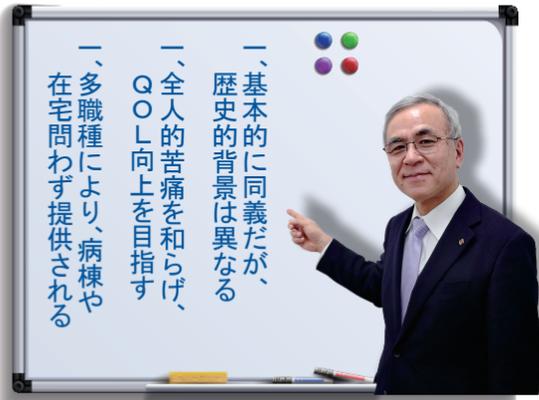


# ホスピスや緩和ケアって？

がん患者さんの増加などにもない、近年、「ホスピス」や「緩和ケア」が目されています。我が国でホスピスがスタートして間もなく半世紀を迎えますが、「じつは誤解していた」というケースも少なくありません。今回は徳洲会グループで最初に緩和ケア病棟を開設し、NPO法人を立ち上げ啓発活動にも尽力している札幌南徳洲会病院の前野宏総長が歴史的背景も含め解説します。



前野宏・札幌南徳洲会病院総長

- 一、基本的に同義だが、歴史的背景は異なる
- 一、全人的苦痛を和らげ、QOL向上を目指す
- 一、多職種により、病棟や在宅問わず提供される

「ホスピス」と「緩和ケア」は、ほぼ同じ内容を表していますが、歴史的な意味合いが異なります。元々は「ホスピス」という言葉で表され、医療分野では1967年に

末、「人としての尊厳を保った死」が損なわれるケースが顕著になり、その反省の下に近代ホスピスが誕生、急速に世界に広まりました。しかし、「ホスピス」

近代医療の進歩とともに終末期の分野に延命医療が取り入れられましたが、その反面、「その人らしい終末」が用いられています。日本では、73年に大阪府の淀川キリスト教病院で始まったOCDP (Organized Care of the Dying Patients) が発端とされています。終末期の患者

英国で「近代ホスピス」が生まれスタートしました。近代医療の進歩とともに終末期の分野に延命医療が取り入れられましたが、その反面、「その人らしい終末」が用いられています。日本では、73年に大阪府の淀川キリスト教病院で始まったOCDP (Organized Care of the Dying Patients) が発端とされています。終末期の患者



穏やかに過ごせるよう空間も意識(札幌南病院の緩和ケア病棟)

さんに対する多職種のチームアプローチで、「痛み」の軽減を中心に、がんに対する積極的な治療は行わず、穏やかに過ごせるよう専門的な立場から個々の患者さんに寄り添いケアを行います。痛みは、「身体的苦痛」以外にも、不安や、いら立ちといった「精神的苦痛」、家族や仕事の悩みといった「社会的苦痛」、苦しみをもちながら生きることの意味や死ななければならぬ苦しみといった「スピリチュアルな苦痛」と多岐にわたります。かかわる職種も多様で、当院では従来の医療従事者に加え臨床宗教

師、公認心理師、音楽療法士といった方々もチームに加わっています。我が国でホスピスがスタートして来年で半世紀になります。この間、全国に緩和ケア病棟が450カ所程度(北海道にも20カ所以上)開設されるなど着実に浸透しつつあります。ところが、がんの痛みでも医療用麻薬(オピオイド)が何種類も使用できるようになった今でも、満足にコントロールできていないケ

スがあるなど課題は少なくありません。奇しくも73年は徳洲会がスタートした年でもありますが、徳洲会はいくつでも、どこでも誰でも最善の医療を受けられるようにするために生まれてきました。私はいくらでも緩和ケアが受けられるようにしたいです。全国どこでも緩和ケアが受けられるようにしたいです。現在、徳洲会では8病院が緩和ケア病棟を設置しています。それぞれが地域の緩和ケアの拠点となり、やがては全国に広がって地域を問わず緩和ケアが受けられる環境になることを期待しています。



札幌南病院の「静まりの部屋」で傾聴する米本智昭・臨床宗教師

## お皿の上の健康

Recipe 66

### 旬の食材で英気を養う 血液サラサラ健康維持 かつおのたたきポン酢ドレッシング



徳洲会グループ栄養部が主催した2020年度料理コンテスト北海道ブロックで敢闘賞を受賞した介護老人保健施設コスモスの「かつおのたたきポン酢ドレッシング」(写真右上)を紹介します。春のかつおは初がかつおと呼ばれ、脂身が少なくさっぱりとしているのが特徴。かつおはDHA(ドコサヘキサエン酸)やEPA(エイコサペンタエン酸)を豊富に含み、血液をサラサラにし健康維持の効果などが期待できる優れた食材です。

同じく旬のちりめんじゃこを使ったじゃこ飯(写真左下)や、タケノコを使ったウナギの養老蒸し(すりおろしたヤマモを用いた蒸し料理、写真中央)などを加えると、春のごちそうメニューと呼ぶにふさわしい献立になります。ウナギはビタミンAが豊富で疲労回復につながります。旬の食材を取り入れて英気を養い、新年度を迎えましょう。

#### 材料(1人分)

- |        |             |         |      |
|--------|-------------|---------|------|
| かつおたたき | 55g(4~5切れ分) | 穀物酢     | 5g   |
| 京菜     | 5g          | 醤油      | 5g   |
| ミョウガ   | 5g          | みりん風調味料 | 2.5g |
| カイワレ菜  | 3g          | オリーブオイル | 2.5g |
| タマネギ   | 30g         | ダイコン    | 10g  |
|        |             | ニンジン    | 5g   |

#### 作り方

- Step.1 京菜、ミョウガ、カイワレ菜、タマネギを細くカットし、水にさらした後、皿に盛り付ける。
- Step.2 ダイコン、ニンジンを飾り切りにして盛り付ける。
- Step.3 穀物酢、醤油、みりん風調味料、オリーブオイルを混ぜてドレッシングをつくる。
- Step.4 かつおのたたきは少し厚めに切り、皮の面を上にして皿に盛り付け、ドレッシングをかける。

**1 Point アドバイス** かつおを選ぶ時は、血合いが赤く、皮目はつやがあるものを選ぶようにしましょう。生魚のおいしさを抑える薬味として、今回はミョウガを用いましたが、辛子醤油やごま油、新タマネギでも代用できます。かつお以外にも春に旬を迎える魚はいろいろありますが、たとえば、にしんもそのひとつ。南蛮漬けがおすすめの調理法です。このほか、セリや春菊、菜の花、ルッコラ、クレソンなどを使用したサラダや、とろろに刻んだワラビを混ぜた麦とろ飯なども春のおすすめメニューです。お好みの食材を使って春を満喫してください。



老健コスモス栄養管理室の菊地勤調理師

#### お答えします

**Q** 背中がカサカサになり、かゆいです。治療中の疾患はありません。(71歳・男性)

**A** 皮脂不足症か、皮膚に赤みがあるなら皮脂不足性湿疹かもしれません。皮膚には体の内側を守るバリア機能がありますが、皮膚が乾燥すると弱まり、これらの疾患を発症することがあります。高齢者特有ではありますが、加齢とともに肌の保水力が低下し乾燥しやすくなることから、老人性乾皮症とも呼ばれます。

皮膚の下には、かゆみを伝える感覚神経が走っています。正常な皮膚では、この神経が必要以上に伸びるのを抑制する因子が働いていますが、皮膚のバリア機能が弱まると抑制因子の働きが弱まり、逆に神経を伸ばす因子の働きが強くなるため、最終的に表皮近くまで神経線維が伸びてきます。こうなるため、最終的に表皮近くまで神経線維が伸びてきます。こうなるため、より敏感になり、些細な刺激でも、かゆみが生じるようになります。かくと一時的にかゆみは収まりますが、皮膚がダメージを受け、さらなるかゆみが誘発されます。

治療は保湿剤が重要。肌の保水力を高め、バリア機能を回復します。皮膚の炎症をとまう場合はステロイドの塗り薬を用い、必要に応じてかゆみ止めの内服薬も併用します。肌の乾燥やかゆみが気になる方は早めに皮膚科受診を。しっかり保湿し肌のバリア機能を保つことで、将来の肌の健康状態が変わるため、若い方にも保湿習慣をおすすめします。



呉雨昇(ごうしょう) 成田富里徳洲会病院皮膚科診療科長

## 教えてドクター! 保湿し肌をバリアを

- 一 自分の歯 二十六本 金メダル (北海道村上重時84歳)
- 二 コロナにて 妻は先立ち 便りあり (鹿児島県川野照文86歳)
- 三 副作用 疑うよりは まず接種 (埼玉県早川誠81歳)
- 四 陽よりも 陰が好かれる 検査の後 (神奈川県西山喜代視76歳)
- 五 どこまでも 変異へんいと オミクロン (北海道千葉藤雄92歳)

**お知らせ** 長らくご愛読いただきました「医介川柳」は、今号で終了させていただきます。いつも投句してくださったファンの皆様、誠にありがとうございました。

選・井上優

## お産はいつも感動!

中川 香奈子  
神戸徳洲会病院看護師



当院は昨年10月にレディース病棟を開設しましたが、女性の看護に興味があったので、当病棟への異動を希望しました。女性のライフステージの変化に応じたケアを提供していて、お産の立ち合いは、いつも感動します。目標は助産師の資格を取得することです。現在はコロナ病棟での勤務もあり、忙しい毎日を送っていますが、落ち着いたら本格的に勉強をしたいと考えています。また先日、厚生労働省の委託で日本助産師会が主催する「不妊症・不育症ピアサポーター」研修を受けましたが、いろいろな職種・立場の話が聞けて興味深かったです。休日は買い物をするのが好きです。スキンケアにはまっているので、美容液やパックをたくさん買い、疲れた時に使ってリフレッシュしています。