

お家でく・ら・す

Vol.2

2016年3月号

～在宅医療と介護のご紹介をするニュースレターです～

第1号では、大腸がんを患いながらも在宅ですごし、旅行や食べ歩きを楽しんでいる方を紹介しました。

今回は、くも膜下出血後遺症の奥様を、医療、介護の各種在宅サービスを上手に活用しながら、自宅で看ている方を紹介します。



在宅療養の実際

柴田さんの場合

1. 突然の発症

2001年9月8日の夜、柴田さん（盛岡市）の奥様は、入浴中に激しい頭痛に襲われ倒れました。すぐに救急車で病院に向かい、手術となりましたが、再出血の手術も含め、1年半の間に合計10回の手術を受けたそうです。

その結果、命を取り留めることができたものの右上下肢に麻痺が残り、言葉が出てこなくなりました。

2. 在宅療養の開始

手術後、5年ほど病院や施設で療養生活を送りました。柴田さんは、お見舞いに通いましたが、やがて、自分が家で看るのが一番良いのではないかと、自分で介護ができるのではないかとという思いが芽生えてきました。

とは言うものの、仕事がありましたし、家で看る方法も良くわからなかったため、決断できずにいました。

そんなある日、職場の同僚が、医師や看護師が自宅に来てくれる「在宅医療」があることを教えてくれたそうです。

早速インターネットで調べてみると、自宅のすぐ近くにそのような診療所があることがわかりました。熟慮の末、定年後に奥様を自宅で看る決心をし、2人のお子さんも賛成してくれました。定年までには数年ありましたので、介護に関する雑誌の定期購読を始めました。

最初の手術から6年が経ち定年を迎えると、いよいよ在宅療養生活が始まります。ケアマネジャーと相談し、訪問診療以外にも必要なサービスを導入しました。体調の変化に合わせてサービス内容の多少の変更はありましたが、現在では、表1のサービスを受けています。

表1 現在受けている各種サービスとその頻度

サービス内容	頻度
訪問診療（医師の訪問）	1ヶ月に2回
訪問看護（看護師の訪問）	1ヶ月に2回
訪問リハビリ （理学療法士の訪問）	1週間に2回
訪問歯科（歯科医の訪問）	1ヶ月に1回
訪問介護（介護員の訪問）	毎朝
デイサービス（通所介護）	1週間に2回

奥様は週2日のデイサービスがあり、この日が柴田さんの外出日です。定年後から始めたサークル（硬式テニス、太極拳）に参加し、とても良い息抜きになっているとのこと。食料品の購入や様々な用事も、その日にしています。奥様が家にいても外出はできるのですが、やはり気がかりで、あまり時間がとれないそうです。

デイサービスがない日には、訪問診療や訪問看護、訪問リハビリなどのサービスが入ります。



※裏面へ続く

3.新たな苦悩

在宅療養が始まって6年が過ぎたころから、奥様の飲み込みが少しずつ悪くなり、主治医から、今後どうしていくのか（胃ろうを造設するか、あるいは自然の経過でみていくのか）考えるように言われました。

※胃ろう＝腹壁を切開して胃内に管を通し、食物等を流入させるための処置

実は柴田さんは、在宅療養を考え始めた頃から、公民館で開催されている「男の料理教室」に4年ほど参加していました。自分で作ったご飯で奥様に元気になってもらいたい、その一心で続けたそうです。

柴田さんの心情としては、奥様に自分の手料理で元気になってほしいけれども、そうすると誤嚥（唾液や食物、胃液などが気管に入ってしまうこと）の危険性が高まってしまう・・・



海外旅行の際に、現地の画家が描いた柴田さんのイラスト

やがて柴田さんは、手料理を食べてもらえなくなる寂しさはあったものの、奥様の命とは引き換えにできないとの判断から、胃ろうの造設を決断しました。

しかし、胃ろうの造設は、柴田さんに「心の余裕」というプレゼントをもたらしました。

考えてみると、在宅療養を始めてから、食事のことばかりに気を取られ、それが精神的にも肉体的にも大きな負担になっていたことに気がついたそうです。食事作りから開放されることにより、奥様の日々の変化にも余裕をもって対処することができるようになりました。今では、口からの食事はゼリーやヨーグルト等を少しだけ食べてもらう程度にしています。



4.在宅療養を考えている方へのメッセージ

最後に、在宅療養を始めようか考えているかたに伝えたいことは何でしょうか、とお聞きしました。

「一言で表すと、『案ずるより産むが易し』ということになるでしょうか。自分一人で背負わず、色んな方の力を借りれば何とかなるものです。

それと、介護はゴールがいつ来るかわかりませんから、頑張りすぎないということも大事だと思います。鎌田實さん（諏訪中央病院名誉院長）の『がんばらないけどあきらめない』ということです。私は、妻の介護は一生の仕事だと思っていますし、子ども達も「お父さん、仕事があつて良かったね」と言ってくれます。暇を持って余し気味の友人達に比べればずっと幸せだと感じます。これからも無理をせず自分の健康にも気をつけながら、できる限り妻に寄り添いたいと思います。」

【おわりに】

在宅療養を始める際には、様々な心配をお持ちかと思いますが、柴田さんのメッセージにあります通り、「とりあえずやってみよう」という気持ちと「頑張りすぎない介護」が大切です。

そのような方々の力になれるよう、私たちチームもりおかは活動しています。

（井川齊 記）



在宅医療・介護に関するご相談は チームもりおかへ

在宅医療や介護について、詳しく知りたい方は、気軽にお問い合わせください。（平日 9時～16時）

医療法人 葵会 チームもりおか
盛岡市上田1-3-10 イースタンキャッスル1F
TEL 019-681-7653 FAX 019-652-7560
Email: team-morioka@cyber.ocn.ne.jp