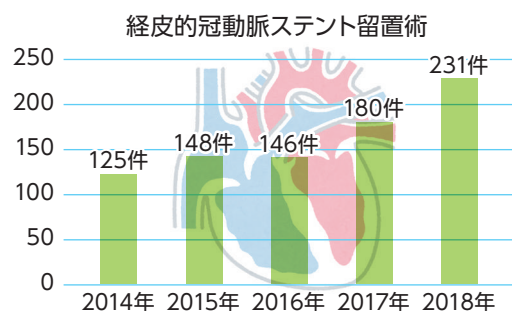


『パ・ピ・プ・ペ・ポ』
『パ・タ・カ・ラ』を、ゆっくり、はっきり、何度か繰り返します



鼻の下、あごの先をさわるように舌を動かします

南多摩病院 循環器内科



南多摩病院の循環器内科では、心筋梗塞や狭心症などの虚血性心疾患、心臓弁膜症、不整脈疾患、大動脈解離や閉塞性動脈硬化症などの動脈疾患、高血圧症やこれらに伴う心不全など幅広く循環器疾患を診療しています。

循環器内科は現在5人体制で診療しており、平日午前中に循環器初診枠を設け、紹介患者様の診療を行っています。また、急性疾患に関しては救急医と連携し、24時間体制で対応しています。当院では救急車の受け入れ件数増加と共に、緊急カテーテル治療の件数も増加しており、2018年は経皮的冠動脈形成術を231件行いました。他にもペースメーカー植込み術や下肢末梢動脈疾患のカテーテル治療も行なっております。

近年、心疾患以外にも慢性疾患などの問題を抱えた高齢の方が多くなってきており、内科を始めとした他の診療科や療養型病院、在宅医療などと連携を取りながら治療を行うことが求められています。当院の循環器内科ではこのような社会的需要に応えるべく、他科や同法人内外の、地域の病院やクリニックと連携を強めて、安心・安全な医療を提供できるよう、努めてまいります。



災害医療支援をおこないました



2019年9月の台風15号は、特に千葉県南房総に甚大な家屋被害と医療機能低下をもたらしました。南多摩病院からは全日本病院医療支援班 (AMAT) として、医師3名、看護師3名、救急救命士4名を病院救急車と共に富里市と館山市に派遣し、9月11日から14日まで救急外来・病棟業務支援、転院搬送支援、調整業務支援を行いました。

また10月には、台風19号の豪雨により、世田谷区内の病院に大量の水が流入しました。入院患者に食事を提供できなくなり、入院患者を別の病院へ搬送しなければならない時も迅速に被災地に赴き、他の災害医療チーム

と連携を取り、同日内にすべての入院患者を安全に転院搬送させる業務を支援しました。

南多摩病院は今後も病院救急車を活用した災害医療の取り組みを強化してまいります。



医療・介護を通じた街づくり・人づくり・思い出づくり

永生病院	〒193-0942	東京都八王子市梶田町583-15	☎ 042 (661) 4108
南多摩病院	〒193-0832	東京都八王子市散田町3-10-1	☎ 042 (663) 0111
みなみ野病院	〒192-0916	東京都八王子市みなみ野5-30-3	☎ 042 (632) 8118
永生クリニック	〒193-0942	東京都八王子市梶田町588-17	☎ 042 (661) 7780
クリニックO (ゼロ)	〒193-0943	東京都八王子市寺田町490	☎ 042 (666) 1556
クリニックグリーングラス	〒193-0835	東京都八王子市千人町4-12-3	☎ 042 (673) 5558

グループホーム

寿限無	〒193-0942	東京都八王子市梶田町590-4	☎ 042 (662) 6500
-----	-----------	-----------------	------------------

介護老人保健施設

イマジン	〒193-0942	東京都八王子市梶田町583-15	☎ 042 (662) 7000
マイウェイ四谷	〒160-0015	東京都新宿区大京町1-3	☎ 03 (3355) 0428
オネスティ南町田	〒194-0004	東京都町田市鶴間7-3-3	☎ 042 (788) 0373

訪問看護ステーション

とんぼ	〒192-0914	東京都八王子市片倉町440-2	☎ 042 (632) 6351
めだか	〒193-0942	東京都八王子市梶田町513-13-1A	☎ 042 (661) 5080
ひばり	〒193-0835	東京都八王子市千人町2-13-8-1F	☎ 042 (649) 6917
いるか	〒192-0364	東京都八王子市南大沢1-18-11-A103	☎ 042 (659) 2213
□ 笛	〒194-0004	東京都町田市鶴間7-3-3	☎ 042 (706) 8810

居宅介護支援事業所

ケアプランセンター えいせい	〒193-0942	東京都八王子市梶田町583-15	☎ 042 (662) 7020
居宅介護支援事業所 片倉	〒192-0914	東京都八王子市片倉町440-2	☎ 042 (632) 6335
ケアプランセンター ぴあの	〒194-0004	東京都町田市鶴間7-3-3	☎ 042 (706) 8808

八王子市高齢者あんしん相談センター

高齢者あんしん相談センター 片倉	〒192-0914	東京都八王子市片倉町440-2	☎ 042 (632) 6331
高齢者あんしん相談センター 寺田	〒193-0943	東京都八王子市寺田町137-1	☎ 042 (673) 6425

病児保育室

はる	〒193-0832	東京都八王子市散田町3-8-10 アーデルKSハイム1F	☎ 042 (663) 0111 (南多摩病院 代表)
----	-----------	---------------------------------	--------------------------------

訪問介護

在宅総合支援サービス (有) 十字会ケアステーション	〒193-0833	東京都八王子市めじろ台1-9-1	☎ 0120-537-0800
-------------------------------	-----------	------------------	-----------------

シャトルバス運行中!!



永生会ではシャトルバスを運行しております。
ぜひ、ご利用ください。

