



HOT
で

マルホンの スマイル



巻頭
特集

訪問診察について



医療法人イアリ
美原診療所 看護師
田村 絹代 様

みなさん こんにちは。
伊勢崎駅の南口にある医療法人イアリ美原診療所で、訪問診察の担当看護師をしている田村と申します。伊勢崎の医療を担い続ける当診療所は、1861年開院の、美原樹医師が

5代目にあたる歴史ある

診療所です。今年の3月に駅前区画整理事業のため新しい建物に生まれ変わりましたが、患者様に寄り添う姿勢は昔と変わりがなく、地域の“かかりつけ医”として、在宅療養支援診療所として24時間365日連絡の取れる体制で患者様を支援しています。

外来は内科・糖尿病内科・神経内科・脳神経外科があり、関連施設である美原記念病

院の医師も診察に来ています。

訪問診察は主に認知症や神経難病などの通院が困難な方を中心に現在約200名の患者様にご利用いただいています。また、患者様が望む場所での看取りにも対応しています。

今回、訪問診察の良い点と注意点についてご紹介いたします。訪問診察の良い点は、ご自宅や施設に居ながら医師の診察を受けられることです。使用している診療材料の種類によっては、胃瘻や気管カニューレも交換できます。また、病院での外来待ち時間が難しい認知症の患者様には、ご自宅や施設という、いつもの生活環境で診察ができるので、付き添うご家族の負担も軽減されます。

注意しなければならないことは、在宅での検査には限度があるため、精密検査は病院受診が必要になります。また、急な発熱や体調不良時の往診は、ご希望通りの時間にお伺いできないことや、主治医以外の医師の訪問になることもあります。通院が困難になってきたと感じたら、以上の良い点・注意点をふまえながら訪問診察も選択肢の一つとして考えてみてはいかがでしょうか。但し、訪問診察は厚生労働省の通知により、診療所から16km以内までと制限されています。訪問診察の利用範囲や利用方法など、気になることがございましたら、いつでもご相談ください。



移転新築された美原診療所様



いきいき

HOTさん

群馬県
高崎市

佐藤 巳喜夫 さん (86)

私が在宅酸素を使い始めるようになったのは、約15年前のことです。ある日、少し体調が悪いので病院へ行きました。そこでレントゲンや酸素濃度の測定をしたところ「いくらか肺気腫の傾向がみられる」と先生に告げられました。それから5年ほど病院にかかり「少し早いが酸素を使ってみないか」という先生の話がきっかけで在宅酸素を始めることにしましたが、その当時同じ様に在宅酸素を行っている方が周りにたくさんいて、初めは嫌だなという気持ちもありました。しかし、過去にも肺の病気ではないかと診断されたこともあり、早めに始めることにしました。それまではタバコを1日3箱も吸っていましたが、在宅酸素を始めるにあたり禁煙もしました。

家の前に畑があり、86歳になる今でも現役で畑仕事に精を出しています。カートを使ってポンペを運ぶのは作業の邪魔になるので、リュックタイプのバッグを背負ってトラクターやコンバインを使い田植えから稲刈りまで何でもやります。自動車



を運転することもあり、スーパーへ買い物に行くことは勿論のこと、今年の4月には講習を受けて免許の更新をしてきたばかりです。特にこれといった健康法があるわけではないですが、朝から表へ出て畑や田んぼの手入れをすることや暴飲暴食を控えること、無理をしすぎないことが元気に長生きする秘訣ではないでしょうか。

在宅酸素に関しては自宅にいながら病院と同じ治療ができ、今まで通りの生活が送れているので、考えようによっては命を救われたと思っています。もし、先生に酸素を勧められて始めようか悩んでいる方がいれば、ぜひ始めてみるべきです。私がこうやって昔のままの生活が送れるのは、自分なりに早く在宅酸素を使い始めたからであって、そういう意味ではありがたい存在です。



秋空のもと奥様と農作業

イラストでわかる！ “日常動作のコツ”

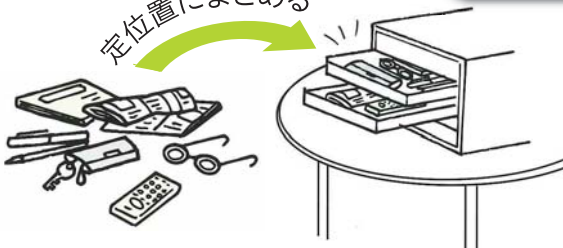


5. 掃除

日常生活で負担の大きい活動のひとつが掃除です。一度にやっつけてしまおうと思わず、体調をみながら少しずつ片付けるのが良いようです。

整理整頓

定位置にまとめる

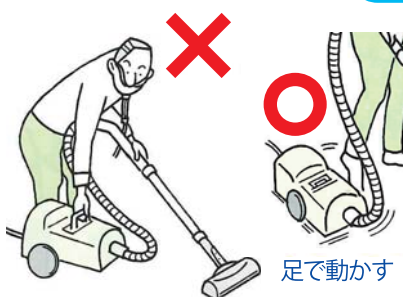


■使用頻度の高い物は置き場所を工夫しましょう。メガネやペン、印鑑などよく使う物は、手の届くところにケースに収納しておくことで少ない動作で済み、探しまわらずに済みます。また掃除の際に動かしたりする手間が省けて便利です。

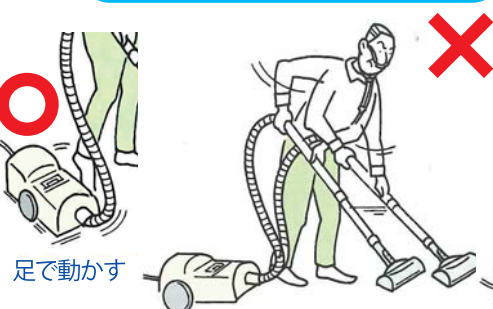
■立ったり座ったりする動作は息苦しさの元です。片付けの動作を、立ってするものと座ってするものにまとめましょう。



掃除機の取扱い



移動するときは
かがんで動かさない



手でかけると息苦しい



足を前後に開き、体重移動しながらかけるとラク

その他の工夫



■軽い力で動かせるハンディ掃除機や粘着ローラーを使いましょう。
■拭き掃除はモップを使うなど姿勢がかがまないように心がけましょう。

■一度に行うのではなく、計画的に少しずつ行うようにしましょう。

■それでも息苦しくて動けないときは無理せず、家族に代わってもらったり、社会的資源の活用を考えてみてください。



HOTの安全情報

■10月に太田営業所のボンベ倉庫が新しくなりました。太田では工業用や病院用のガスも保管していますが、こんどのボンベ倉庫では、在宅医療専用に1区画確保することができました。

この倉庫では、ボンベの大きさやバルブ（元弁）が多様化する中で、それぞれの在庫を一目で確認できるようになるほか、在庫量を大幅に増やせるので、太田でも災害用ボンベの備蓄ができるようになります。

2年前に新築した商品倉庫に続き、東毛及び近県の皆様に、より安心して療養生活をお過ごしいただけるよう万全のバックアップ体制の構築を目指しています。



一番手前が在宅医療用倉庫です



種類ごとに箱の色や形を変えています

Vol.25 頑張ってます！ HOTな社員

むらまつ たくみ
村松 拓実



血液型：O型

好きな食べ物：中華料理

苦手な食べ物：なし

欲しいもの：新しい車

こんにちは。中之条町出身の村松です。23歳でマルホンに入社し、西毛・中毛・北毛地区のボンベ配送業務を行い、まもなく2年が経過しようとしています。現在は西毛地区の配送を担当しています。

基本的にアウトドア派なので、休日には遠出をすることが多く、県外まで足を伸ばすことも少なくありません。以前神奈川県に住んでいたこともあり趣味でサーフ



ィンもしていましたが、海無し県の群馬ではなかなか機会がないので、何か新しい趣味を見つけようかと考えています。

今後もボンベ配送でお伺いすることがあると思いますが、皆様が安心して療養生活をお送りいただけるよう、ご不明な点、ご不安な点がございましたらいつでもご相談ください。よろしくお願い致します。

編集後記

◆最近、患者様のご家族に勧められて青汁を飲み始めました。苦い青汁も牛乳に入れて、蜂蜜を混ぜると意外に美味しいことを発見しました。（なお）

◆暑い夏が過ぎ去り、過ごしやすい季節となりました。気温の変化とともに体調を崩さないよう気を付けてください。（たくみ）

◆このたび編集委員を務めさせていただくことになりました。皆様に良い情報をお届けできるように頑張りたいと思います。（くろ）

◆先日、携帯電話をスマートフォンに変えました。便利なのですが使い方がなかなか分からず、毎日奥さんや娘に使い方を教えてもらっています（おか）

第25号

株式会社マルホン「HOTですまいる」編集委員会 発行責任者：鈴木武
2015年11月1日発行 前橋市問屋町2-16-11 TEL. 027-210-7222