

# はいのたね



## 井上病院院長 井上文之が 日本呼吸器外科学会 特別会員に推戴されました！

さる5月15日、大阪国際会議場にて日本呼吸器外科学会の評議員会があり、呼吸器外科学の進歩に多大な貢献をしたとの理由で、会長より特別会員の推戴状を頂戴いたしました。本年は全国で14人が特別会員に推戴されました。



## 井上病院の取り組み ~ 毎年恒例！ 美化活動 ~



職員の声から美化活動が始まり、今年で4年目。5月25日、6月8日、6月22日の3回にわたり、駐車場や院内の清掃を行いました。

患者さんが気持ちよく過ごせるよう、また職員も気持ちよく患者さんに接することができるように、心をこめてキレイにしました！



## 新任職員の紹介

**横山 (薬剤師)** 患者さんが薬歴の大切さを理解できるように、お薬の説明をしたいと思います。よろしくお願いいたします。

**岡山 (クラーク)** 6月から勤務させていただくことになりました。明るく笑顔で温もりのある対応を心がけ、1日でも早く慣れるよう努力していきたいと思っています。よろしくお願いいたします。

**徳毛 (調理員)** 少しでも皆さんのお役に立てるよう頑張ります。よろしくお願いいたします。なおテニスを体験されたい方、1回でも構いませんので声をかけてください。テニスボールを追いかけていると何もかも忘れます！



## — 平成30年7月豪雨から1年 — 呼吸器疾患がある方の緊急時の対応について確認しよう！

### ご自宅で在宅酸素療法中に**停電**になった場合の対処方法

濃縮器から、携帯用酸素ボンベからの吸入に切り替える。※主治医の指示の流量を守ってください。酸素ボンベのみでは対応が困難になる可能性が高い場合は、医療機関に相談して下さい。自宅から避難する場合は、かかりつけ医療機関や在宅酸素機器のメーカーの営業所に避難先を連絡しておきましょう。  
(参考 日本呼吸器学会ホームページ)

#### 事前に確認！

- ・予備の酸素ボンベの在庫と酸素ボンベの残量を確認しておく。
- ・かかりつけの医療機関や酸素機器のメーカーの連絡先を確認しておく。



### 災害用伝言ダイヤルのご利用法



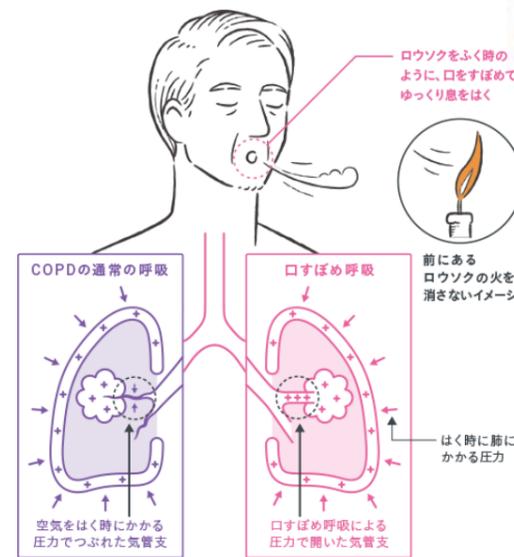
伝言の録音方法	伝言の再生方法
171にダイヤル ガイダンスが流れます	171にダイヤル ガイダンスが流れます
録音の場合 1 ガイダンスが流れます	再生の場合 2 ガイダンスが流れます
×××× ×××× ××××	×××× ×××× ××××

緊急時は電話が急激に増加し、つながりにくいことがあります。災害用伝言ダイヤルは、安否等の情報を音声情報として蓄積し、録音・再生できるボイスメールです。緊急時にはご活用ください。

## 呼吸を楽にする呼吸法

(パニックコントロール)

### 口すぼめ呼吸



息を吐くときに口元に抵抗が加わることによって、つぶれやすくなった細い気管支を上げたままの状態に保てます。こうして、腹筋をうまく使って息を外へと吐き出すことができます。また、息を吸い込むときに細い気管支を上げる必要がないので、呼吸に使うエネルギーが少なくてすみます。

### 腹式呼吸

横隔膜を使いお腹から呼吸することで、一度の換気量（呼吸によって得られる空気量）が増加し、効率的に無駄なく呼吸できます。

災害時や緊急時、あわてて酸素を取り込もうとすると、パニックになり浅い呼吸になります。呼吸を意識してゆっくり行うことは、呼吸パターンを正常にするために大切です。



仰向けで軽く膝を立てて手を胸とおなかに置く。



おなかを膨らませながら鼻から息を吸い込む。(手でおなかの膨らむ感じをつかむ)



おなかをへこませながら口をすぼめてゆっくり息を吐く。

## アドバンス・ケア・プランニングをご存知ですか？ -終末期の医療について-

井上病院 副院長 岡林 孝弘



こういった状況では、患者さんに最善の対処と思っても、延命治療の不開始や中止を決めることは家族や医療者にとっても容易ではありません。高齢者認知症終末期における胃ろうや経鼻経管からの栄養補給についても ACP が無い場合に、不開始や中止は判断しづらいものです。

### 救急患者の終末期

救急医療現場では、終末期を以下のように定義しています。(1)不可逆的な全脳機能不全。(2)生命が人工的生命維持装置(人工呼吸器など)に依存して複数臓器の不可逆的な機能不全で、移植などの代替手段がない。(3)行われている治療法に追加するべきものがなく、現治療を継続しても近いうちに死亡すると予測される。(4)がん末期などの回復不可能な疾患の末期であることが判明。

これらのケースでは、多くは事前指示書などが無いため、家族・関係者の理解と同意の上、現治療を維持するか減量するか、あるいは終了するか、例えば、人工呼吸器や血液透析をどうするか選択することとなります。終末期の患者が救急医療要請された場合、救急隊員は心肺蘇生を行うのが通常です。この点についていろいろと議論されています。ACP でこれを望まない場合には、かかりつけ医などに確認の上、心肺蘇生を行わないとの流れもあります。

私たち医療従事者は一般的に生命の継続を尊重して医療行為を行ってきた歴史的経緯があります。本人の意思に反して無駄な医療が行われることもしばしばあります。ACP のプロセスを経て形成された本人の意思が明確であれば、尊重されるべきです。

### ACP 導入に向けて

具体的にはどのようにすればよいでしょうか。いろいろな施設で多職種合同カンファレンスのような仕組みから ACP が導入されてきています。広島県地域保健対策協議会が普及を目指して作成した手引きがあります(当院にもパンフレットを置いています)ので、参考にしてください。質問項目を設定して相談する方式を提示しています。

まず、自分の人生の目標や希望について考えてみましょう。何が大切でしょうか？

次に自分の健康について学び、考えましょう。今の健康状態を理解できているか、担当医から健康状態や病気の見通しについて詳しく説明を受けたいですか？現在お持ちの病気やもし病気になった時に受ける治療について希望がありますか？例えば、どのような状態であっても一日でも長く生きられるような治療を受けたい。あるいは、自分の望む生活ができることを目指して苦痛を和らげるための十分な処置や治療を受けたい。病気が治ることを目指した治療を受けますが、良くなかなかたり、生活の質が保たれなかったりした場合には、できるだけ自然な形で最期を迎えられるような治療を受けたい。病気の治る見込みがなく、もしもの時が近くなった時に延命につながる蘇生術や集中治療を含む延命治療を希望しない。などです。最期の時が近づいた時、どこで療養したいですか？

また、将来脳の障害や認知症になったりして自分で判断できなくなることもあり得ます。そういった場合の希望も考えてみましょう。そして、代わりに意思決定できる方や伝えてくれる人(代理人)はいますか？

あまり考えたくない内容でもありますが、多くの人に訪れる懸案です。

「私の心づもり」として記録しておくことをお勧めします。

### アドバンス・ケア・プランニングをご存知ですか？

アドバンス・ケア・プランニング(略して ACP)ということばをご存知ですか？人生の最終段階での医療やケアについて、患者さん本人を主体に、そのご家族や医療・ケアチームがあらかじめ話し合い、本人の意思決定を支援していくプロセスのことです。

わが国は超高齢者社会となりつつあり、年々死亡者数が増加する多死社会となってきています。人生の終末期においてどのように過ごしたいか、どういう医療や介護を受けたいかという本人の意思を尊重して、尊厳ある生き方を実現することが望めます。これらを目的として、現在厚生労働省を中心に国を挙げて ACP の普及・啓発を推進しています。そして、ACP という名称が一般には馴染みにくいために、愛称を「人生会議」と決定されました。やや堅苦しい名称ですが、要は「人生の終い方」についてあらかじめ関連する人たちと話をしていきましょうということ。筆者を含めて、わが国ではこのような話し合いは家族間でもそれほど行われているとはいえません。



わが国では、意思決定能力が低下した高齢者や認知症の患者さんが増加しており、そのような人たちが安心して生活できるように、終末期の医療に関する患者さんの希望をあらかじめ家族や医療者とともに話し合っておくことが望まれるのです。

ACP は欧米を中心に発展してきた活動であり、医療における患者の自己決定権を尊重する考えが普及してきました。将来あるいは終末期の本人の意思決定能力低下に備えて、事前指示書、「リビングウィル」という文書で本人があらかじめ意思表示を行い、それを尊重して医療や介護の対応を決定していくプロセスです。従って、病床についている状況だけではなく、健康な時でも家族の間で話し合いをすることが望めます。また、心身の状態に応じて本人の意思も変化することがあるので、繰り返しの話し合いが大切です。

いろいろとやっかいな問題もあります。

いつからが終末期なのか明確ではありません。近年の医学の発達により、これまで不治だった病気が回復することもあります。

### 慢性疾患の終末期

人生の最期に至る経過は多様です(右図)。

がん患者や臓器不全などの慢性疾患で亡くなる場合には、病状の推移が予測可能なことも多く、延命に偏った医療よりも症状緩和を優先させることが一般的となってきていますが、本人の事前意思表示がない場合は家族の意思が決め手となることとされます。

