長野中央病院だより しなのき

VOL.13
2017.11.1

■発行人／山本　博昭　■編集／長野中央病院広報委員会

特集　緩和ケア病棟

がん患者さんの「辛さ」に寄り添い、様々な問題解決をチームでサポート

患者さんが「自分らしく生きる」、そのための環境づくりと信頼関係

NEWS & INFORMATION

わたしのまちのお医者さん

- 青豆診療所
- 降旗醫院

緩和ケア病棟にて

緩和ケア病棟

がん患者さんの「辛さ」に寄り添い、様々な問題解決をチームでサポート

当院の２階西病棟は、この７月１日から「緩和ケア病棟」として生まれ変わりました。「緩和ケア」という言葉を聞くと、がんの終末期の方を対象とした医療だと思われる方がまだまだ多いようです。しかし現代の「緩和ケア」の考え方は、進行したがん患者さんに対する看取りの医療という考え方から、「病気の時期」や「治療の場所」を問わず、様々な場面で切れ目なく提供される医療であると考えられるようになってきています。今回は、当院「緩和ケア病棟」の取り組みについてご紹介いたします。

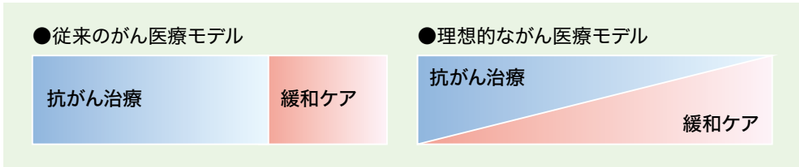
がん患者さんやご家族の様々な問題を解決するために

現代の「緩和ケア」とは、「生命を脅かす疾患にかかってしまったことで患者さんやご家族が直面する様々な問題に対して、それらを正確に評価して改善する取り組み」と定義されています。ただし現在の日本の医療制度では、今のところ「がん」が主な対象疾患となっています。がん患者さんは病気そのものによる痛みや呼吸苦、食欲不振をはじめとした身体的な症状の他に、今後の見通しに対する不安などの精神的な苦痛、仕事のことや経済的な不安などの社会的な苦痛、時には、今ここで生きていることの意味を見いだせないような苦痛を味わうこともあります。「ひとりの患者さんにこういった様々な苦痛（辛さ）が並存するので、主治医が一人でそれぞれのニーズに対応するのは不可能です。多数の専門職によるチーム医療が必要になります」と、緩和ケア病棟医長である松村医師は言います。緩和ケア病棟では医師や看護師だけではなく、薬剤師、社会福祉士、リハビリスタッフ、栄養士など様々な専門家が一人ひとりの患者さんに向き合います。

松村真生子 医師
緩和ケア病棟医長

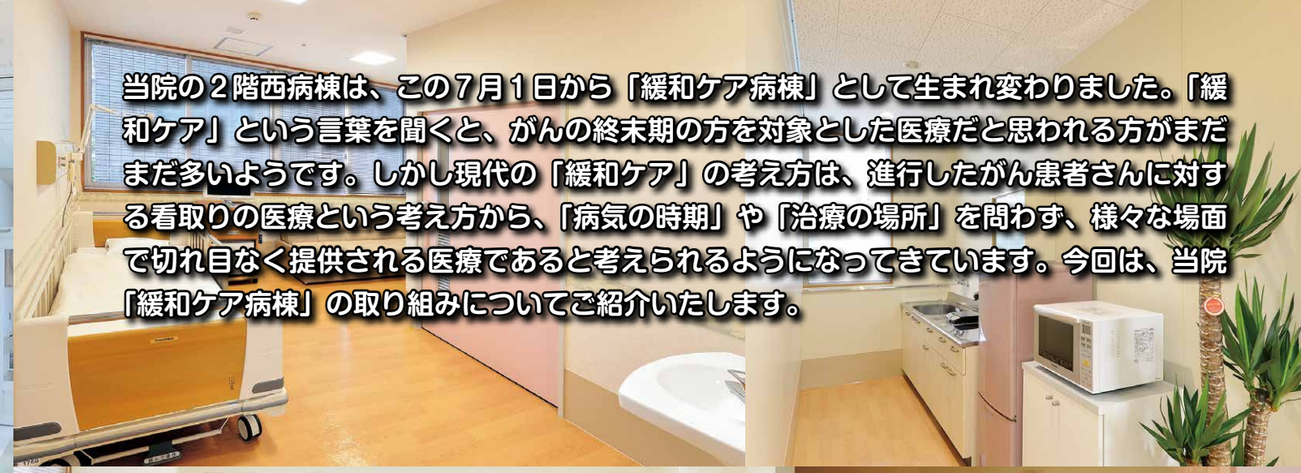
様々な場面で切れ目なく緩和ケアを受けられることが大切

患者さんの生活の維持・向上のためには「がん」と診断された時から、様々な場面で切れ目なく緩和ケアを受けられることが大切です。近年では緩和医療が早期から行われることが重要であると考えられるようになってきています。



新しい緩和ケア病棟は、2階西病棟です。個室8部屋、2床室2部屋の合計12床で、入院対象者は、「がん」という診断がされていて、かつケアが必要な方であれば、どのようなステージであっても入院できます。

「がんという病気は、その将来に大きな幅のある病気です。がんに出会ってしまったら、色々な可能性を視野に入れて、病気に臨んで欲しいと思います。その過程で何か困ったことが起ったら私たちのチームに相談していただけたらと思います。皆さんはどうしても抗がん治療と緩和ケアを切り離して考えてしまう傾向にあるようですが、２つの治療は常に同時に行われているべきものなのです。私たちはまだ若いチームですが皆さんの闘病生活にお役に立てることがきっとあると思います」と松村医師は言います。



学びと決意を携えて、緩和ケア病棟をスタート

わが国で緩和ケアという言葉が使われるようになったのはWHOが緩和ケアの国際的普及活動を行っていた 1990年前後と言われています。以降、医療保険による財政基盤が作られ、2007年にがん対策基本法※が施行されたのを機に、がん医療政策の重点課題として取り組まれるようになってきています。わが国にとっては緩和ケア自体、歴史の浅い分野なのです。「当院でも、毎年がんと診断されたり、治療を受けたりする患者さんが多数おられますが、当時の緩和ケアの実態は決して褒められたものではありませんでした」。

そんな中、松村医師は、苦痛の評価が適切にできなかった苦い経験をきっかけに勉強会を立ち上げ、毎週思いを同じくする多くのスタッフとともに４年以上その勉強会を続けてきました。「緩和ケア病棟の開設は、一緒に学んできたみんなの思いで作られた、新たなスタートラインです」と松村医師は熱く語ります。

※がん対策基本法
がん対策に関する、基本理念、国・自治体の責務、推進計画の策定や施策などを定めた法律。2016年12月、がん患者が尊厳を持って暮らせる社会をめざし、社会環境の整備を図ることなどが盛り込まれた改正法が成立した。

最終目標は、患者さんが自分らしく生きられること

当院の緩和ケアがめざすのは「患者さんが病気を持ちながらもその人らしく生きられること」です。当院の特徴のひとつは、抗がん治療を担当してきた主治医がそのまま緩和ケアチームの一員になることです。今までの経過をよく知る主治医がチームにいることは患者さんにとって大きなメリットとなります。もちろん、ほかの病院からの患者さんも受入れ、その場合は松村医師が主治医として責任を持って担当します。「緩和ケアは『がん』に限った考え方ではありません。今後の目標は病院全体、もっと言えばこの病院を支えてくださる全ての方々に緩和ケアの正しい知識を配信すること、この病院の医療全体が緩和ケアの視点を持ったものになっていくことです」。

スタートしたばかりの緩和ケア病棟。患者さんが自分らしく頑張れるように、スタッフの視線はいつも患者さんへ、そして可能性ある未来へ注がれています。

緩和ケア病棟のスタッフ

患者さんが「自分らしく生きる」、そのための環境づくりと信頼関係

緩和ケアは様々な専門家によるチーム医療ですが、なかでも看護師が果たす役割はとても重要です。「患者さんが自分らしく生きる」を実現するために、まずは、患者さんが「何を望んでいるのか」知る必要があります。でも、人間はそう簡単に自分の心を語りたがりません。信頼して心を開いている人以外には…。飯塚師長に、緩和ケア病棟における現場のお話を聞きました。

自宅でくつろいでいるようなアットホームな環境づくり

緩和ケア病棟には、一般病棟にはない、いくつかの特徴があります。まず目に飛び込むのは、大型ディスプレイと大きなソファー。まるでリビングルームのような落ち着いた雰囲気です。家に居る時のようにゆっくりくつろいでいただけるように。その他、患者さんが食べたいものをご家族の方に作っていただいたり、家から持ってきたものを温めて食べていただくための家族用のミニキッチンがあります。家族控え室は、気兼ねなく泊まっていただけるように寝具も用意されています。病室以外に、このような家庭的な共用スペースがあります。また、各病室には「リンドウ」「ミズバショウ」「ナデシコ」等の花の名前がつけられています。さらにナースステーションのカウンターからは、ほのかにアロマの香りが漂い、患者さんが心身ともにリラックスできるよう病棟の隅々にまで温かな配慮がされています。

各病室につけられた愛称

個性を尊重して、多彩なお楽しみ企画をカタチに

ハード面とともに、ソフト面も充実していています。たとえば、元料理人だった患者さんがミニキッチンを使ってだし巻き卵をつくり、みんなに食べていただいたり。定例の茶話会を開いて、みんなで気軽にお茶を飲んだり談話したり。七夕イベントでコーラスを聴きながら、かき氷を楽しんだり。患者さんやご家族の希望を取入れながら、みんなが喜んで参加できるような行事を企画しています。食や文化の楽しみは、患者さんの生き甲斐にも通じます。

飯塚栄子
看護師長

ケアをしながら静かにそばに寄り添う

現在、看護師は16人。交代勤務で24時間、患者さんに対応しています。飯塚師長は緩和ケアの看護について、「お部屋に一緒にいる時間を多くとるようにしています。『いつでもそばにいますよ』という姿勢で…」と言います。看護師が忙しそうにしていると、患者さんは遠慮して話をしてくれません。患者さんが過ごす時間に看護師が合わせていくことが大切。「お話を聞きだそう聞きだそうではなく、そういう自然な時間の流れの中で、自然にお話ができればいいな、と思っています」。患者さんが心を開いてお話をしてくれることで、本当の痛みやご家族への想いがわかります。「患者さんがどのように生きたいのかを聞いて、チームみんなが力を集めてその願いを実現する。私たちは患者さんと一緒に喜び合いたいんです。患者さんの満足が自分たちの満足につながっていくと思うから…」。飯塚師長は緩和ケア病棟の看護師の在り方をそう語ってくれました。

※緩和ケア病棟では、ご見学の希望を受付けておりますので、いつでもお気軽にお問い合わせください。

スタッフ紹介

管理栄養士　千野 辰也

患者さんが「食」を通して満足感を得られるように支援することが役割にあります。具体的には嗜好面や食に対する思いを確認し、状態に合わせた食事内容の提案をしています。また、食に関することを知るのは必ずしも栄養士とは限りません。そのため、他職種とも情報を共有し口から食べる支援をしています。退院に際しても患者さん、ご家族へ在宅において安心して過ごしていただけるように食事についてアドバイスを行っています。

理学療法士　柳澤 純子

一番の役割は現在の身体機能・日常生活動作の維持が挙げられます。運動はもちろんですが、現在の身体機能でどこまで動けるのか、何か物品を使用すれば出来るのか、介助が必要なのか、どの位の介助が必要なのかを判断しチームで共有し、一丸となって患者さんの生活の支援をしています。

在宅復帰の際には、家屋状況から必要なリハビリ、介助指導や介護用品の選定なども行い患者さんもご家族も安心して家に帰ることが出来るように支援しています。

薬剤師　木下 貴司

薬剤師の役割は、つらさを緩和するための最良の薬物治療が提供できるように支援することです。他職種と情報共有をし、患者さん個々に合わせた薬の提案をしています。また、患者さんやご家族に薬の説明を行うことも大切な役目です。緩和ケアでは症状を和らげるために様々な薬を使用することがあるため、薬の使い方を伝えるだけでなく、薬に対する不安など、患者さんの気持ちに寄り添えるように心がけています。

医療ソーシャルワーカー　長谷川 千明

医療ソーシャルワーカー（社会福祉士）は、患者さんやご家族の心理・社会的な問題に対し、あらゆる社会資源を用いて気持ちや暮らしを支える、相談援助職です。終末期における相談には、療養場所の選択、医療費不安、介護負担、看取り、葬儀、遺族の生活設計など、深刻な問題が様々ありますが、気持ちの理解に努めながら、チームで協力しあって、最後まで人としての尊厳を大切に出来るよう、支援をさせていただいています。

News

長野中央病院で開催した行事やイベントをご紹介します。

2017 6

6月23日
上原昭浩技術部長 厚生労働大臣表彰

2017 7

7月1日
２階西病棟（緩和ケア）開設
7月2日
ＩＣＬＳ講習会
7月4日
長野吉田高校病院見学
7月12日
ベトナム日本語学校学生 院内見学
7月16日
りんどう会 日帰り研修旅行（糖尿病患者会）
7月22日
たんぽぽの会 学習会・総会（乳がん患者会）
7月25日
市立長野高校
病院見学
7月27日、8月1･4日
高校生1日
看護師体験

2017 8

8月1日
２階西病棟 七夕行事
8月3日
５階病棟（回復期リハビリ）七夕祭
8月3･8･10･17･22日
高校生1日医師体験
8月11日
北信域研修医合同勉強会
8月17日
3Dマンモグラフィ装置導入
8月18日
長野市救急隊×長野中央病院 合同救急症例検討会
8月29日
長野朝日放送「信州がんプロジェクト ハートフルメッセージ」２階西病棟紹介

2017 9

9月14日
糖尿病教室
9月27日
感染学習会
「松本協立病院の感染対策の実際」

2017 10

10月22日
2017年病院祭「ささえあい祭り」

Pick Up!

8月11日 アゴニスト開催!!

北信域研修医合同勉強会、通称Agonists（All Generalist Open network of Nagano area Interesting Step up Training Seminar）が8月11日（金）に長野中央病院主催で開催されました。この会は４年程前に地域の研修医の教育の場を共有し合おうということで立ち上げを行いました。

今回は、奄美大島から徳洲会奄美ブロック総合診療研修センター長 平島修先生を招いて開催いたしました。テーマは「長野フィジカルクラブ」ということで、身体診察の学びを深める機会となりました。参加者は、北信の研修医のみならず、県内外の医師・医学生にも広がり、総勢40人以上で盛り上がることが出来ました。

講師の平島先生からは、「身体診察は患者とのコミュニケーション（信頼）を築いていく上でも大切。地域住民の声をいかにして聞いていくのか、地域にいかに出ていくのかが医療の原点である」と3時間休憩も入れず、熱いオーラを切らすことなく語りきってもらいました。

身体診察の様子

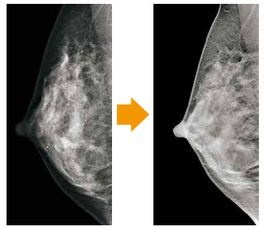
集合写真

6月23日 当院技術部長が【厚生労働大臣表彰】を受賞

当院の上原昭浩技術部長（臨床検査技師）が、「臨床検査業務功労者厚生労働大臣表彰」を受けました。この賞は、臨床検査の普及発展に顕著に貢献した臨床検査技師に贈られるもので、臨床検査業務に関連した学術業績と長年にわたる国民医療の向上発展に寄与した功績が高く評価されました。1983年に表彰制度が発足して以来、県内で９例目、民間病院の職員としては初の受賞となりました。

8月17日 より鮮明に！ 3Dマンモグラフィ導入!!

8月17日（木）、新たにSIEMENS社製MAMMOMAT Inspirationが導入されました。新しい装置はX線を電気信号に変換させて画像化できるフラットパネルディテクタとトモシンセシスと呼ばれる技術が搭載されました。トモシンセシスは低線量の放射線を使用し多数回撮影を行い、得られた３次元画像データを再構成して１mm厚の画像を作成します。従来のマンモグラフィ（２Dマンモグラフィ）では重なって写る乳腺組織を分離して観察することができ、乳がんをはじめとする疾患の発見に、より有用となりました。



従来のマンモグラフィ　3D写真（1㎜厚）

職場紹介　いつでも患者さんの立場にたった医療を

当院放射線科は、総勢18人の診療放射線技師で構成され、CT、MRIをはじめ診療に欠かせない検査をはじめ、心臓カテーテル検査などの血管造影や整形外科手術など、その業務内容は幅広いものになっています。ここ数年、診断画像に求められるものが以前に比べ多くなり（３D画像やより詳細な画像など）、それに伴い３T（テスラ）MRIや64列マルチスライスCTへの更新や、最近ではマンモグラフィ装置（乳房撮影装置）の更新を実現し、より質の高い画像を皆様に提供できるようになりました。一方で、検査の複雑化などによって患者さん本人またはご家族が検査に対する不安や疑問を多く抱いていらっしゃいます。当科では昨年より、受付や各検査室待合などにその装置（検査室）の特徴的な検査の説明や画像を掲示し、少しでも患者さんの不安や疑問を解消してもらえるよう取り組んでおります。是非一度ご覧いただき感想をお聞かせください。私たちの業務は患者さんの協力がないと成り立たないと言っても過言ではありません。たとえば、撮影の際、息を止めてもらうことや、つらい撮影体位を保持してもらうことなどは、まさに患者さんの協力が必要となります。丁寧な検査説明や、またどのようにすれば患者さんに協力してもらえるか、患者さんの立場に立った説明方法や検査の工夫をするのも我々診療放射線技師の重要な役割です。

私たちが患者さんと接する時間はおよそ数分で大変短いです。その限られた時間で、いつでも患者さんの立場にたった医療を提供できるようこれからも日々研鑽していきます。

放射線科 科長　荒井巧

わたしのまちのお医者さん

このコーナーでは日ごろ連携させていただいている医療機関を紹介します。

青豆診療所

院長
古澤 武彦 先生

当院は平成29年6月1日に開院いたしました。できたてほやほやであります。

私はその昔、心臓血管外科をまことに一生懸命やっておりました。平成16年に母を交通事故で亡くし、思うところあって平成17年から長野赤十字病院の救急部長になりました。そこでは指を切った、風邪をひいた、骨を折った、心臓が止まったなど、いろんな患者さんの治療をしてきました。

平成22年から自殺の患者さんを救急科で診ることになりました。年間130例以上の入院があり、最初は大いに困惑いたしました。必要に迫られ、精神科の勉強を始めたのですが、ある精神科医の一言にショックをうけました。

「うつ病の始まりは不眠や食欲不振や痛みであり、これはからだの症状である」。

私は、「誰か精神科と身体科の真ん中にいてくれれば、医者も患者もたすかるなあ」と思いました。そんな事を考えていた平成27年、癌を患った父を家で看取りました。父のわがままは聞きましたが、不安を聞いてあげたか、よりそったかには自信がなく、反省がのこりました。

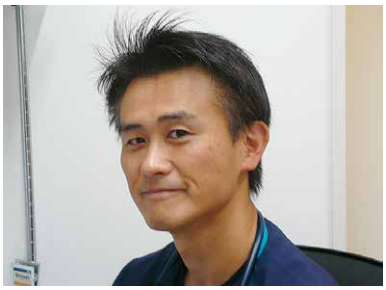
父も母もいなくなり、「もう親孝行ができなくなった」と考えたとき、ふと「自分が、からだとこころの間の医者になろう」と思いました。精神科医のトレーニングを長野日赤で始め、平成28年4月から上田市の千曲荘病院に勤務しました。

まとめますと、心臓外科医が救急医療を経て精神科も診るようになったということであります。

具合の悪い方は、まずはご相談ください。

青豆診療所
- ●診療科目／内科・心療内科
- ●所在地／長野市吉田5丁目23番11-2号
- ●TEL／026-263-5523　※初診の方はまずお電話ください
- ●診療時間／【平日】午前9:00～12:00、午後2:30～6:00
  【土曜】午前9:00～午後1:00
- ●休診／木曜、土曜の午後、日曜、祝日

降旗醫院



院長
降旗 兼行 先生

エムウェーブ近くの風間にて昨年6月に開業しました。“降旗醫院”が読めない、“何屋なのかわからない”とご質問をうけます。そのため読み方を書かせていただきますと“ふりはたいいん”で、内科の診療所であります。院長の“ふりはた”です。

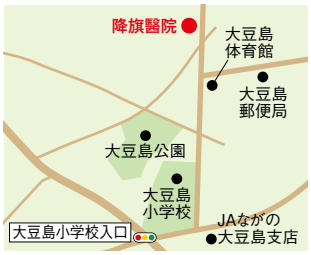
高血圧、糖尿病といった生活習慣病の診療、健診、ワクチン接種などを行っております。専門は、呼吸器内科です。アレルギー学会の内科領域専門医でもあることから気管支喘息の患者さんを多くみております。せきが長引くといった方は、ご相談くださればと思います。

高齢化が進み、多くの疾患をもたれている方が増えてきていると感じます。一臓器だけではなく全体的にみるということ、また患者さん個人だけではなくとりまく家族、環境にも思いを巡らすことが重要と考え、前職の病院では総合診療科というところでも働かせていただきました。その経験を活かし、患者さんの助けになれればと思っております。

院内の設備としては、血液検査、尿検査、心電図、胸部レントゲン、肺機能検査、腹部超音波、骨密度測定が可能であります。脂質異常症、血糖などにつきましてはその場で結果をお伝えできますので、病状に即した治療ができると考えております。

また診療所の大事な役割のひとつは適切なタイミングで大きい病院へ紹介できることだと思っております。必要な際にはすみやかに長野中央病院の先生方にもお願いしたいと思っております。

まだまだ開院してまもない診療所です。それでも患者さんの力になれるよう努力したい気持ちは人一倍と思っております。ぜひ、よろしくお願いいたします。



降旗醫院
- ●診療科目／内科・呼吸器内科・アレルギー科
- ●所在地／長野市風間249-1
- ●TEL／026-213-7731
- ●診療時間／【平日】午前8:30～12:00、午後2:30～6:00
  【土曜】午前8:30～12:00
- ●休診／水曜、土曜の午後、日曜、祝日

Japan Council for Quality Health Care
日本医療機能評価機構
認定第 JC424 号

長野医療生活協同組合
長野中央病院
〒380-0814 長野市西鶴賀町 1570
TEL.026-234-3211　FAX.026-234-1493
http://www.nagano-chuo-hospital.jp/

看護師募集しています

パートタイム希望の方も歓迎します。
時間・曜日などご相談に応じますので、
お問い合わせください。
TEL:026-234-3307(代表)
担当:水井千加子・水越亜樹