

医師会だより



在宅医療

住み慣れた場所で生活する

「病気になってもできるだけ住み慣れた場所で生活したい。」これは多くの人が願うことです。在宅医療はその願いをかなえるための一つの手段です。

「往診」と「訪問診療」

在宅医療には、急な病気に對して患者の要請に応じて行う「往診」と、比較的病状が安定した状態の患者に對し計画的に行う「訪問診療」の二つがあります。一般的に「在宅医療」と言われているのは後者の「訪問診療」のことです。

様々な場面で活用

「在宅医療」と聞けば、病気がもう治らない所謂「終末期に行われる医療」と考える方が多いかも

”あなたの笑顔が必要です！”

大村市医師会潜在看護師研修事業

看護師への復職を考えている方、復職のための研修を受けてみませんか。

詳しくは大村市医師会まで。

師がそばにいないことに大きな不安を感じます。

訪問看護の活用

この不安を解消してくれるのが「訪問看護」です。病状に応じ、定期的に看護師が訪問することが出来ます。また、急変など病状に変化があった時、家族からの電話に応じ駆けつける体制もありますし、医師に連絡して医師の指示に従って対応することも可能です。この制度を活用することで点滴や高力ロリー輸液、胃ろうや人工呼吸器の管理、がんなどの強い痛みに対する管理など入院中とほぼ同じ医療が自宅で行えます。勿論、がん終末期医療や看取りも可能です。

利点と欠点

患者さんにとって在宅医療の一番の利点は住み慣れた場所で家族と共に生活することで入院中のいろんな束縛が無くなり心の安定が図られることです。家族にとっても病院に通う必要がなく、患者のそばで自らの手で介護ができることは大きな利点です。

しかし、逆に言えば、医療の素人である家族が四六時中病人を看護することは非常に大変なことです。すぐに相談できる医師や看護師

病気と共存する

高齢者が増える中、病気を抱えながら自宅で生活する環境を整えることは重要な課題です。住み慣れた暮らしの場所で医療を受けながら生活できる「在宅医療」の利点欠点を理解し上手に活用していただければと考えます。

高齢者の便秘

在宅医療の場では便秘が問題となることが多いです。なぜなら在宅医療を受ける患者さんは、自分で歩くことや起き上がるのが難しいことが多いからです。歩くことや起き上がることは、

腹筋を鍛えます。腹筋は腹圧と関係が深いです。排便の仕組みは、便が肛門のすぐ上の直腸まで来て、いきんで、肛門が開くと言つ3つに分けられます。いきむためには腹圧が必要です。上手いきめないとな便秘になります。何度も便が出ると仰るのですが、実は便秘のことも多いです。背骨の圧迫骨折を起すと、痛みでいきめず便秘になることがあります。排便時の姿勢も大事です。直腸は真っ直ぐ上方向ではなく少し後方に傾いています。そのため便座に少し前に傾けて座る事で、便を真っ直ぐ下方向に排出できま

す。ロタンの考える人の姿勢です。自分でこの姿勢が取りにくい時は、足を台に載せることができます。便の塊を作りそれを直腸まで運ぶためには、腸内細菌の力が必要で、腸内細菌を育てるヨーグルトや食物繊維が有用です。それでも上手くいかない時は下剤の出番です。下剤には大腸刺激性下剤とそれ以外の大きく2つがあります。大腸刺激性下剤は、大腸に頑張って直腸まで運ばないと鞭打つようなものです。腹痛が出る場合がありますし、頻繁に打たれると慣れが起り、下剤の量が増えていきます。あくまでも困った時に頓用で使うことをお勧めします。

【医心伝心】

病院でも在宅でもそばに寄り添ってくれるのは看護師です。その看護師が足りません。特に、訪問看護師はなり手がいなくて困っています。在宅医療は訪問看護師なくして成り立ちません。