

ふれあい情報誌

2024

42号

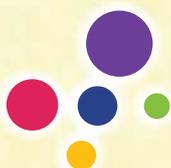
2024.1発行

# みなみの

Hospital Medicine Magazine Minamino



- 緩和ケアとは
- 触れるケア
- ご家庭でもできるハンドマッサージ
- 四季折々の行事
- 退院後も安心してすごしていただけるように



医療法人仁寿会

南野病院



基本理念

患者様に安全と安心と満足を提供します。

皆さんは緩和ケア病棟に、「安楽に過ごすための人生最後の入院」というイメージを持っているかも知れません。私たちはこのようなイメージを聞くといつも悲しくなります。

何故なら私たちは、旅立つ準備をお手伝いしているのではなく、残りの時間を有意義に使い、「生きる」ためのお手伝いをしているからです。

元気な時に「24時間このベッドの上で過ごしてください。ベッドから降りることはどんな理由があっても禁止します。」と言われたら、「退屈でたまらない、何かしたい」と思われる方が殆どだと思います。逆に具合が悪いときはこの条件を示されるといくらでもベッドで過ごすことが出来るはずです。

「具合悪い」を少しでも取って、「退屈で何かしたい」状態を手伝うことが緩和ケアです。「安楽に過ごす」目的ではなく、「何かしたい」状態で過ごしてもらうための手段として、日々頑張っています。つまり緩和ケアは「目的」ではなく、「手段」なのです。



自宅など安心できる場所でできるだけ過ごしたいと願っている方には、苦痛や不安は大敵です。そこに寄り添い和らげることが出来たなら、笑顔で過ごす時間は自ずと増えるはずです。

我々は残りの時間を延ばすことは出来ませんが、笑顔の時間を伸ばすことが出来ます。

つらくなった時、不安になった時に逃げ込んで、やっぱり勘違いだったと安心できる場所へ帰る。何度も入退院を繰り返す、そのような使い方が一番望ましい緩和ケア病棟の使い方です。



もちろんすべての辛さをとれるわけではありません。

取ってはいけない辛さもあります。自ら辛さを選ばれる場合などがこれに当たります。自ら課されていた辛さをお節介で取ったがために、逆に自尊心を傷つけ苦しむことがあるからです。この場合は自ら辛さを取って欲しいと言われるまで、私たちはそばで見守ります。医療者として辛いことですが、ご本人を中心に時間を有意義に使っていただくには必要なことと考えています。

出来るだけ緩和ケアは使って欲しくないと思いますが、もし必要になった場合はいつでもご相談ください。

## 触れるケア

触れるケアは、手の密着と圧迫、温かさ、触れられている位置、ゆっくり優しくなでる刺激が心地よさをもたらし、身体面、心理・情緒面ともによい影響をもたらします。

### 身体面への影響

血圧、脈拍や呼吸の安定、疼痛の緩和、筋緊張の緩和、嘔気の軽減、良質な睡眠など、身体面へ良い影響をもたらします。



### 心理・情緒面への影響

リラクゼーション、ストレスや不安の緩和、孤独感からの解放、安心感の獲得、自尊心の回復など、心理・情緒面へも良い影響をもたらします。

### コミュニケーションのきっかけづくり

触れるケアは、コミュニケーションのきっかけをつくる時間にもなります。コミュニケーションが困難な時でも、触れるケア（ハンドマッサージ）を通して、人の手のぬくもりが安らぎをもたらします。言葉がなくても、寄り添う気持ちや大切に思っている気持ちを、手から伝えることができます。

触れるケアは、症状を緩和する目的で行いながら、その根底には、相手に寄り添い、その場にとともにいるというメッセージを伝える意味があります。そばにいてことで病気にたいする不安や恐怖を軽減します。

## ご家庭でもできるハンドマッサージ

用意するもの： タオル、ハンドクリーム、またはマッサージオイル

- 1 相手には、背もたれのある椅子に腰かけてもらいます。  
起き上がりが難しい場合は寝たままで行います。  
タオルを敷き、タオルの上に相手の手を置きます。



- 2 自分の手にオイルやクリームをとり、なじませます。
- 3 片手で相手の手を支えながら、甲側の手首から肘まで、自分の手全体を使って、数回さすります。
- 4 手指を1本ずつ軽くつまみ、滑らすようにしてさすります。  
爪先を軽くつまみます。  
両手の親指で、相手の手のひらの中央を「人」の字を書くようにさすり、念入りにもみます。



※手が滑りにくくなったらクリームまたはオイルを追加してください。

手のひらを密着させ流れるように、ゆっくりと優しく行うのがコツです。  
マッサージ後は、相手の肌の余分なオイルをふき取り、杖や手すりを持つとき滑らないように配慮します。

## 四季折々の行事

病棟では、四季折々を感じてもらえるような飾りつけをして、お花見会、夏祭り、クリスマスなど、季節の行事を行っています。

感染対策のため、以前のようにあつまることはできませんが、スタッフが患者様のお部屋へ訪問し、ささやかですが心をこめて行っています。

クリスマスには、管理栄養士が腕を振るってケーキを用意し、患者さんに楽しんでいただきました。



## 退院後も安心してすごしていただけるように

退院後も、患者さんが住み慣れた地域で自分らしい暮らしを、安心して送ることが出来るよう、本人やご家族の意向を伺いながら、地域の在宅医や訪問看護・介護などのスタッフと連携しています。また訪問診療には病棟看護師も同行し、顔が見える安心と信頼を築くことを大切にしています。ご自宅での様子や心配事への相談体制により、患者さんのより良い在宅生活をサポートします。



## 出前講座のご案内

当院では、地域のみなさまとの交流、居宅療養のお手伝いとして出前講座を行っています。医療や介護についてわかりやすくお話しし、疑問やご相談には実演しながらお答えします。

〈講座内容の例〉・感染対策について ・摂食嚥下、食事介助について ・転倒防止について …など  
そのほかの内容についても、どうぞお気軽にご相談ください。



医療法人仁寿会

南野病院

〒856-0826  
大村市東三城町33番地 TEL.0957-54-8800 (代) FAX.0957-54-8755  
療養病棟／回復期リハビリテーション病棟／緩和ケア病棟  
健診部 TEL.0957-54-5551 FAX.0957-54-8755  
通所リハビリテーション / 訪問リハビリテーション **ゆ〜かり**

有料老人ホームほほえみ TEL.0957-47-8601 FAX.0957-47-8632  
デイサービス ゆ〜かり TEL.0957-47-8606 FAX.0957-47-8607  
ヘルパーST オリーブ TEL.0957-47-8857 FAX.0957-47-8858  
居宅介護支援事業所 **コアラ** TEL.0957-53-3731 FAX.0957-53-3732  
みなみの保育園 TEL.0957-56-8812 FAX.0957-56-8821

診療科目 ●内科 ●消化器科 ●放射線科 ●循環器科 ●リハビリテーション科  
受付時間 月曜～金曜 8:30～12:00

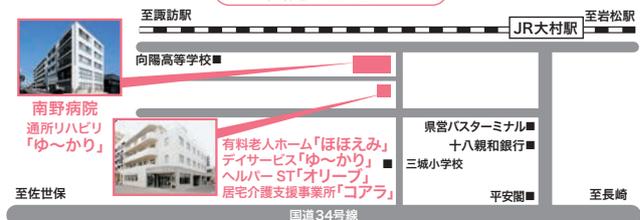


南野病院

検索

ホームページ <https://www.minamino-hosp.jp/>

### 交通アクセス



### 駐車場のご案内

- 交通のご案内
- 県営バスターミナルより 徒歩2分
  - 大村駅から徒歩3分

