

よりよいHOTライフのための広報誌

第29号



マルホンの

スマイル



巻頭
特集

あがつま

吾妻地域の医療・介護に携わって感じること



医療法人弥生会
吾妻さくら病院
医療連携室 室長
唐澤 竜太 様

吾妻地域もだんだんと葉が色づき秋の装いになりつつあります。吾妻さくら病院地域連携室で室長をしています唐澤と申します。常日頃より地域住民の皆様、関係各医療機関、介護福祉機関の皆様には大変お世話になっております。この場を借りてお礼とご挨拶させていただきます。

私は元々介護の世界に興味があり、介護福祉士を出発点に居宅の介護支援専門員、急性期病院の社会福祉士を経験し、平成27年から吾妻さくら病院で働いています。

吾妻さくら病院では、入院機関として医療療養病棟。介護入所施設として介護療養型医療施設。人工透析センター。訪問診療・訪問看護を有し、在宅から入院・介護施設まで一貫した医療・介護サービスを行っています。

私が所属する地域連携室では、当院を利用される方々が安心して生活できるよう、各医療・福祉に関する相談支援、医療機関や介護施設、行政機関との連絡調整。入院や在宅医療の相談等を行っています。少子高齢化や都市部への人口集中、過疎化等地域の問題が叫ばれる中、地域連携は患者様の生活を守る大きな役割を持っていると感じています。

患者様の生活を守るといっても私だけでは

何もできません。当院の医師を中心としたスタッフ、ケアマネージャーを始めとした在宅介護サービス事業所、医療機関、薬剤師等様々な機関がチームとして連携し、問題の一つ一つを解決・支援することで生活を支えています。酸素や医療器材を提供していただいている「マルホン」さんも大事なチームメイトです。当院では人工呼吸器使用患者様の療養も積極的に受け入れています。人工呼吸器は患者様の命を繋ぐ生命線です。マルホンさんには定期的に職員への使用説明・勉強会等を行ってくれるため、各職員が同じ知識を持って業務に当たることができます。又、トラブルにも迅速に対応してくれるためとても頼もしく思います。

これから医療・介護制度が日々変わり、利用する方のニーズも多様化していきます。我々もチームワークをより強固にして対応していくたいと思います。今後ともよろしくお願ひ致します。



吾妻さくら病院様(中之条町伊勢町 782-1)



いきいき HOTさん

埼玉県
本庄市

上原 清さん (75)

私が在宅酸素を使い始めて3年になります。最初は運動をしたり重いものを持ったりすると息切れがしました。体がだるいような感じで働くのが大変になりました。そんなことがあって、平成26年3月破裂性腹部大動脈瘤で伊勢崎市民病院に入院しました。約20日間ICU病棟にいて、それから1ヶ月間入院していました。ベッド上での生活で体力が落ち、起き上がるのにも人の力を借りるようでした。病院のケアマネージャーさんと相談してリハビリのため、美原記念病院に再入院しました。その時に息苦しく呼吸が困難になりました。

担当医の江熊先生に肺気腫と診断されました。ベッド上では病院の壁からの酸素を使用、リハビリの時は携帯用ポンベを使用しながら約1ヶ月間美原記念病院でリハビリをしまし

た。体力もついて携帯用ポンベを引いて病院の周りを歩くことができるようになり、退院できる程になりました。そのときマルホンの社員さんが病院と取引があり、在宅酸素療法を紹介されました。マルホンの社員さんが私の長男と相談して設置日を決め、1日でセットしてくれました。おかげで今では近場の買い物、病院、自分の身の回りのことはできるようになっています。

在宅酸素は延長コード、カニューラを家の中全部に間に合うようにセッティングしていただいています。

私にとって携帯ポンベがないと生活できません。現在は孫が家に来ることが一番の楽しみで、今は中学1年になりました。



亡き奥様と善光寺にお参り（平成元年）



お孫さんと（今年3月）

イラストでわかる! 「日常動作のコツ」



9まとめ

今回でこのコーナーは最終回になります。これまでたくさんご紹介してきましたが、ひとつでもお役に立てたら幸いです。今回は“日常動作のコツ”的要點をまとめてみました。

こんな動作は息苦しくなります

✗腕を挙げる動作

例:髪を洗う／上着の着脱
高い所の物をとる
洗濯物を干すなど



✗繰り返す動作

例:体を洗う
掃除機をかける
歯を磨くなど



✗息を止める動作

例:顔を洗う／排便
しゃべるなど



✗腹部を圧迫する動作

例:靴下やズボンをはく
うがいをするなど



息苦しい動作をするときの対応法

1 口すぼめ呼吸で動作する

口をすぼめてゆっくり息を吐きます。
(右の絵のようにします)



2 ゆっくりと大きな呼吸をする

3 息苦しい動作は、吐くときに合わせて開始する

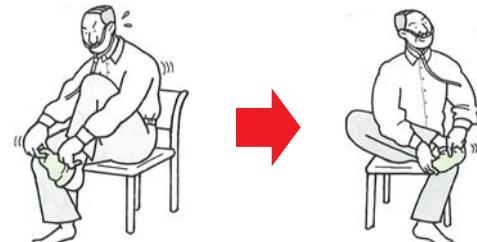
息を吐くときはエネルギーを使わないで、その分動作が楽にできます。

5 動作の途中で休憩を入れる

一気に動作するより、途中で休憩を入れた方が安静状態に回復するまでの時間が短くなり、結果的に早く息苦しさから開放されます。肺や心臓への負担も少なくなります。

4 無駄な動きを省き、動作の方法を変える

習慣や癖など、無駄な動作があるかもしれません。家族などに協力してもらい、効率のよい動作ができるよう、ときには思い切って動作方法を変えてみてはいかがでしょうか。



こんなふうに靴下をはいていたけど…

この姿勢の方が楽だ!

6 周りの環境を整える

たとえば布団の上げ下ろしが苦しかったらベッドにする。寝室が2階だったら1階に移す。

またポータブルトイレや風呂場を改修するなど介護保険を利用して、息苦しい動作をしなくて済むよう周囲の環境を整えましょう。



出典:「楽にできる!日常生活動作のコツ」帝人ファーマ(株)

HOTの安全情報

酸素による火災を防ぐために
資料 / 一般社団法人日本産業・医療ガス協会在宅部会

冬はすぐそこまで来ています。

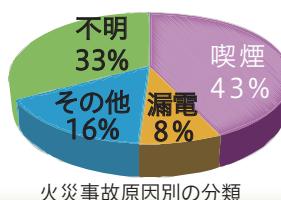
HOT療養者さまにとって、健康と暖房機器等に気遣う時期になりました。

そこで、マルホンからのお願いとして、火災についてお話しさせていただきます。

火災の原因は過去6年間の調査・集計によると喫煙、漏電、その他(ストーブ等)の順になっています。喫煙はご自身のやけどだけでなく、自宅の火災やご近所への迷惑となってしまいます。

酸素による火災を防ぐためには以下の点にご注意ください。

- ①健康のために、タバコをやめる
- ②酸素濃縮器、酸素ボンベ、液体酸素容器は2m以上火気から離す。
- ③液体酸素を親器から子器に移充填するときは火気から5m以上離す。
- ④カニューラ、携帯用ボンベ、延長チューブはもちろん、酸素吸入中は皆様自身が火気の直近に近寄らない。



皆様のご健康と安全、安心のお役に立てるようマルホン社員一同がんばります。

※「その他」にはストーブ、線香台所、ろうそく等が含まれます

Vol. 29 頑張ってます! HOTな社員

皆さん、こんにちは。加納亮一と申します。岐阜県出身、入社は昨年12月で、前職では医療機器商社の営業をしておりました。入社後は西毛地区のボンベ配送と内勤業務をさせていただき、10月より利根・沼田地区の営業をさせていただくこととなりました。諸先輩方からのご指導、ご協力をいただいて、悪戦苦闘しながら頑張っております。

趣味…と言えるような段階ではありませんが、入社後、先輩のお説いてゴルフを始めまし

かのうりょういち
加納亮一



血液型：AB型
好きな食べ物：肉・肉・肉！
苦手な食べ物：梅干し
欲しいもの：マイゴフセット

た。義父のゴルフセットを借り、スコア100を切る為、練習中です(何年かかる事か…)。

まだまだ学ぶ事ばかりで、ご迷惑をお掛けすることもあると思いますが、1日も早く仕事を身に付け、皆様の安心な生活のお手伝いが出来るよう努めてまいりますので、宜しくお願い致します。



編集後記

◆先日、フリーマーケットでアラジンストーブを購入しました。メンテナンスして、使えるようにしないと。(ささき)

◆5歳の息子の運動会を見に行ってきました。保育園の最後の年に金メダルをもらって大喜びしていました。(しみず)

◆今年は寒暖の差が激しく、「絶対風邪引くぞ」と常に思っていますが引きません。両親に感謝!ですね。(おかだ)

◆担当エリアは世界遺産の富岡製糸工場があります。時間のあるときにちょっと寄ってみたいと思います。もちろん休日にです。(すなが)