JA尾道総合病院 広報誌 Information magazine of JA Onomichi General Hospital

かけはし

vol.109
2024.1 WINTER

CONTENTS

2▸3 看護のチカラ
4 放射線科 DWIBS検査って何?
5 遺伝子診療部の活動について
6 新任医師のご紹介

発行所 ／ 尾道総合病院 JA ONOMICHI GENERAL HOSPITAL
〒722-8508 広島県尾道市平原1丁目10番23号
TEL.0848-22-8111 FAX.0848-23-3214 http://onomichi-gh.jp
発行日 ／ 2024年1月10日

看護のチカラ

緩和ケアとは

緩和ケア認定看護師
島居　孝恵

緩和ケアとは

重い病を抱える患者やその家族一人一人の、身体や心などの様々なつらさをやわらげ、より豊かな人生を送る事ができるように支えて行くケアのことです。

私は看護学生の時から死を前に苦しんでおられる患者さんに携わりたいと考えていました。「死」についてそれまで誰も教えてくれず、不安や恐怖でしかありませんでした。現代、図のように死亡率の1位は**がん**です。2人に1人はがんになり3人に1人はがんで亡くなっています。人口は減り少子高齢化社会、これから人口の最も多い70歳から80歳台の方が亡くなる多死社会を迎える時代と言われています。

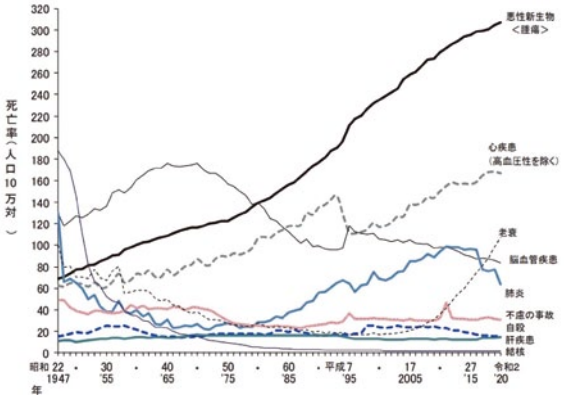


図1. 主な死因別にみた死亡率（人口10万対）の年次推移

緩和ケアは、がんの終末期で治療が終わってから受けるものではなく、がんとわかった時からの「緩和ケア」。どの時期でも不安や、恐れ、怒り、虚無感など様々な思い、経済的、家族の問題、仕事の問題などがあふれてきます。それらの問題を一緒に考え支え、寄り添っていくケアです。

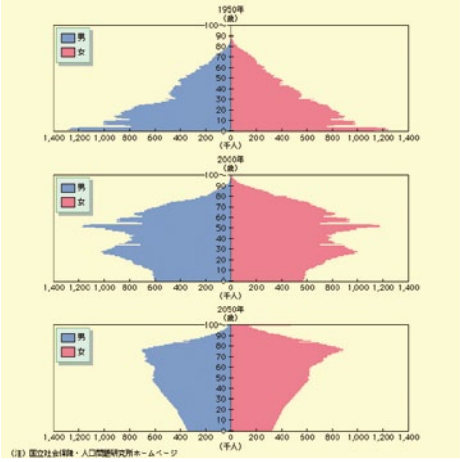


図2. 人口構成の変化（1950年・2000年・2050年）

人は1人では生きて行けません、誰かとの関係性の中で繋がって生きています。他に迷惑をかけてはいけないと育ち、子供に教えてきた日本人の考え方が他を頼ることを躊躇し一人で抱えている人が多くいると考えます。

人が他の動物と違うことは、**成長することができる事、愛することができる事**。とアルフォンス・デーケン先生は言われています。私も人は亡くなるまで人として成長することができる、変われると思っています。実際に病気になったことで今まで考えてもみなかった当たり前の事が本当は幸せだったことに気がつくのです。家族のありがたさ、周囲の人の気遣いや温かさ、言葉の力で人は変われるのです。今まで見えなかった星が夜になって見えるように、気付いていなかったことに気がつくと希望の星が見えてきます。希望が見えると一緒に叶えるお手伝いを緩和ケアチームやスタッフでさせていただきます。

本当にいちばん大切なものは目に見えないものなのかもしれません。

ACP（アドバンス・ケア・プランニング）

万が一のときに備えて、あなたの大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自分自身で考えたり、あなたの信頼する人たちと話し合ったりすることを「アドバンス・ケア・プランニングーこれからの治療やケアに関する話し合いと言います。　（愛称：人生会議）」といいます。

命が危険な状態になると、約70%の人が将来的な医療やケアについて自分の希望を伝えられなくなると言われています。

人生会議は、自分の命が危険な状態となった場合に自分の望む形での医療やケアを受けられるようにすることを目的としています。

急変時はご家族をはじめ、あなたの信頼する方々が代理人として「あなたならこう考えるだろう」と思いながら、医療やケアチームと共に今後の方針について話し合うことになります。

このような時に、人生会議をしていれば、あの時「お母さんあんなふうにいっていたなぁ」とあなたの気持ちや価値観が共有されていれば、自分の望む形で医療やケアを受けることができ、あなたの希望が大切にされると同時に、あなたの信頼する方々の負担を減らすこともでき大きな助けとなります。

人生は選択の連続です、人は誰でも人生の選択をする権利を持っています。選択に正解はありません、**選択した道がその人の人生になっていくのです**。どれを選ぼうとそれはその人の自由。

心の余裕のある時に、じっくりと考える時間を持つこと、そして、あなたの考えを家族など信頼できる方々と話し合ったり、伝えたりしておくことです。「人生会議」は、人生の最終段階に向けての準備をすることを通じて、自分の人生をより良いものにするための活動といえます。

今では「人生100年時代」と呼ばれるようになり平均寿命も延び進んでいますが、万が一の状態になってからでは後悔することになりかねません。健康で元気のある内から人生会議を行って、将来的な医療やケア内容について信頼できる人たちと話し合っておくことは非常に重要な意味をもつといえます。

話し合いを切り出すと、「縁起でもない、今そんな事話しないで、いやな事 は考えたくない」と否定される事もあるかもしれません、しかし**話をする所から始める。話をしないと伝わりません。**

話し合う内容は

- **自分が生活療養していく上で大切にしていること**
- **自分の生き方**
- **意識がなくなって自分で判断できなくなったときは、どうしたいか、望む医療やケア、望まないケア、延命の希望について**
- **自分の代わりに考えて医療の選択をしてくれる人は誰か**
- **これからの療養先、自分で動ける間は家がいいが誰かの助けが必要になったら施設がいい、訪問診療や訪問看護や介護保険を利用してできるだけ家で過ごしたい。自分は病院が安心など。**

先日、三原市久井町に「ACPについて」のお話に行かせて頂きました。「これからの人生に役立つ内容だった。」「家族と話をしたい」など感想を頂きました。

人生の主人公は自分自身です。人生は選択の連続だと言われています。もしもの時のことを考えることは、どう生きるかという事を考えること、一人だけで考えず大切な人と相談してみてくださいね。

▶放射線科

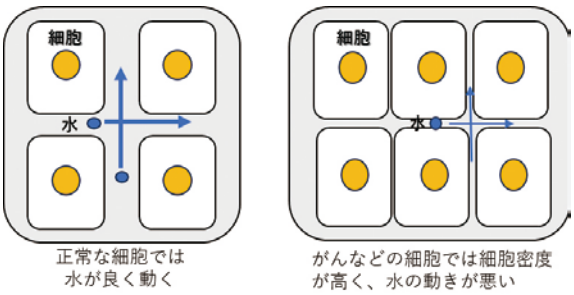
DWIBS検査って何？

放射線科
中川原 哲広

DWIBS（ドゥイブス）は、MRIを使用して全身のがんや転移を探す全身がん検査です。

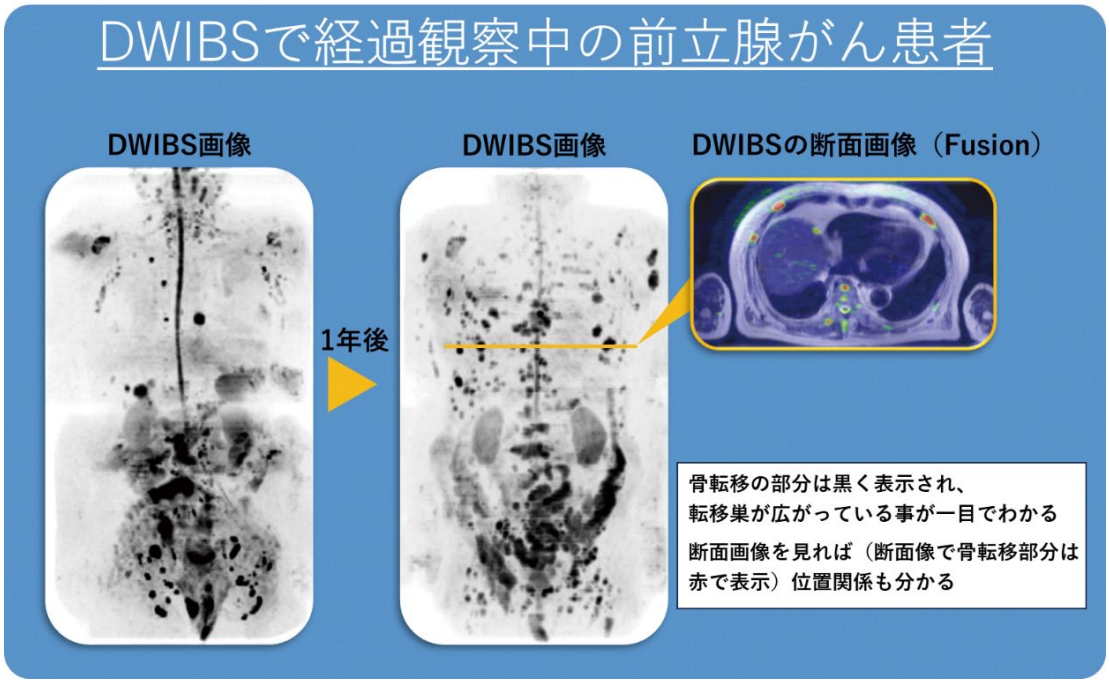
従来のMRIでは一度の検査で身体の一部分しか調べる事ができませんでしたが、DWIBSという検査法の開発により、全身の拡散強調MRIを一度に撮影できるようになりました。

拡散強調MRIは従来からある撮像法で、体内の水の動き（拡散運動）をとらえ、画像に白黒の差で表されます。がん組織は細胞密度が高く、水が自由に動ける部分が少ないので、その部分が強調された画像を得る事ができます。同じようにがんを検索する撮像法でPET−CT検査がありますが、PET-CTはFDGという検査薬を体内に投与し、がん細胞がブドウ糖をたくさん取り込む（糖代謝が高い）という特性を利用した検査なので、DWIBSとはがんを検索する方法が異なります。



DWIBSでは、やや時間がかかるものの、検査薬の注射や放射線被ばくがないというメリットがあり、当院では行っていませんが、がん検診の分野でも注目されています。

DWIBS法は特に骨転移の検索に有効で、前立腺がん、乳がんなど骨転移を生じやすい疾患でよく用いられ、当院でも利用されています。がんや転移の存在を検索する事にはとても有用な検査ですが、詳細に病気を観察するには不向きです。病気を詳しく調べる為には従来通り身体の一部分の検査をする必要があります。



遺伝子診療部の活動について

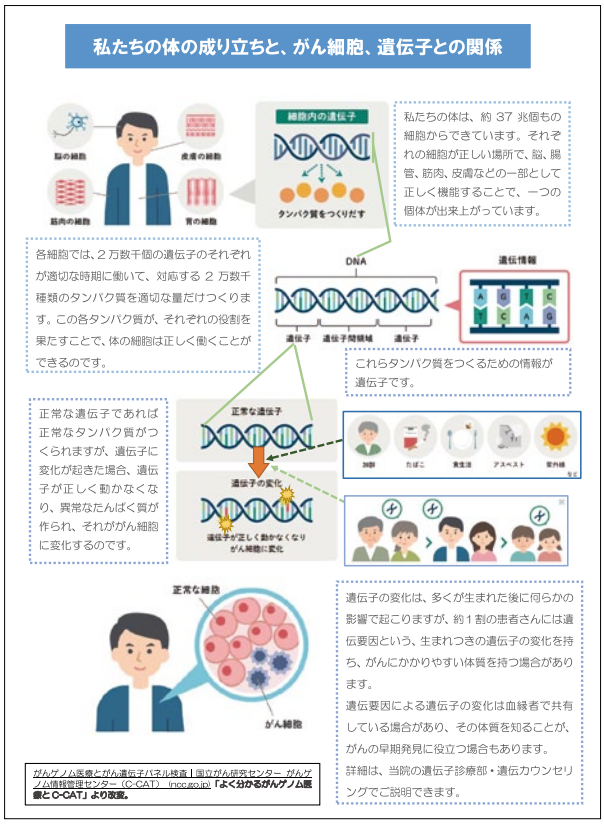
遺伝子診療部　認定遺伝カウンセラー®　齋藤　敦子

JA尾道総合病院は、保険診療*で「がん遺伝子パネル検査」を受けることのできる、国が指定した医療機関です。広島大学病院と連携し、「がんゲノム医療**」を実施しています。

「がん遺伝子パネル検査」とは、がん発症に関わる数十個から数百個の遺伝子を一度に調べ、患者さんごとのがん細胞の遺伝子変化に対応する治療法の探索を目的とした検査です。

遺伝子変化が判明しただけでは患者さんに役立つ情報になりませんが、その判明した遺伝子変化をこれまでに蓄積された遺伝子の情報を基に精査し、広島大学病院におけるエキスパートパネルと呼ばれる専門家会議で検討した結果を患者さんの治療計画に役立てます。

JA尾道総合病院・遺伝子診療部では、未だ理解が浸透していない「遺伝子」を患者さんの診断・治療に役立てるため、遺伝子検査を検討する患者さんやご家族に向けて、必要な情報・概要をわかりやすく説明したり、検査に対する疑問や不安を伺って話し合う「遺伝カウンセリング***」をおこなっています。



「遺伝」「遺伝子」「遺伝医療」など、なんとなく聞きなじみはあるようでも、本当のところはよくわからない、うまく説明はできないことだったりします。

しかし、それらがご自身やご家族、大切な人の診断や治療に直接かかわるのであれば、必要な情報は正しく理解することが大切です。

インターネット・SNSといった情報過多な時代に、正しい医療情報を提供して患者さんの理解と信頼を得られるよう、遺伝子診療部も貢献していきたいと考えています。

*：保険診療での検査を受けるには条件があります。主治医にご相談ください。

**：「がんゲノム医療」とは、がんの原因となった遺伝子変化でがんを分類し、がん種や臓器別ではない、患者さん個別の遺伝子変化に合わせた治療を行うことです。

***：「遺伝カウンセリング」は、内容・時間によって料金が異なります。主治医または地域医療連携室にお問い合わせください。

よろしくお願いします！

新任医師のご紹介

歯科口腔外科

福谷　多恵子（ふくたに たえこ）

広島大学病院から参りました福谷多恵子と申します。
歯科医療を通して、尾三地区の皆さまに喜んで頂けるように頑張ります。

病院理念
- 私たちは生命の尊さと人間愛を基調に、力を合わせて病める人々を守ります。
- 私たちは、地域の基幹病院としての自覚を持ち、常に新しくより高い知識の習得と技術の研鑽に励みます。

基本方針
農業協同組合員によって創設されたJA尾道総合病院は、公的病院として保健・医療・福祉・介護活動を通じて、地域に貢献します。

ACCESS

車 尾道バイパス・平原インターから約3分

バス
- 尾道駅（山陽本線）尾道駅前－JA尾道総合病院前下車
  （おのみちバス：JA尾道総合病院線・尾道市立大学線・瀬戸田線の３路線）
- 新尾道駅（新幹線）新尾道駅－尾道駅前下車（乗り換え）
  （中国バス・おのみちバス）尾道駅前－JA尾道総合病院前

利用者専用シャトルバスのご案内
- 三原方面 JR三原駅西口発（所要時間約30分・途中の停留所７か所）
  発車時間 7:40 ▶ 9:05 ▶ 10:25 ▶ 11:35 ▶ 13:25 ▶ 14:28
- 松永方面 松永農協会館前発（所要時間約30分・途中の停留所９か所）
  発車時間 8:00 ▶ 9:00

※詳しくは総合案内にてお訪ねいただくか、病院ホームページをご覧ください。

駐車場のご案内
駐車料金 ▶ 30分無料、その後1時間ごとに100円
診察を受けられた方は無料となります。

病院敷地内は全面禁煙となっています。