

Bベテル通信

2020年11月号（第208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/>

絵になるように生きてみる



2020年春。誰も想像しなかったことが起こり、誰もが自分自身や生活と、向き合う時間を過ごしました。コロナ禍で不自由な日々が続き、ストレスフルだと言う人も多いでしょう。コロナ禍前は、当たり前のようにできていたことが、制限されたり、失われたり…。大きく暮らしが変わってしまった方もいらっしゃるでしょう。流れる情報は多く、振り回されそうになってしまうこともあります。そのような中でも、大切にしたいものは何でしょう。ともすると、崩れてしまいそうになる心と身体のバランスを、少しでも整えて、冷静な判断や行動ができるようにありたいものです。

当病棟は、障害者施設等・一般病棟です。高齢で身体の不自由な患者さまが90%以上を占めています。若い方のように目に見えて回復し、元通りの生活に戻ることが難しいことも少なくありません。それよりも『今の状態を維持すること』。それが目標になることもあります。日々の暮らしの中の、食べること・眠ること・排泄すること・清潔を保つこと・人と話すことなど、元気であれば当たり前できていたことが少しずつ失われ、その一つひとつがケアの場となります。失ってから気づかされる『ありがたさ』、そして『つらさ』、患者さまはその感情と向き合ってきたことでしょう。ケアは、その『当たり前だったこと』を埋めるため、日々、繰り返し繰り返し行われます。でも、その患者さまの今を支えることにつながっています。人の生老病死。それは、一日一日の繰り返しの中で静かに、着実に進んでいきます。ケアにあたる私たち自身もです。患者さまの気持ちに寄り添うなかで、自分の大切にしていることや価値に向き合うことになります。

昼も夜も落ち着きのなかった男性患者さまがいらっしゃいました。ずっと付き添っていることも困難な中、できるだけ人の気配を感じていただけるようにと、人の行き来の多いナースステーションで過ごしていただいたりしました。なかなか落ち着かれる様子はありませんでした。昼間のナースステーションは、電話の音、ナースコールの音、患者さまにとっては、心落ち着く場ではなかったのかもしれませんが、『どうしたらいいだろう』と苦慮していた時、ほかの女性患者さまがされていた塗り絵をふっとすすめてみました。正直なところ「男性の方には興味がないかもしれない…」という思いもありました。ところが、男性患者さまは夢中になって、とてもきれいに色を塗り、その表情には穏やかさが戻っていました。少しでも夢中になれる時間、心が落ち着く時間を持つことができ、私たちも嬉しく思いました。

患者さまに関心を向け、患者さまの「生きる」に寄り添い、質の高い一日を生み出せる環境を作れるようにしていきたいです。



（3階西病棟 看護師長 松井 美枝子）



♡♡♡花言葉は“すこやか”あるいは“永久の幸せ”♡♡♡



フィカス・ウンベラータという観葉植物があります。特徴はなんといってもハート型の大きい丸い葉っぱです。ウンベラータ (Umbellata) という学名は、ラテン語の「日傘 (umbella)」が語源(傘;umbrella(英語)も同じ語源でしょうね)で、ウンベラータは、大きな傘のように見える葉姿にちなんでつけられたそうです。

私の愛読する村上春樹さんの小説でも主人公がウンベラータを育てる場面が出てきますが、そんな生活に憧れて昨年 10 月に鉢植えを購入しました。ハート形の大きな葉っぱが 10 枚ほど生い茂り、植物の持つ勢いを感じることが出来ました。“初めての冬越しに気をつけなきゃ”と意気込んでいましたが、結果は見るも無残でした。寒さが募ると日毎に葉っぱが 1 枚、また 1 枚と落ちていきます。小学校の国語の教科書に出て来たオー・ヘンリーの短編小説“最後の一葉”を思い出し、とても不安な気持ちになりました。

室内で冬越しをさせ、水を少なめとし、暖かい日には日光浴をさせましたが、最終的には冬を迎えるまでに葉っぱ 3 枚まで減ってしまいました。そのような状態でほぼ諦めていたウンベラータですが、それでも毎日のケアは継続しました。全滅か、と危惧していましたが私の思いに応え何とか踏ん張ってくれたようです。



【写真 1】

春が来て木々の新芽が見え始めたころ、私のウンベラータにも新芽が伸びてきました。初めて気づいたのは 6 月上旬でした。茶色の小さな硬い天芽が伸びて 6 月 23 日には写真 1(右の茎から突き出ている部分)のように葉っぱが膨らんで来そうな気配が漂ってきました。その後は驚くほどに、次から次へ葉っぱが増え、9 月 22 日には写真 2 のようになりました。現在では葉っぱが生い茂りすぎて、葉っぱ同士が重なり場所を奪い合っている状態です。でも愛情に応えてくれて大きくなったと思うと嬉しいものですね。



【写真 2】



これから 2 回目の冬越しですが、今年はどんなふう乗り越えられるか、注目しています。

血圧脈波検査

—動脈の硬さ、血管の詰まりを調べよう！—

四肢の血圧を同時に測定することで動脈硬化の程度を数値化します。
その検査が血圧脈波検査で ABI 検査・PWV 検査の 2 種類の検査をします。
ABI 検査と PWV 検査とは手と足の血圧の比較や脈波の伝わり方をしらべること
で、動脈硬化の程度を数値として表したものです。

ABI (Ankle Brachial Index) 狭窄、閉塞の判断指標

足首と上腕の血圧比のことで足関節収縮期血圧÷上腕収縮期血圧で算出されます。ABI を測定することで血管の詰まり具合がわかります。閉塞性動脈硬化症の診断、アテローム（脂質）による血管内径の閉塞状態の評価ができます。

PWV (Pulse Wave Velocity) 動脈の硬さの指標

PWV とは血液が心臓から押し出されたとき生じる拍動が血管を通じて手や足の末梢の動脈に伝わる速度です。血管が硬く径が太いほど拍動は速く伝わるので PWV を測定することで血管の硬さがわかります。

ABI と PWV を同時に測定することで動脈硬化を総合的に判断することができます。

検査方法

ベッドに上向きに寝ていただき両腕と両足に血圧計の帯（カフ）を巻き血圧を測定。同時に両手首の電極から心電図、胸の心音計からの心音も記録します。所要時間は 5～10 分程度です。

以下に該当する方はお勧めです

- ・動脈硬化が気になる方
- ・喫煙をされる方
- ・肥満の方
- ・高血圧・糖尿病・脂質異常の治療を受けている方
- ・運動不足が気になる方

当院の血圧脈波検査装置
[オムロン コーリン BP-203RPE III form]



是非、健康診断と一緒に受けてみてはいかがでしょうか。

外来診療日のお知らせ

◎ 豊田 泰孝 医師（精神科・心療内科）

11月4日（水）、11月18日（水）

◎ 多田 聡 医師（神経内科）

11月12日（木）、11月26日（木）

◎ 大西 哲史 医師（内科）

11月10日（火）より毎週火曜日のみ診察いたします

（月曜日午後の漢方外来、金曜日午前の外来診察は休診いたします。）



インフルエンザ予防接種のお知らせ

❀実施期間❀

10月16日～12月28日（月）まで
※ワクチンがなくなり次第終了します。

❀接種料金❀

3,500円（税込）

❀申込方法❀

① 1階外来へ直接申し込み
② 電話での申し込み ☎925-5000
※上記①か②でお申し込み下さい。
（土曜日の申し込みは行いません）

❀必要なもの❀

保険証（又は運転免許証等）

※愛媛県内に住民票がある65歳以上の高齢者の方は、12月末まで自己負担額は1,000円となります。



我慢する？
食欲の秋と
あきらめる

（龍司）

子供との
思い出映す
秋の空

（千隆）

ひまわりの
次はコスモス
菊の花

（平岡 恵行）

ベ
テ
ル
句
会

投句箱は受付・各病棟・5階リハビリ室に設置しています。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。

発行日 2020年10月23日