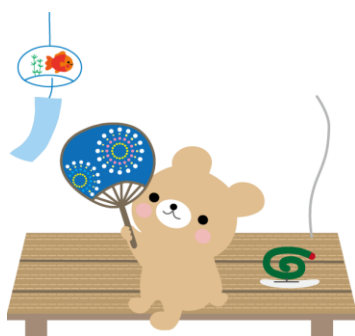


野村訪看STだより

平成 26 年度

平成 26 年 8 月 1 日



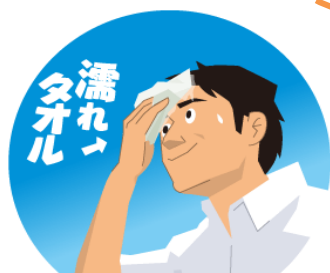
夏本番！高温多湿の日本の夏！

もともと体液が減少し、水分や塩分の摂取に重要な食事量が低下しがちな高齢者は、発汗による体温調節機構が十分機能せず、脱水症を起こしやすくなっています。

熱中症は、強い日差しを浴びる屋外はもとより、屋内でも発症する場合があります油断できません。湿度の高い時にはエアコンの除湿機能や扇風機などを上手に利用して熱中症の危険から身を守りましょう。また、暑い時間帯はなるべく外出を控えましょう。

熱中症で亡くなる方の約9割が65歳以上の高齢者、そのうち6割が一人暮らしの高齢者だそうです。熱中症対策にも地域の見守りが大切です。熱中症に関する正しい知識を持ち、効果的な熱中症対策をしましょう。

熱中症対策豆知識



汗を拭くなら乾いたタオルよりも「濡れタオル」を！身体の表面を冷やしてくれます。



「打ち水」は、水が蒸発する時地面の熱を奪い、空気の温度が下がります。



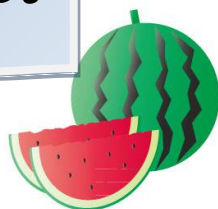
適度な塩分と水分が取れる和食の朝食は熱中症予防の優れたもの！

=お知らせ=

- 6月28日(土)に家族会を行いました。10名の参加があり、「排泄」をテーマに看護師・理学療法士のお話と意見交換会を行いました。
- 職員が交代で夏休みをとらせていただきます。訪問者が変更になることもありますが、ご理解とご協力をお願いいたします。



汗をかいた後は、タンパク質を含む牛乳と適度な糖分を！入浴後の「フルーツ牛乳」はGOOD



医療法人財団 慈生会
野村訪問看護ステーション
三鷹市連雀地域包括支援センター
所長・編集長：家崎 芳恵
TEL 0422-47-5401

今回は

野村病院 緩和ケア内科部門長 佐野広美先生 に聞く
「緩和ケア」について



Q. 緩和ケアは何も治療するすべが無くなった時に受ける医療ですか？



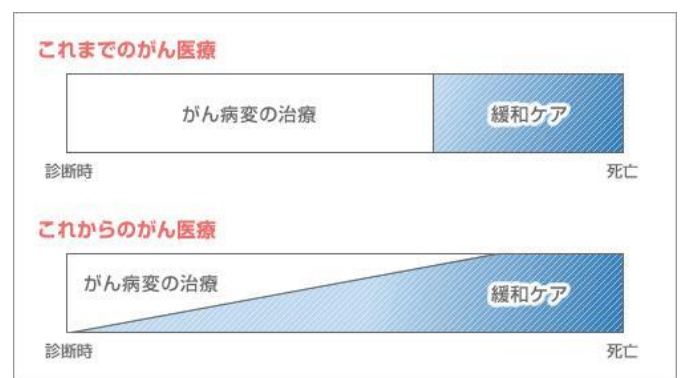
A. 緩和ケアは、がんの痛みをとる、最期の看取りをするだけの医療ではありません。もちろん死を早めるものでもありません。下の図のように延命を目指すそのほかの治療（化学療法、放射線治療等）と並行して行います。患者さん、ご家族の全人的苦痛に寄り添い、今何ができるかを一緒に考えます。

Q. 抗がん剤でがんは治りますか？

A. 抗がん剤は、がんを縮小したり、延命するためのもので、残念ながらがんをなくすものではありません。

Q. ホスピスと緩和ケア病棟はどう違いますか？

A. 違いはありません。しかし、最近ではホスピスは最期の時まで過ごす場所、緩和ケア病棟は入退院をするところととらえられていることが多いようです。



Q. 緩和ケア病棟でも退院する人がいるんですか？

A. 症状が落ち着いて、ご自宅に退院する方もたくさんいます。終末期の患者さんが、家か病院かを決めるのではなく、地域で安心して過ごせるように応援しています。

Q. 地域で最期まで過ごすためのポイントを教えてください

- A. ①緩和ケアは特定の場所でしか受けられないものではありません。
②サポートする人たちは、どういう人がどこで療養したらいいか地域の資源を共有しておきましょう。
③このまちで最期を迎えることを地域の文化にしていきましょう。



～地域が病院！～ を合言葉に

ボクが
佐野です！



Q. 最後に佐野先生の頭髪のケアについて教えてください。

A. 2日に1回剃っています。その後のケアは保湿クリームのみ。このスタイルになって20年。散髪代ういていますよ～～～

なるほどー 今日は緩和ケアについてのお話をありがとうございました。