



BベテルH通信L

2021年8月号（第217号）

松山ベテル病院 松山市祝谷6丁目1229番地 TEL 089 - 925 - 5000

ホームページ <https://www.bethel.or.jp/>

☆Sさん、忘れないよ、ありがとう☆

5月にALSで20年間人工呼吸器を装着したSさんが亡くなりました。

筋萎縮性側索硬化症（ALS）とは、手足・のど・舌の筋肉や呼吸に必要な筋肉がだんだんやせて力がなくなっていく病気です。しかし、筋肉そのものの病気ではなく、筋肉を動かし、かつ運動をつかさどる神経（運動ニューロン）だけが障害をうけます。その一方で、体の感覚、視力や聴力、内臓機能などはすべて保たれることが普通です。進行すると、呼吸の筋肉も働かず呼吸器を装着しなければ死に至ります。その中で、呼吸器を装着し生きることを選択したのがSさんでした。

看護経過記録だけでも厚さ10cmあり、ざっくり読んでも、自伝でもかけそうなくらい、聞もあれば希望もあり読み応えのある内容です。2001年6月に気管切開しており、それから人工呼吸器のお世話になっています。そして、文字盤で明確に伝えられたのは2019年までかもしれません。昨年あたりからは、瞬きのみのコミュニケーションでした。

入院時の受け持ち看護師の記録から一部抜粋すると、「入院時より訴えは多く、制限がなくスタッフが1日中付きっきりという状態であった。今現在、患者とスタッフの信頼がとれたことで、体位変換の時間を決めることが出来たが、入院から1年の時間を要した。患者との信頼を得る事が一番難しかったが、根気よく接することで患者自身が変わっていることも分かった。」とあります。病状の変化だけでなく、ケアの面での統一を図るために、カンファレンスで良く話し合いをしています。その中での受け持ち看護師の言葉に「（患者が）何度も言うのは理由がある事を理解してほしい」とありました。

入院して2年間くらいの記録はSさんと私達スタッフとの戸惑いや苦しさの全面に出ており、ALSという病気、そして、Sさんの人間性、私達の未熟さ等が錯綜し、それぞれが苦しかった頃でした。しかし、呼吸器を装着し、個室での生活となった頃から随分と落ち着いてきました。Sさんの正直な義理堅い人間性を知っているからこそ、言いたい事を言い合える仲で居られました。「行きたいところはない、海外にもたくさん行った、後悔はない」と文字盤で伝えたSさん、誕生日のワインでの乾杯、道後公園の花見、納涼祭での盆踊り、はしゃぎましたね。

亡くなられ、お見送りの時には、Sさんのお姉さんが「妹がこの病院でお世話になり幸せでした。」と言われ、笑顔の写真をたくさん持って帰られました。

私達は、普通は経験出来ないような、いろいろな事を考え悩み苦しんだけれど、Sさんの生きる気力やあきらめない強い意志に引っ張られ、ここまで来たような気がします。

貴方とかかわった全ての職員は大きな刺激を受け、成長しました。しっかりと刻まれていますよ、Sさん、忘れないよ、ありがとう。

（ 顧問 吉村 美穂 ）



『もし あと一年で人生が終わるとしたら？』

小澤竹俊 著

この著書は、人生の最終段階に携わっているホスピス医の小澤竹俊医師が書かれたものです。インパクトのある書名に驚かれる方も少なくないと思います。

著者が医療の現場で気づいたことは、「死を前にすると、人は必ず自分の人生を振り返る」ということ。自分の人生で誇れること、後悔していることなどを少しずつ整理し、最終的には多くの方が『良い人生だった』と納得して、穏やかに旅立たれる。

私達が、まだこれからの人生を少しでも悔いなく、よりよく生きるために、「あと一年」という締め切りを仮定し、自分の人生をゆっくりと振り返ってみませんかという問いです。自分にとって大切なものは何か、どんな時に自分らしいと感じたか、どんなことが幸せだったか、死ぬまでにやりたいことは何か、どんな最期を迎えたいかということを考えてみる、そして、それを実現するためには、残された人生をどのように生きていけば良いかということが、より明らかになるだろうと書かれています。

「もしあと一年で人生が終わるとしたら？」と考えることは、自分にとって本当に大切なことに気づくことであり、苦しみや困難と向き合う力、人と支え合い助け合う力、苦しんでいる人を笑顔にする技術を育むことにもつながります。ぜひ、ご一読ください。



エンドオブライフ・ケア (end of life care ELC) 協会 <http://endooflifecare.or.jp/>



2015年4月に小澤医師らが設立。人生の最終段階に対応できる人材育成プロジェクトを開始。目の前の苦しむ人に関わることでできる担い手を育てる活動をしています。人生の最終段階でなくても、コロナ禍 災害 ケガ いじめ等様々な苦しみがあります。苦しみを抱えるのは大人だけではなく子どもも同じです。ELC協会では、全国の学校を中心に折れない心を育てる いのちの授業（同著書）を開催し、

ELCの学びを教育現場や地域に伝える活動をしています。
ELC愛媛の地域学習会（現在はオンライン）

2019年6月～医療介護職に限らず、教員 一般職 学生等様々な仲間とともに、学習会を開催しています。

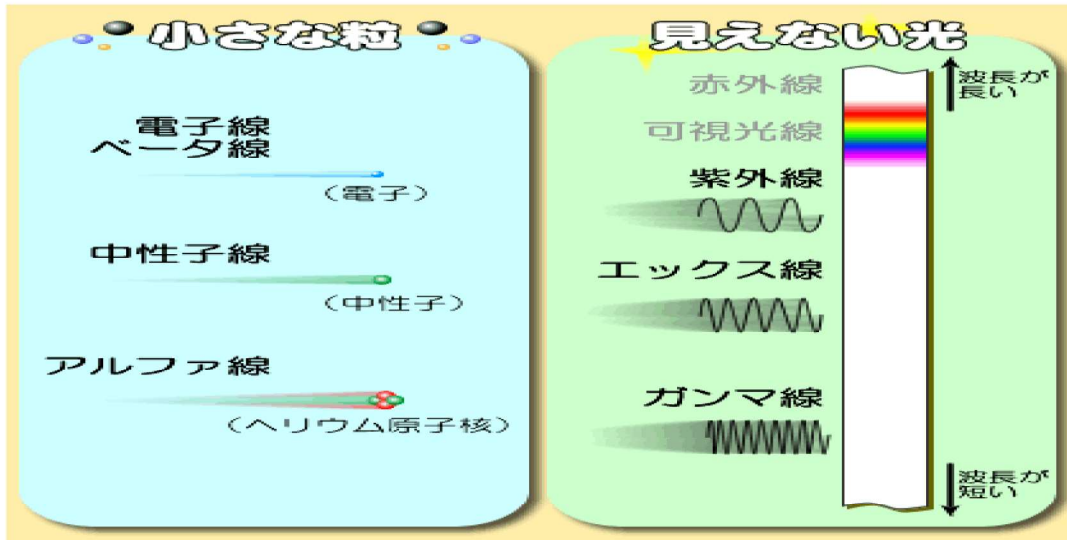
ELCの活動に興味のある方は、お気軽にお声かけ下さい。

（ホスピス医 奥村 淳子）

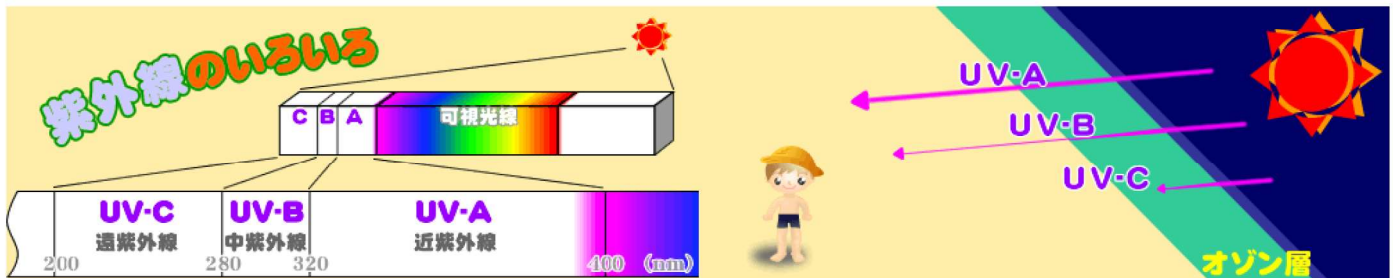
（ELC愛媛）elcehime0406@gmail.com

放射線の正体は！？

放射線には様々な種類がありますが、大別すると、速く飛んでいる小さな粒、および波長の短い見えない光の2種類に分けられます。



・**紫外線**…目に見える光の中で波長の最も短い紫色よりさらに波長が短い光で、太陽や水銀ランプなどから発生。紫外線は、波長の長い方からUV-A、UV-B、UV-Cの三つの波長域に分けられます。それぞれの紫外線の特徴について見てみましょう。



UV-A	320nm～400nm の比較的波長の長い紫外線。 紫外線全体の9割が、この紫外線。シミの原因になります。
UV-B	280nm～320nm の波長域の紫外線。 日焼けや皮膚がんの原因となります。
UV-C	280nm 以下の波長の短い紫外線。 この紫外線は、オゾン層によって吸収されるため、現在は地表に到達していない。 エネルギー量が高く、殺菌力の強い紫外線です。



地球は誕生以来、二酸化炭素におおわれていましたが、光合成生物の出現により、大気中の酸素の濃度が増加していきました。成層圏まで達した酸素(O_2)が強い紫外線を浴び、オゾン(O_3)に変化。オゾン層が誕生したとされています。

次回に続く…

※掲載資料 (公益社団法人放射線影響研究所 日米共同研究機関HPより抜粋)

外来診療日のお知らせ

◎豊田 泰孝 医師（精神科・心療内科）

8月11日（水）、8月25日（水）

◎多田 聡 医師（神経内科）

8月5日（木）、8月19日（木）

◎細川 裕子 医師（神経内科）

8月12日（木）、8月26日（木）

◎加藤 喜久美 医師（内科）

しばらく休診いたします



●月曜日午後の漢方外来は引き続き休診いたします

【※8月より尾崎 絵美 医師の内科診察が始まります】

新

人

交

流

会

～寄せ植え作り～



2021年7月17日、新人交流会として寄せ植え作りをしました。普段は交流することが少ないですが、顔合わせもでき、1つの鉢を作るという共同作業をすることで、自然と会話が増え笑顔になっていました。

うれしいことや辛いことがあった時、それを分かち合える同期がいるということはとても心強いです。今回の交流会で、仕事にも良い影響を与えてくれそうです。



ベ
テ
ル
旬
会

雲海や

いたぎのぞく
頂覗く

天狗岳

（野中 政彦）

帰省子や
母の手料理

箸止まらん

（藤本 加奈子）

睡蓮の
池にスイスイ

あめんぼう

（沼 茂樹）

はるやまや
景色ながめて

待ちぼうけ

（村上 浩）



投句箱は受付・各病棟に設置しています。皆様のご投句をお待ちしております。

『ベテル通信』についてのご意見やご要望はご意見箱へお願いします。

掲載中の記事についてはご本人様、ご家族様の許可を得ています。

発行日 2021年7月26日