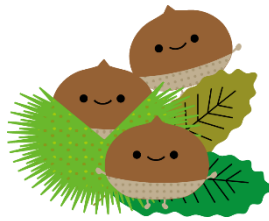


ざいたく 在宅の風



ご自由にお持ちください

平成28年9月発行

第33号



～在宅医療の新しいかたち～

在宅医療のかたち ～前号より～

事例② ～Part②～

自宅に戻ってから、CV ポートを使用しての点滴が始まりました。患者宅は山形市内で、当院の基本診療圏から離れていました。すぐに訪問することが困難なこともあり、ご家族様へ点滴管理の方法を手取り足取り指導させていただきました。ご家族様は介護休暇を取り、ケアマネジャーの協力も得ながら療養体制を整えることができました。

点滴で栄養と水分が入ったこともあり一時的に元気になり、大好きなお風呂に入りたいとの希望があり、訪問した時には点滴するのを少し待ち、先にお風呂に入ってから点滴をしたりと本人の希望を一つでも叶えるよう工夫した援助をさせていただきました。

しかしながら、倦怠感や痛みの出現があり、徐々に動くことも少なくなりました。内服もできないため貼薬や坐薬での麻薬の使用でせめて痛みだけでも緩和しながら生活ができるようサポートしましたが、診療開始から2ヶ月後の夜中、家族に見守られながら最期の時を迎えました。

東根から山形という距離的な問題で当院の体制が厳しい状況ではありましたが、ご家族の協力が十分に得られたため、住み慣れた自宅での療養から看取りまでがしっかりできたケースだったと思います。

～次号へ続く～



～インフルエンザ予防接種について～

当診療所も例年通りインフルエンザワクチンのご予約を受け付けております。



予防接種についての実施期間、接種費用、助成額、対象者につきましては、各市町村により異なりますので、お住いの地域の市役所・町役場へお問い合わせください。

状況によっては、ワクチンが不足する場合がありますので、ご希望される方は早めのご予約をおすすめいたします。ご不明な点がございましたら、ご連絡ください。

体の疲れがとれない・・・九月病かも？！

「五月病」というのはよく耳にしますね。五月病は、ゴールデンウィーク明けにからだの不調や気分がふさいでどうしようもない状況をいいます。同じように、お盆休みや夏休みが終わった九月にも「九月病」という状態になる人が増えています。季節の変わり目で急激に気温が変化し、夏の疲れが解消されず体力が消耗している場合に九月病は起こりやすいので注意が必要です。九月病の原因は、生活習慣の乱れが大きく影響しています。生活習慣を良くするためには、健康を保つことが大切です。それにはバランスの取れた食事と質の良い睡眠を取ること。3食きちんと食べ、抜きがちな朝ごはんはしっかり食べましょう。質の良い睡眠をとるコツは、寝だめをせず早寝早起きを心がけたり、寝る前にぬるめのお風呂にゆっくり浸かることです。



秋は1年の中でも特に快適な季節ですよ。この時期をいっぱい楽しむためにも、日頃から睡眠に食事によく気をつけて、生活したいものです。

芋煮会シーズンですね！！

山形県では芋煮が有名で「日本一の芋煮会フェスティバル」などもありますよね。「芋煮会」は山形県が始まりであるという説があります。里芋は貯蔵が難しいので、冬を前に親しい仲間同士が持ち寄り川原で芋煮の会食を楽しんだのが「芋煮会」の始まりとされています。



編集後記 9月になり少し肌寒い季節となりました。先日のリオオリンピックでは、日本は過去最高のメダル獲得数となりどの競技も感動的でした。スポーツは見るのもするのも楽しいと改めて思いました。(加藤)

発行：医療法人社団伍光会 北村山在宅診療所

〒999-3702 東根市温泉町二丁目5番3号

TEL:0237-41-0583

FAX:0237-41-0584

<http://www.denenchoufuiin.net/kitamurayama/>

