

たんぽぽ

2001年10月65号
第 101 号
森 医 院
〒570-0265 大阪府堺市東区八幡の宮
森 医 院
〒570-0265 大阪府堺市東区八幡の宮

早いもので2001年も残すところあと僅かになった。

残念ながら今年はいくさんの患者さんを失ってしまいましたが、なかでも癌で亡くなられた方が多かった。平均寿命が延び80代・90代でも農業に興味にと活躍されている高齢者をよく知っている。一方で壮年期のガン死が不気味に増加していることも感じる。50代と70代で一生を終えるにはまだまだ早過ぎる。癌と闘ってお亡くなりになった8名の患者さんをご紹介し、この1年を振り返ってみたい。

① Sさんは4年前から肝臓癌と闘ってきた。しかし家族を守るため仕事も休まずに働いた。入院を嫌い、最後まで在宅での治療を求められた。終末期になると在宅では激しい痛みを抑えることが出来ず、結局最期の2週間だけは病院の緩和ケアに入院していただいた。家族より安らかな臨終であったと聞く。

② Kさんは約10年前、妻を病で亡くした。その後は一人で畑を耕し、近所の田植えや稲刈りも引き受けていた。今から3年前、大腸癌の手術を受けた。この春は田植えまでやって見せたが、残念なことに腹膜への癌転移がおこり、秋の稲刈りを気にしながらの最期であった。

③ Hさんは約2年前、偶然に肺癌が見つかった。何度も苦しい治療を受けていたが、その甲斐もなく再発した。今年に入り呼吸困難も強くなり、在宅での酸素吸入や麻薬鎮痛剤が必要となった。終末は家族に見守られながらの安らかな最期であった。

④ Oさんは約1年前、早期癌との診断を受け肺癌切除術を受けていただいた。しかし3ヶ月前に脊椎骨に癌の転移が見つかり、還らぬ人となってしまった。

⑤ Mさんは3年前、直腸肉腫という稀な病気を告げられ手術を受けたが、1年後に局所再発をした。何度も再手術を受けたが、激しい痛みと自由のきかない病院生活に見切りをつけ、在宅での緩和ケアを求めて来院された。3年前の闘病生活が始まったころよりずっと奥さんの献身的な介護を受けていた。私は数ヶ月という短い期間であったが、主治医をさせていただき最期を看取った。

彼は、自分の病気のすべてを悟っていた。だから次々起こる症状(癌性疼痛・尿閉・腹水・麻薬の副作用・意識障害など)へも理解を示され、治療へも協力いただいた。覚悟を決めた立派な最期であった。

⑥ Yさんは、何年も患っていた白血病の末きょうやく見送ることが出来た。しかしその後、自身の病状が急速に悪化し、

3カ月後に夫のあとを追うように膵臓癌で亡くなられた。⑦ Aさんは、昨年8月、夏バテで食事が出来ないと言って来院された。精査をすると約1cmの膵臓癌が見つかり、すぐ手術を受けていただいたが、残念ながら根治術が出来なかった。歴史的猛暑といわれた今夏を在宅緩和ケアで乗り切った。最期は嫁いだ娘さんや家族による徹夜の看護を受けながら、住み慣れた居間で息を引き取った。⑧ Sさんは4年前胆管細胞癌で肝臓切除術を受け完治したと思われていたが、残念にも今年再発が確認された。病院で最期を迎えたが、この方も数カ月前に妻を癌で亡くしたばかりであった。

心の支えがいかに大切かがわかるが、これらの8名の患者さんに共通することは、長年住み慣れた自宅での最後の生活を含んだこと。しかし患者さんがいくら望んでも、家族の介護力が十分でなかったり、連携のとれる医院がなかったり、住環境などが揃わなかったり、疼痛のコントロールが不能になったりした場合は、在宅ホスピスを続けることは出来ない。在宅での末期癌緩和ケアは在宅ホスピスとも呼ばれる。それは末期癌患者さんの身体的・精神的苦痛を和らげることを治療目標にし、決して延命を目的とするものではない。在宅ホスピスの基本は癌の告知から始まるといわれるが、私はそれをあまり重視していない。患者さんから聞かれれば癌であることを告知するが、殆どの患者さんは治療経過中、自然に悟れることが多いからである。近年、副作用の少ない麻薬鎮痛剤が開発され、癌の疼痛コントロールがやりやすくなった。またモルヒネなどの取り扱い方法も御上からの規制が簡便となったため、ほとんどの末期癌は在宅で治療可能になった。一番厄介なのは癌悪液質といわれる栄養不良状態である。癌から放出される物質によって食欲が低下するのである。マシドールという食欲を低下させる薬がある。肥満の患者さんは、初めは痩せようと頑張るが、服薬していただけたら、そのうち先生もつやがなくなり、最近では殺伐とした楽しいことの少ない世の中である。食べることが楽しい楽しかったのに、食欲がなくなる事がこんなに気持ち悪くさせるとは思わなかった。末期の患者さんと同じである。それに栄養状態が悪くなると肺炎・尿路感染・消化管出血・褥瘡などを合併し、苦痛をさらに増幅させる。この点でも家族の協力が大切で、末期癌患者さんがおおいしく食べられるよう調理方を工夫していただく。最後は輸液という方法もあるが、延命をしたためにかえって患者さんの苦痛を引き伸ばすことがある。点滴は慎重に扱わなければならない。

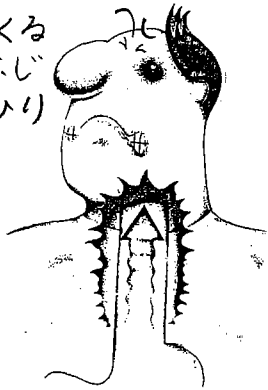
もし私が末期癌だと告知されたら躊躇なく在宅ホスピスを選びたい。だがもしそうだった時、今でも女房の料理に不満を言っている私はいったい何を食べればいいのか？ 院長

逆流性食道炎

胃液(酸)が食道へ逆流する為に起こると考えられる。

<症状>

1. 胸やけ
じりじり・いがいが・やけるよう
胸が熱い・胸が重い
2. 酸っぱいものがあがってくる
食べ物がノドにつまった感じ
ノドがいがいが・ひりひり
げっぷ・しつこい咳

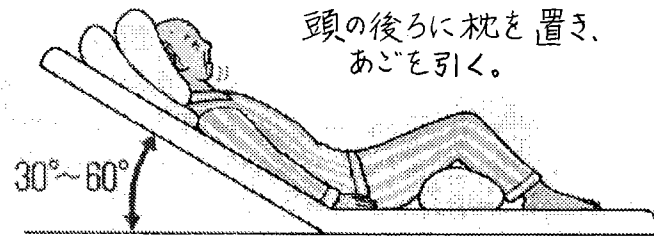


<起こりやすい要因>

1. 食事の後すぐ横になった時
2. 前かがみの姿勢

<防ぐ方法>

1. 食後30分以内は横にならない
2. 食べ過ぎや、飲み過ぎをしない
3. 油っこい食べ物は控える
4. 前かがみの作業は避ける
5. 寝る時は上半身を少し起こすようにする。



頭の後ろに枕を置き、あごを引く。

おかしいなと思ったら医師の診察を受けて下さい

睡眠時無呼吸症候群

高血圧症・狭心症・頭痛などの原因として、睡眠時の無呼吸が注目されています。また日中の激しい眠気や、居眠りなども睡眠時無呼吸により引き起こされていることも知られています。

あなたは大丈夫? チェックリスト

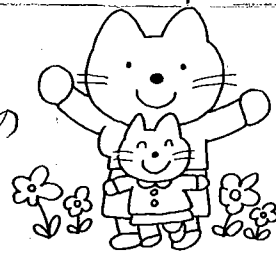
<p>①毎晩、大きな激しいびきをかきますか?</p> <p>YES・NO</p>	<p>②睡眠中に、「呼吸が苦しそうだ」あるいは「呼吸が止まっている」と指摘されたことがありますか?</p> <p>YES・NO</p>
<p>③朝起きたとき、疲れが残り頭がスッキリしないことがありますか?</p> <p>YES・NO</p>	<p>④朝起きたとき頭痛がしますか?</p> <p>YES・NO</p>
<p>⑤昼間、我慢できないほど眠くなることがありますか?</p> <p>YES・NO</p>	<p>⑥肥満の傾向はありますか?</p> <p>YES・NO</p>

該当項目のある方は、診察室へどうぞ、簡単な検査で診断ができます。当院へ御相談下さい。

お知らせ

平成13年12月1日より国民健康保険証が新しくなります。保険証が変更になったり、老人医療保険をもらった時は、受付に提出して下さい。
<月に一度保険証を確認しています。ご協力お願いします。>

ふれあいボックスより
華やかに咲きまわれる月下美人の
いのち惜しまる今宵限りの
K-1



テレフォンサービス
但馬 0796-55-0151
(10月のテーマ)
月曜日 気がつきにくい子供の難聴
火曜日 若い人にも増えている歯周病
水曜日 糖尿病にアルコールはだめか?
木曜日 心身症のはなし
金曜日 舌は病気を語る
(11月のテーマ)
月曜日 乳癌の早期発見～自己検診
とマンモグラフィ検診
火曜日 子供の歯の矯正治療
水曜日 胆石症の恐い話
木曜日 窓口での一部負担金と医療費の話
金曜日 骨も鍛えれば丈夫になる

血液中の酸素飽和度モニター

(パルスオクシメーター M24)

24時間のメモリーを内蔵しているパルスオキシメーターです。腕時計型で軽量コンパクトな為、夜間の睡眠状態を崩すことなく、酸素飽和度を記録し、酸素飽和度の低下指数や、90%未満低下時間の指標を得て、睡眠時無呼吸症候群を診断します。

編集後記

毎回、皆さんに喜んで頂けるよう職員一同頑張っています。今回の「たんぽぽ」は、いかかでしたでしょうか? ご意見、ご感想がございましたら「ふれあいボックス」を、受付横に置いてありますので、どしどしお寄せ下さい。次回は、平成14年1月発行予定です。

