

# 南ユーカー使い

平成30年  
さくらホームクリニック  
第20号

## ヒポクラテスの樹

皆さんお久しぶりで  
す。昨年は私自身病気の  
治療に専念するため  
に、約一年半の間、南  
ユーカー便りを休ませ  
ていただきました。  
どうもご心配をおかけ  
しました。お陰様で体



## 日本在宅医療学会出席

本年11月3日から4  
日までパシフィコ横浜  
で開催された「第29回  
日本在宅医療学会学術  
集会」に参加してきま  
した。今回の学術集会  
のメインテーマは「食  
べる楽しみを最期ま  
で」でした。人間が生  
きていくうえで欠かせ  
ない「食べる」ことを  
出来るだけ続けられる  
ように多職種で協力し  
て支援していこうとい

調もすっかり回復して  
きましたので、今回か  
ら再開させていただき  
ます。  
うものでした。いきい  
きと生き、幸せに逝く  
ためにはどうすれば良  
いのか、楽しみながら  
上手に栄養を摂取し、  
痛くて苦しい床ずれを  
予防したいなどの発表  
がたくさんありまし  
た。好きなものをいつ  
までも口から食べたい  
というのが人々の偽り  
のない希望です。その  
ためには咀嚼と嚥下の  
機能を維持するだけで

なく、歯を含めた口腔  
内の健康をいつまでも  
保つのが大切です。私  
も来年早々には歯科受  
診して歯や歯肉などを  
含めた口腔内チェック  
をしてもらおうと思っ  
ています。  
また、高齢者に対して  
抗がん剤治療をいつた  
いどこまでやるのか、  
いつ止めるのか、とい  
う難しい問題も議論さ  
れました。ひとくちに  
高齢者と言っても体力  
や気力は千差万別、医  
療サイドの方で勝手に  
線引きすることは出来  
ません。終末期の患者  
さんでも、がんを慢性  
病とみなし共に出来る  
だけ長く暮らしたい、  
ひよっとすると治癒出  
来るかもしれないと期  
待して8割ぐらいの方  
は抗がん剤治療の継続  
を希望されるようで

す。ただ、最近辛い  
副作用のある抗がん剤  
治療はせずに、QOL  
を維持するために痛み  
などをコントロールす  
る緩和治療を希望され  
る患者さんも増えてき  
ています。興味深いア  
ンケート結果の報告も  
ありました。それは医  
師に対するもので、自  
分自身ががんになった  
場合はQOLを重視し  
た治療法を選び、患者  
さんには副作用が大き  
くても生存期間を延ば  
す治療を勧める、とい  
うものでした。つまり、  
医師たちは患者さんに  
は勧めても自分には抗  
がん剤などの辛い治療  
はしないという結果で  
した。一方、患者さん  
が抗がん剤に過剰に期  
待するのは、医師から  
正確で十分な情報を伝  
えられていない可能性  
も指摘されました。



## 地域での看取り

私はその学会で「地  
域での看取り」という  
一般演題の中で、「高  
齢者施設における看取  
りについて」を口演発  
表してきました。超高  
齢化社会へと突き進ん  
でいるわが国において  
は年間の死亡数は急激  
に増加しており、最も  
年間死亡数の多い20  
40年と2015年で  
は何と40万人もの差が  
推計されています。死  
亡数の増加につれて、  
当然のことながら医療  
費の高騰や病院の病床  
不足が深刻さを増して  
おり、そのため住み慣  
れた自宅や老人施設で  
最期を迎えたい、在宅  
死を希望される人が急  
増しています。私たち  
もこの10年間で75歳以  
上の後期高齢者の患者  
さん150人以上のお  
看取りをしてきまし  
た。私たちのような地  
域医療を担う「かかり  
つけ医」とっては、  
病院ではなく自宅や施  
設で看取ること、地域  
での看取りを行う機会  
が今後ますます多くな  
ってくると思われま  
す。

近藤 精二



# ブログを始めました

厚労省の発表では、今後高齢者や後期高齢者がまだまだ増加し、それに伴って認知症の患者も増えるため、医療や介護の負担がますます重くなっていくと予想されています。私たちさくらホームクリニックでは、在宅や施設で介護されている方々を10年以上にわたり、生活の場で診察し、治療のみならず、介護や最期を迎える際のアドバイスなども適宜行っています。

世間一般では、認知症と言っても葉があるもので何とかなるだろう、と思われていて、ご家族でも進行する病気であることが理解されていない場合があります。また、高齢になれば最終的に亡くなるわけですが、最期に至るまでの治療や介護に関する決断に関して、

なかなか前もって考えていないこともよくあります。そこで、院長も私もそれぞれブログを立ち上げ、日々の診療に関することがらなどを綴って情報を発信することにしました。興味のある方は是非ごらんになって下さい。

私のブログの内容を少しご紹介しましょう。メインは、「時をかけるおばあさんたち」と題した、高齢者や認知症の方々への訪問診療の経験に基づいたエッセイです。1回目の副題は「昔の記憶の中で生きる」で、認知症が進行してくると、最近の記憶は定着しづらいものの、昔の生活の記憶や印象深いできごとは鮮明にのみがえり、生き生きと話してくれるさまを書きました。2回目は、独

居高齢者の認知症の問題につき、佐倉市や地域包括支援センターと連携した活動につき紹介する予定です。

# 近未来の高齢者生活

自分ではいつまでも若いつもりでいたが、来年還暦を迎えることになりました。医師会や保険医協会の雑誌や新聞では還暦特集があり、それに載せるためにエッセイを次々と頼まれました。千葉県保険医協会に載せるエッセイでは、「最新のIT技術を駆使した近未来の高齢者の生活」というものを想像してみたので、ご紹介します。

まず朝は起きる時間になると自動的にカーテンが開けられ、朝日と小鳥の声で目覚めます。壁には森林の光景が3D映像として映され、せせらぎの音もかすかにします。キッチンからはコーヒーの香り、そして自動調理器

で調理されたサラダと目玉焼き、チーズトーストの朝食が待っています。

身支度をして、時計型スマホで呼ぶと、自動運転の車がやってきます。私たちの世代では、ヒーローがマグマ大使を呼ぶ時にしか使えなかった贅沢です。「今日はどちらまで？」顔認証、声認証システム完備なので、「天気が良いから川村美術館の庭を散歩したいわ」でオーケー。料金の自動引き落としも間違いなくしてくれます。

家に帰ると、スマホでオーダーした買い物や夕食などをドローンが届けてくれます。今夜の夕食はフレンチのフルコース、人気シェフのメニューです。映

画や好きな歌手のデイナーショーも3D映像で楽しめ、臨場感が半端ありません。ひとりで寂しく感じる時は、家族やペットのありし日の姿を3D映像で身近に眺めて偲んだりもできます。最後に健康状態については、バイタルサインを自動で計測し、AI (artificial intelligence) がチェックして適切なアドバイ

スや処方をしてくれます。あ、これでは私たちがかりつけ医の仕事がなくなってしまうって困りますね。

近藤 靖子



**院長 さくらホームクリニック**

<http://sakura-homeclinic.com/>

**ホームページはこちらです**

**副院長 メディカルミッション**

<http://medical-mission.info/>