

ひまわり

No.353号



医療法人

にのさかクリニック

福岡市早良区野芥4-19-34 FAX092-872-1137

TEL 092-872-1136

ホームページ <https://www.drnino.jp/>ブログ <https://ameblo.jp/ninosakaclinic/>

『普段の暮らしの中で母は旅立った』

3年前に自宅で母親を看取ったサツキさん(仮名)の体験談をご紹介します。サツキさんの母親は乳癌が全身へ転移していました。体が弱って通院出来なくなった時、にのさかクリニックでの訪問診療を希望しました。以前から当院のことをご存知で、サツキさんのご兄弟と院長二ノ坂が同級生だったという縁もありました。

母は自宅で30年間パン教室を開いていました。いつも焼きたてのパンの香りに包まれて、生徒さんにパン作りを教えていた母の気配を感じながら、私は暮らしてきました。これが我が家の『日常』で、母が家にいることは当たり前でした。

母が亡くなつて3年経った今も、父は食卓に置かれた母の写真に向かって「今日もありがとうございました」と言って夕食を食べます。私も普段の暮らしの中で、母の存在を感じています。

私は最初、母を自宅で看取るつもりはありませんでした。今まで一度も父にそのことを話してませんでしたが、先日初めて伝えたところ、「お父さんも考えてなかつたよ」と言われました。入院中、病状説明の時も、正直私には耐えられなくて、説明を聞きに行けなかったこともあります。もし最初から看取りのことを意識していたら、自宅で母を看取ることは出来なかつたと思います。母が退院して、家で看病するうちに受け入れられるようになったんだと思います。

自宅で看取りが出来たのは、環境のおかげだと思います。母が緩和病棟に入院していた時は、新型コロナの影響で付き添いが出来ませんでした。母の身の回りのお世話を病院に任せしかなくて、不安もありました。退院して家に帰ってきてからは、医師や看護師、介護士、リハビリ、栄養士、福祉用具など、それぞれの専門の方が家に来てくれました。母一人に時間を割いてくれる様子を見て、「やっぱり家がいい」と思いました。色んな方が母に合わせて対応してくれたおかげで、看取りにつながつたと思います。皆さんには感謝しかありません。



(次ページに続く)

看取りを考えられるようになったのは、母が亡くなる2週間前でした。にのさかクリニックの看護師さんに母は「ずっと家がいい」と言っていたようです。きつそうにしている姿を傍で見てきたので、母が亡くなった時、「やっと痛みから解放されたんだ。頑張ったんだ。」と私は感じました。でも、悪くなっていく母を受け入れることに必死だったので、食べたいものがあるうちに工夫して食べさせてあげれば良かった。話が出来るうちにもっと話をしておけば良かったと悔んでいます。今、もし母と話せるならば、「何もしてあげられなくてごめんね」と伝えたいです。

おわりに

最期は安らかだったかどうかサツキさんに尋ねると、次のような話をしてくれました。亡くなる時を見届けられないこともあると医師から聞いていたので、気をつけてましたが、ずっと傍にいるのも母の死を待っているようで複雑な気持ちでした。最期、母の呼吸の異変に気付いた姉が私を起こしてくれたので、家族みんなで「ありがとう」と伝えることが出来ました。人には色んな死があって、急に亡くなることもあるし、ベッドの上で亡くなっただけで恵まれてると感じました。年齢的には、亡くなるのが早かったです。もう少し生きていて欲しかった。でも、長さだけの問題じゃない。それまでどう過ごしてきたのかが大切だと思います。母の死は安らかだったと思うし、そうだったと信じたいです。ただ私の中では、安らかだったかどうか、苦しかったかどうかよりも、母は最期まで生き切った。人生を全う出来たと感じられたことの方が大事です。「にのさかクリニックとのつながりがあって良かったです。ありがとうございました。」（事務長 岡村）



世界中には2,100万人を超える重い病気や障がいを抱えている子どもたちがいます。しかし、充分なケアを受けられているのは、この中でたったの1%と言われており、残りの子どもたちは適切なケアを受けられないまま暮らしています。

10月の第2金曜日は、これらの子どもたちに、痛みの緩和や症状のコントロールをもたらし、可能な限りより良い生活を過ごしていくようにという願いを込めて『世界中で緩和ケアを必要とする子どもたちのために、帽子をかぶろう！』という活動の日です。

地域生活ケアセンター小さなたねでもみんなで帽子をかぶって写真を撮りました！

世界中の子どもたちが、適切な緩和ケアを受けられるよう心から願っています。



※了解を得て、小さなたね利用者さんの写真を掲載しています。



寒い時期に流行する感染症にご注意ください

ウイルスの感染源や症状等

気温が低く空気が乾燥する時期になると、低温・低湿度を好むウイルスの感染力は夏よりも増加します。加えて乾燥によって咳やくしゃみの飛沫は小さくなり、遠くまでウイルスが飛散するようになります。

また、寒さでウイルスへの免疫力が低下、水分摂取量は夏に比べると少ないため体内の水分量が減少傾向に。これにより喉や気管支の粘膜が乾燥してしまうとウイルスに感染しやすくなるため、これから呼吸器感染症や感染性胃腸炎など様々な感染症の流行が予測されます。

主な感染経路は「飛沫感染・空気感染・接触感染」の3つ。感染症への有用な予防法は「こまめな手洗い・うがい・マスクの着用」です。不用意にウイルスを体内に入れてしまうことがないよう、また万が一感染したとしても周囲に広げないようにご注意ください。

寒くなった時期に流行する主な感染症

【呼吸器感染症】

感染源：感染者との接触感染や飛沫感染



○インフルエンザウイルス

発熱（38°C以上）、頭痛、咳、咽頭痛、鼻水、筋肉痛、関節痛などの症状。感染した人の咳やくしゃみの飛沫に含まれる病原体を吸い込むことで感染し、通常の風邪に比べて全身症状が強いのが特徴。

○RSウイルス

乳幼児に多く発症し、生後数週間～数ヶ月に初感染すると肺炎などを併発し、重症化することがある。幼稚園・保育園などで施設内流行を生じやすい。

【感染性胃腸炎】

感染源：①感染者の嘔吐物などによる接触感染や飛沫感染
②感染者の調理等で食品や食器を通じての感染
③ウイルスに汚染された二枚貝（牡蠣など）を加熱が不十分な状態で食べたことによる感染

※感染から発症までの時間は、約24時間～48時間



○ノロウイルス

感染力が非常に強く突発的な嘔吐、下痢、発熱等を起こし、通常は3日程度で回復するが、高齢者や乳幼児は重症化することがある。

患者の嘔吐物や下痢便の処理の際には手袋とマスクを着用し、処理後は流水と石鹼による手洗いを。

○ロタウイルス

症状は、ノロウイルスによく似ているが6ヶ月から3歳までの乳幼児に多く、感染・発症し便が白く混濁するのが特徴。流行期は、ノロウイルスが11月から2月頃なのに対して、ロタウイルスは1月から4月にかけて流行。

Event

催し物・イベントのご案内



クリニックからのお願い



感染症対策 ～発熱時の受診について～

**発熱もしくは風邪症状のある方は
お車の中で待機していただくか
こちらが指定した時間に
受診していただくことで
発熱や風邪症状のある方との接触を
できる限り避けるようにしています**



発熱または風邪症状のある方は
まずはお電話にてご相談ください
受診できる時間や受診する方法について
ご案内いたします

にのさかクリニック
☎ 092-872-1136

症状や経過によっては、
他の医療機関へ受診をお願いする場合があります



**定期の受診、その他の症状で受診される方は
できるだけ12時までの受診をおすすめします**

皆様のご理解とご協力を願いいたします

| | | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|----------|----|-------|------|-------|-----|-----|-----|
| 9:00 | 午前 | 外来診療 | 訪問診療 | 外来診療 | | | |
| 13:00 | | 昼休み | | 昼休み | | | |
| 14:00 | | 訪問診療 | | 訪問診療 | | | 休診 |
| 17~18:00 | 午後 | ※外来診療 | | ※外来診療 | | | |

※ 午後5:00~6:00の外来診療は、訪問診療の都合により診療開始時間が遅れる場合や診療ができないことがあります。診察をご希望の方は、事前にお電話いただけます。

年末年始のお知らせ



**12月28日(日)～1月4日(日)
休診です**

年末の外来診療は12月27日(土)まで、
年始は1月5日(月)から通常診療です。

年末年始に受診の際は、お手もとの薬の
残数など、しっかりとご確認ください。
また在宅で訪問診療中の患者さんや
急を要する患者さんには、
できるだけ対応いたします。
よろしくお願いします。



予防接種について



インフルエンザ予防接種

今年も当院では、インフルエンザ予防接種を行っています。詳細はお尋ねください。

予約は不要です

・65歳未満の方
接種料金：3,800円
月・火・木・金曜日
午前中(祝日前日を除く)

・高齢者のインフルエンザ予防接種
個人負担金：1,500円

期間：令和8年3月31日まで

対象者：

福岡市に住民票があり、下記に該当する方。

- ① 65歳以上の方
- ② 60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、もしくは呼吸器の機能やヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害がある方。

(身体障害者手帳1級相当)