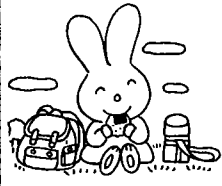


# たんぽぽ

兵庫県養父郡養父町堀畑八二番地の二六  
森 医 院  
〒670-0226 電話0796551023



## 母と暮らす 院長

19の春に進学のため故郷を離れ、母と別れを告げてかれこれ35年。再び母と一緒に暮らせるようになろうとは思いませんでした。

90歳にもなろうというのに、独居生活を楽しんでいた母であったが、あの阪神大震災で被災した。そのため心身ともにめっきり弱ってしまい、長男との同居を余儀なくされたが、不幸な事故が起こり、以後寝たきりになってしまった。それで7人の子供たちによる看病と介護が始まった。要介護度5の認定も受けられ介護保険を利用しながら神戸で3年間在宅介護を続けてきたが、引き継ぎ私たちが夫婦で在宅介護を引き継ぐこととなり、今春より但馬で母を迎えての生活が始まった。

眠っている母の顔を見て、ると幼少の頃、着物のたもとをしゃかりつかみ買物について行ったこと、あんな出される。不自由な体になったとはいえ、あの頃の面影が今も凛として残っていることが誇らしい。いまは嚥下困難のため経管栄養のチューブが入っている。環境の変化にもついて行けず、発熱・床ずれを繰り返す。四肢の関節拘縮が悪化してきたため、日に6回行うおむつ交換・清拭時、関節を動かすと痛みが増すらしく、さらに力がはいるため、もうそれは女房と二人で母と格闘しているようだ。介護の主役は女房である。日に4回の栄養注入やおむつ交換、褥瘡予防の体位変換、保清、痰の吸引、居住環境

整備などどれも欠かせない。私は朝に弱いので朝5時のおむつ交換だけは女房任せになってしまふのが申し訳ない。但馬でも介護保険の利用をしている。月・火・水・木とヘルパーさんによる訪問介護を受け、金曜はデイサービスで入浴させていただく日課である。土曜は訪問診療、訪問看護の日。日曜日は自宅で女房と二人でポータブル浴槽に入浴させるが、これは重労働である。また月に一度は約一週間ショートステイを利用する。最近では但馬の空気に慣れたのか、母の表情は穏やかで気持ちよさそうにじっと見つめてくれるようになった。

介護保険が始まった頃は、このショートステイが利用しにくく、また施設側も利用者が少ないが、困っていた。昨年の制度改正により改善したが、今後は利用しようにもアキが少なく希望するようになって困っている。とくに介護する人の急病や事情で緊急にショートステイさせる必要ができたときなどはアキを採るのに苦労するという。まだまだ多くの問題を抱える介護保険制度であるが、ケアマネジャー・ヘルパー・訪問看護師・施設職員など制度にかかわる人たちが、寝たきり老人・痴呆老人を抱える介護者の苦勞を共有できるように心がけていたいただきたい。利用者立場を理解し血の通った介護事業を行うことにより、この制度をさらに改善し日本にしっかりと定着することを望んでやまない。

## お願い



森医院では血液検査の結果とお薬の説明書をコピーし、患者の首根にお出しています。お家でゆっくり見ていただきましたら、その後大切に保管して下さい。例えば健康手帳にはさんでおくとか保険証と一緒に袋に入れておくなど……。

他の病院(医院)を受診される場合は、必ず持参して提示していただきたいと思っております。

雪きこえて  
うぐいすの声  
春をよぶ

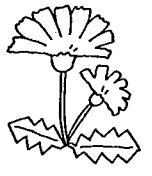
ふ々に  
若葉繁ま  
夏間近か

お水あひの  
ホックス

## テレビサ-ビス

0796(55)0151

- 〈4月のテーマ〉
- 月曜日 うちの子、風邪にかかりやすいのはなぜ?
  - 火曜日 歯垢と歯石
  - 水曜日 高血圧と上手につきあうために
  - 木曜日 予防接種を受けるときの注意
  - 金土日 寝ちがいにについて
- 〈5月のテーマ〉
- 月曜日 増加する卵巣癌
  - 火曜日 虫歯とフッ素
  - 水曜日 胸やけのはなし
  - 木曜日 老人性痴呆症のはじまり
  - 金土日 電磁波が体に与える影響



# 前立腺がん



前立腺は、男性だけがもっている臓器です。

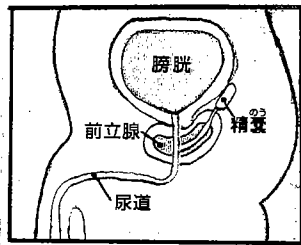
前立腺がんは老化により、性ホルモンのバランスがくずれたり、環境や食生活など種々の要因が加わって発生する病気とされています。

前立腺がんはもともと欧米に多く、日本では欧米の10分の1から20分の1といわれ発生率の低いがんでしたが、最近日本でも前立腺がんが急増しています。

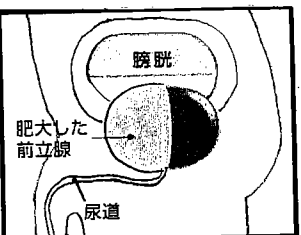
## ◆◆◆ がん と 肥大症 の ちが い ◆◆◆

	前立腺がん	前立腺肥大症
発生部位	主に前立腺の外腺	前立腺の内腺
病理像	悪性腫瘍(がん)	良性腫瘍
発生因子	ホルモン依存性	あり
	年齢	比較的高齢者
環境因子	食生活、生活習慣などが関係する。人種、国などにより発生率に差がある。	食生活や生活習慣との関わりは、がんほど強くない。
	症状	初期: 無症状 排尿障害 膀胱刺激症状 進行期: 血尿、腰痛
転移	する	しない
PSA検査	陽性	陰性

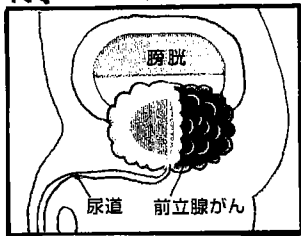
## 正常



## 前立腺肥大



## 前立腺がん



◆ 50歳を過ぎて排尿に異常を感じたら、すぐに医師の診察と検査を受けましょう。

# 花粉症 って何だ？



花粉症とは、スギなどの花粉によって起こる眼や鼻のアレルギーです。普通の人なら異物(花粉)が体に入っても簡単に処理してしまうのに、体が大騒ぎしてしまうのがアレルギー病です。その結果くしゃみ、鼻水、鼻づまり、眼のかゆみなどの症状が出現します。

## 花粉症を克服する5つのステップ

- ① お医者さんに診てもらいましょう  
症状が出たら何が原因なのかを医師に調べてもらいましょう。
- ② 正しい治療を受けよう  
原因がわかったら、次は治療です。症状や、体質に合わせた治療が始まります。
- ③ 医師や薬剤師の説明をよく聞くことも大切です  
薬を飲むと眠くなるとか症状がなかなか改善しないといったことは、医師と相談しましょう。
- ④ 花粉症の治療は続けることが肝腎  
症状が治まってきたから、といって治療を怠ると花粉症は再びあなたを襲いかねません。また、すぐ治らないからと通院をやめてしまえば、いつまでも花粉症に悩まされることとなります。根気よく、治療を続けましょう。
- ⑤ 生活の中で花粉症を重くしない工夫を  
マスクやメガネを着用するなどして、花粉症を軽くする工夫をしましょう。



## 編集後記

暖かいよ風と春のにおいを感じるようになりました。何だかびうきうき、外へ散歩に出かけたくなりますね。ふれあいボックスへのお手紙等お待ちしております！

