

健康たうん

2018年8月

夏号

特集 緩和ケア病棟

ペインクリニック

えいよう便り

医療用麻薬について

厚真リハビリセンター紹介

ご存知ですか？（医療相談室）

発行／苫小牧東病院
編集／広報企画委員会

Vol.60





親しい方が、いつでも宿泊するころが、面会時間、病棟に24時間可能

は温かい雰囲気創造のための

間に1度傾聴ボランティア「じ

ります。

当院は、がんによる苦痛をもつ患者さんとご家族が安心した日々を過ごせるように支援することを理念とし、平成26年10月1日に東胆振・日高エリアで初となる緩和ケア病棟として開設されました。

となつています。家族の一員である、ペットの面会も病棟へ相談のもと可能です。また、楽しんで食事ができるよう、お好みメニューとして麺類やいなりずし、天ぷら、パスタや茶わん蒸しなど病院食以外のメニューを提供することができ

大切な要素の1つです。当緩和ケア病棟では、毎月1度音楽療法とセラピューテックのボランティアを提供しています。音楽療法では、本人やご家族とともに歌や演奏を聴き、他の患者や家族、スタッフとの交流を深めるきっかけにもなっています。本人からのリクエスト曲もあり、思いの曲を通して人生を振り返ることで、家族との絆を再確認する場としても好評を得ています。セラピューテックケアのボランティアにより本人・家族へのマッサージを通しリラクゼーションの時間を提供し、こちら

の会」の協力で、本人とご家族の皆さんへ手挽きのコーヒーの提供や季節の飾りを患者様と一緒に作成しコミュニケーションを通して本人・家族の心のケアにつなげられるように取り組んでいます。

「緩和ケア病棟」

緩和ケア病棟
緩和ケア認定看護師

大谷直美



特集

「緩和ケア」とは？

患者と家族が抱えるさまざまな苦しみを和らげ、希望をかなえるためのケア

緩和ケアは、日本の保険診療で悪性腫瘍とエイズなど先後天性免疫不全の2つが対象となります。WHO（世界保健機関）の定義によると、「緩和ケアとは、生命を脅かす疾患による問題に直面している患者とその家族に対して、痛みやその他の身体的問題、心理社会的問題、スピリチュアルな問題を早期発見し、的確なアセスメントと対処（治療・処置）を行うことにより、苦しみを予防し、和らげることで、生活の質（QOL）を改善するアプローチ」とあります。患者さんが残された日々を、人間としての尊厳を保ちながら自分らしく有意義に過ごせるよう、ご家族の希望も含めて行うケアと言えます。

り、自殺願望が出てくるなど精神的な苦痛や、不安といった心理的な苦痛も問題となります。さらに経済的な問題、家族内における役割や責任といったことに対する社会的苦痛というものも問題となります。また、今まで自分でできていたことができなくなることで、社会や家族との関係が失われるという寂しさや孤独感、先行きが見えないことへの不安といったスピリチュアルの問題もあり、これら患者さんが一番苦しんでいることに焦点を当て、手厚くサポートしていくことが緩和ケアにおいて重要となります。

専門職から伝えたい事



食事の案内 [栄養科]



当院の食事提供につきましては、患者さんがおいしいと感じていただけるように日々、病
院の栄養士とパートナー企業（給食委託会社）の職員と取り組みを行っております。
緩和病棟はさらに患者さん、そして家族の希望に合わせた食事提供を心がけております。

《お好みメニュー》



人気のメニューです！

開設時より通常の献立の他に、お好みメニューとネーミングをし、12品の料理を用意し
ました。毎日、昼食と夕食に申し込みができ、通常の献立と共に提供を行うことができます。
入院された1食目に頼まれたり、毎日日替わりで頼まれる方もいらっしゃいます。



《誕生日の食事提供》

緩和病棟では患者さんの誕生日当日にお祝い膳
を提供しております。天ぷら、茶碗蒸しなど和食
が中心となりますが、時には患者さんの希望され
る料理を用意することもあります。

《行事食の提供》

病院全体の提供となりますが、
季節を感じていただければと、お正
月、ひな祭り、十五夜、クリスマス
などの行事食を提供しております。



専門外来

ペインクリニックとは

浅野 真 顧問・緩和医療統括部長

- ・日本ペインクリニック学会専門医
- ・日本緩和医療学会認定医

日本は世界有数の長寿国です
が、国民の大半は腰痛や頭痛など
何らかの痛みを抱えて日常生活を
送っています(図1)。

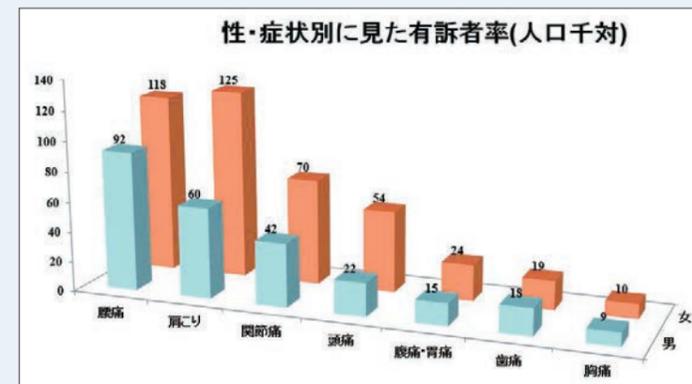


図1 人口千人あたり、痛みをもつ人の人数

もともと痛みは、身体に生じた
異常事態を知らせる警告反応とし
て大切な役割を持っており、病院
を受診する一番の理由は「痛み」
です。多くの痛みは原因となる病
態の改善とともに軽減消失します
(急性痛)。しかし、痛みがいろい
ろな理由で長く続くと、より強い
痛みや新しい種類の痛みが加わる
だけでなく身体的・精神的・社会
的要因が複雑に関与し始め、生活
の質(Quality of life: QOL)を
低下させることとなります。これ
が慢性痛と言われる状態です。
ぎっくり腰(急性腰痛症)や帯
状疱疹、三叉神経痛、片頭痛発作
などは、急激な痛みを来す疾患で、
適切な診断と治療により痛みを取
り去ることが出来ます。
一方、日本人の大半(80%以上
とされます)は何らかの慢性的痛

みを抱えて生活していますが、そ
の種類は、頭痛、肩関節周囲炎、筋
筋膜性疼痛、変形性腰椎症、脊柱
管狭窄症、椎間板ヘルニア、帯状
疱疹後神経痛、軽微な外傷をきつ
かけとして起こる複合性局所疼痛
症候群、術後の長く続く痛み(肺
がんや乳がんの手術の後など)な
ど数多くあり、その原因と病態は
様々です。
ペインクリニックでは、症状や
身体所見から多角的に痛みの原因
を診断し、薬物療法だけでなく神
経ブロックを始めとする各種の治
療法を駆使して痛みを軽減・消失
させQOLを向上させます。また、
がんの痛みでは、身体症状として
の痛みを軽減・消失させることは
もちろんですが、精神的な「つら
さ」にも焦点を当てて治療を進め
ます。

ペインクリニック外来にかかるときに
ご準備頂きたいもの

- ・現在かかっている医療機関からの紹介状(可能なら)
- ・現在服用しているお薬(お薬手帳)(必ず)
- ・医療機関からもらった説明書・検査結果(可能なら)
- ・痛みのメモ(いつから、どんな痛みが、どこにあり、どんな治療を受けてきたか、今一番困っていることは何かなど)

外来診療 担当医師: 浅野 真
診療日: 火・金曜日 午後2時~4時(受付終了)

※待ち時間が長くなる場合がございますので受診前にご連絡を頂くとスムーズです。



専門職からの
お役立ち情報

危ない？危なくない？医療用麻薬

薬剤科 主任 薬剤師 鹿島 桂 一

皆さんは「麻薬」という言葉からどんなことをイメージするでしょうか？マフィアの資金源になる、頭がおかしくなる、依存症、人生の破滅、等々マイナスな事柄が真っ先に浮かぶのではないのでしょうか。これらのイメージは完全な間違いではありませんが、ある側面のみを強調しすぎたものだと思います。

突然ですが、私も麻薬の投与を受けたことがあります。全身麻酔下での抜歯を受けた時のことで



もちろん依存症になることもなく現在も普通の生活を続けています。全身麻酔の経験のある人ならば、ほぼ全員が麻薬を投与されているはずで、さらに現在の世界全体の潮流として、手術・麻酔といった特殊な環境下以外でも「適正な」麻薬の使用は当たり前になってきています。それは「癌をはじめとした疾患による強い痛み

の軽減」を目的としたものです。先に挙げたような麻薬の悪いイメージは、濫用された麻薬が原因で定着してしまったことだと思います。しかし強い痛みをコントロールするために使われた医療用麻薬は依存症をほぼ起こしませんし、寿命を縮めるということもありません（むしろ早期に積極的に緩和治療を導入

した方が長生きしたという報告もあります）。また「医療用麻薬は他にやることなくたってから使うものだ」という考えかたがいまだに根深く残っています。しかし現在では初期の癌であっても痛みがあれば医療用麻薬の使用を考慮すべきだと言われています。つまり医療用麻薬による痛みのコントロールは癌そのものの治療と並行して行う方がよいという考えです。

ただし医療用麻薬といえども薬ですから完全に安全なものではありません。副作用として高頻度で起こるのは眠気・便秘・吐き気です。しかし、医療用麻薬に携わる医療者はこのような副作用が当たり前に起きるものと考えており、その対処法も確立しているため、過度に恐れる必要はありません。私のイメージする医療用麻薬は



「癖は強いけど良い薬」です。「癌をはじめとする強い痛みには（条件があれば）医療用麻薬を使う」という考え方が一般にもっと普及すると良いと考えています。ただし現状でも購入や保管・譲渡に関する規則が極めて煩雑なのは事実です。正しくない麻薬の使い方をした過去の人達がいいたためそのような規則が出来たことと思いますが、読者諸賢は、医療用麻薬を手にするのであれば、医師・薬剤師の指示を守って正しく使うように強くお願い申し上げます。



社会福祉法人 北海道厚真福祉会 [定員50名、短期2名] 障害者支援施設 厚真リハビリセンター

〒059-1605 勇払郡厚真町字本郷 36 番地の 11
TEL (0145) 27-3111 FAX (0145) 27-3760

連携施設紹介

施設の概要について

厚真リハビリセンターは、脳血管障害がいなどによって在宅での生活が困難な障がい者の重い（障がい程度区分が三以上）身体障がい者を対象にした入所施設（定員50名、短期2名）です。

当施設は、利用者の意志及び人格を尊重し、自立と社会参加活動を支援することを経営方針とし

て、利用者への身体介護（食事、排泄、入浴等）を行うほか利用者自身が施設内において望む生活や身体能力に応じた生活が出来るように様々な支援を行っております。

なお、当施設は苫小牧市から約30km離れた厚真町内の緑が豊かで、また、四季折々の美しい景色に恵まれた小高い場所にありま

す。

施設利用者への支援について

・当施設では看護師を6名配置し、月曜日から日曜日までの毎日、健康状態の把握、与薬や疾病予防などを行い、利用者の健康管理に努めております。また、通院や入院による治療が必要な利用者は、苫小牧東病院など医療機関と連携を取りながら医療的なケアを受けております。

このほか、夜間においての利用者の急変時に迅速に対応できるように看護師のオンコール体制を行っております。

・生活支援員28名、訓練士1名、栄養士1名を配置しており、これらの職員は利用者一人ひとりの希望、身体状況や生活歴などを十分に検討したうえで個人ごとに最適なサービス提供計画を策定し、曜日毎の1日のタイムスケジュールによる離床、排泄、機能訓練、余暇活動、創作活動、栄養管理に基づいた食事

施設利用について

提供などその計画に沿って日夜様々なサービスを行っております。

・利用者が当施設で楽しく生活が出来るように花見ドライブ、買物、洞爺湖温泉等への1泊2日の宿泊旅行、夏まつり、クリスマス会などの季節に応じた行事やレクリエーションの充実に努めております。

・苫小牧東病院などの医療機関での治療が終える入院患者の移行先については、医療機関と厚真リハビリセンターが連携を取り、施設への利用などについて適切に対応しております。

ご存知ですか？

医療相談室

高額療養費制度について

医療相談室から、高額療養費制度、限度額適用認定証、多数回該当についてご紹介させていただきます。

* 高額療養費制度とは *

ひと月に医療機関の窓口（病院・クリニック・薬局など）で支払った医療費が、自己負担限度額を超えた場合は、超えた額が申請により払い戻される制度です。

各保険者に申請手続きをおこなう事で3～4か月後に指定した口座に振り込まれます。

* 限度額適用認定証とは *

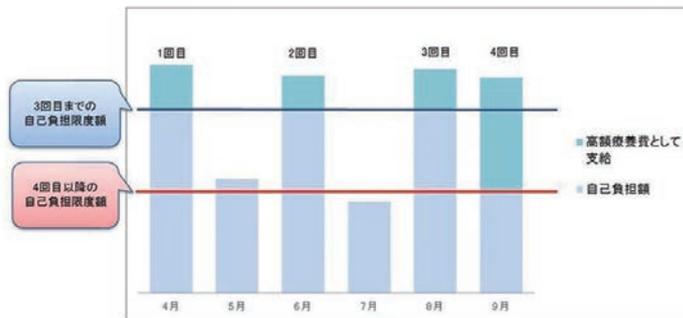
あらかじめ加入している保険者で手続きし、限度額適用認定証の交付を受けると、窓口での提示により医療費の支払いが自己負担限度額までとなり、高額療養費を申請する手間が省けます。

限度額適用認定証の交付を受けることができるのは、70歳未満の方、70歳以上で住民税が非課税の方、70歳以上で現役並み世帯（3割負担）の方です。

※平成30年8月診療分から、所得区分の細分化により、現役並み世帯の方も限度額提供認定証の提示が必要になりました。

* 多数回該当とは *

直近12か月間に自己負担上限額まで達した月が3回以上ある方は4回目から「多数回該当」となり、自己負担上限額が下がります。ただし、保険者が途中で変わった場合には通算されません。（図参照）



医療相談室では、平日9時～5時、土曜日9時～12時に、医療ソーシャルワーカーがご心配ごとについてお話をうかがい、解決の糸口を一緒に考えるお手伝いをさせていただいております。

診療のご案内

診療科目	内科・リハビリテーション科・ 消化器内科・循環器内科・ 呼吸器内科・リウマチ科・放射線科・ 緩和ケア内科・ペインクリニック内科・ 麻酔科(浅野 真)
診療時間	月～金曜日/午前9時～午後4時 ※健康診断は予約制です
休診日	土・日曜日・祝祭日・年末年始

病院の概要

理事長/院長	橋本 洋一
病床数	260床 ○一般病床 65床 ・急性期一般入院基本料550床(DPC対象病院) ・緩和ケア病棟入院料1 15床 ○療養病床 195床 ・回復期リハビリテーション病棟入院料2 104床 ・療養病棟入院基本料1 91床
主な医療設備	・MRI(1.5T)・マルチスライスCT・2ヘッドガンカメラ・超音波診断装置・呼吸心拍監視装置・ホルター心電図解析装置・高気圧酸素治療装置・X線テレビ(DR) ・X線各種撮影装置(CR)・電子内視鏡・トレッドミル・エルゴメーター等
施設	敷地面積 5,342.91㎡ 延床面積 ◇東棟 6,237.31㎡ ◇南棟 4,105.23㎡
構造	鉄筋コンクリート造 地上4階 駐車場 約75台
■(公財)日本医療機能評価機構認定病院	
■リハビリテーション付加機能評価認定病院	
■ISO9001認証	
■(公社)日本リハビリテーション医学会研修施設	
■(社)日本老年医学会認定施設	
■(社)日本脳卒中学会認定研修教育病院	
■NST稼働施設認定	
■健診センター	
■苫小牧市三光地域包括支援センター(とまほっと)	

交通機関のご案内(道南バス)

- 駅方面より
 - 01 永福三条線
 - 02 日新国道線
 - 03 鉄北北口線
 - 21 日の出町線
 - 31 苫東工業基地線 (苫小牧営業所前 下車徒歩1分)
 - 25 勇払線 (職訓センター前 下車徒歩2分)
 - 26 沼ノ端線
 - 30 千歳空港線 (職訓センター通 下車徒歩9分)
- 沼ノ端方面より
 - 03 鉄北北口線
 - 31 苫東工業基地線 (苫小牧営業所前 下車徒歩1分)
 - 25 勇払線 (職訓センター前 下車徒歩2分)
- 千歳方面より
 - 30 千歳空港線 (職訓センター通 下車徒歩9分)

私たちは、医療サービスを通じ、地域社会に「安心・安全」を提供します。



社会医療法人平成醫塾 苫小牧東病院

〒053-0054 苫小牧市明野新町5丁目1番30号 TEL(0144)55-8811 FAX(0144)55-8822
E-Mail: heiseiizyuku@tomahigashihsp.or.jp URL: http://health-heart-hope.com/

※本誌掲載の写真は、すべてご本人許可のもと使用させて頂いております。本誌の一部、または全部を許可なく、複製、複製することはご遠慮願います。



次号は11月を予定しています