

## 塩谷郡市医師会リレーコラム シリーズ「在宅医療」

問い合わせ／〒329-1312 さくら市桜野1319-3  
さくら市氏家保健センター内  
塩谷郡市医師会

### 第22回「がんの緩和ケア」

在宅ほすびす 渡辺 邦彦 (高根沢町)

がんの緩和ケアとは、患者さんの苦痛を和らげ生活の質(QOL)を向上させることです。がん患者さんの苦痛で最も多いのが、がんによって生じる疼痛です。痛みの性質を正確に評価し、モルヒネなどの医療用麻薬や、鎮痛補助薬を適切に使用すると和らげることができます。

85歳の原発不明がんの患者さんで、骨転移による腰痛をモルヒネのカプセル剤でコントロールできていたところ、ある日、坐骨神経の走行に沿った、痺れる様な痛みになりました。即効性のモルヒネを数回使用しても痛みと連絡があり往診しました。静脈ラインを確保し、注射剤である塩酸モルヒネを5分毎に注入し、疼痛が緩和されました。その後PCAポンプで持続的にモルヒネを皮下に注射することで、痛みなく過ごせるようになりました。がんの腰椎転移による体性痛が、脊柱管内に進展し神経の後根を刺激する神経障害性疼痛になったため、それまでの飲み薬では効果がなかったわけです。

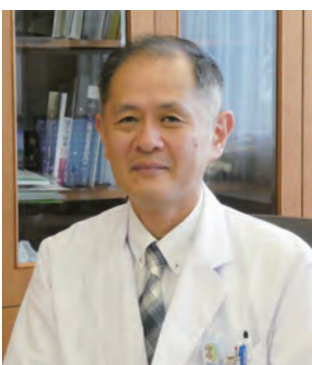
肺がんや肺転移で生じる呼吸困難、胃がんなどで生じる悪心・嘔吐、肝転移や腹膜播種による腹部膨満感など、臓器の障がいによって生じる不快な感覚を世界疼痛会議は疼痛と定義しています。このような不快な症状に対して酸素吸入、制吐剤、利尿薬などを使っても緩和されないことが多いのですが、内臓痛と評価できればモルヒネや非モルヒネ系のオキシコンチンが有効です。胸水貯留による呼吸困難や腹水貯留による腹部膨満感にはモルヒネの効果も限られますが、胸腔穿刺、腹腔穿刺で劇的に症状は緩和されます。

ひとり暮らしで畳の上に布団を敷いて生活していた82歳の肺転移の患者さんとお会いしました。呼吸困難が強く今にも亡くなりそうな状態でしたが、柱にもたれて座ってもらい、玄関の上がり框の段差を利用して胸腔穿刺を行い、胸水を抜きました。約10分の処置後「羽が生えたように楽になりました」と笑顔が見られました。残された時間が短い場合でも、迅速に患者さんの不快な症状を緩和させてあげる必要があります。

## 国際医療福祉大学 塩谷病院からのお知らせ

問い合わせ／  
国際医療福祉大学塩谷病院 ☎(44)1155  
健康増進課 ☎(43)1118

当院は昨年度、継承10周年を迎えることができました。地域の中核病院として皆様の健康をお守りするために医療の充実を図り、栃木県より災害拠点病院に指定されたことで、さらにその役割は大きくなりました。



また、今年度は新規入職医師を4名迎え、より一層充実した診療体制を整えていきます。これからも外来患者様や入院患者様の治療を担うだけでなく、市民公開講座の開催や市内小学校、幼稚園での手洗い教室の実施など、身近に触れ合える場での病気予防活動にも力を入れて、市民の皆様が安心して生活できるよう、貢献してまいります。国際医療福祉大学塩谷病院 病院長 須田 康文

呼吸器外科 小中 千守 医師  
東京医科大学卒、同大学院修了、医学博士、前東京医科大学第一外科助教授、前スウェーデン王立カロリンスカノーベル医学研究所研究員、日本呼吸器外科学会認定指導医、日本外科学会認定指導医、日本呼吸器内視鏡学会認定気管支鏡指導医、日本臨床細胞学会認定細胞診専門医、日本呼吸器学会認定専門医、日本がん治療認定医機構暫定認定医、米国胸部疾患学会フェロー、国際細胞学会フェロー、日本外科学会連合学会フェロー、Best Doctors in Japan 2004-2005

内科医長 五家 里栄 医師  
自治医科大学卒、前日光市民病院内科、元自治医科大学附属病院消化器・肝臓内科、元国民健康保険飛騨診療所、元上都賀総合病院、元自治医科大学附属病院、日本消化器病学会認定消化器病専門医

整形外科 松本 亮 医師  
日本大学卒、前那須赤十字病院、元国際医療福祉大学三田病院、元恩賜財団済生会横浜市東部病院、元慶應義塾大学病院、元恩賜財団済生会横浜市南部病院

消化器外科 貝沼 駿介 医師  
日本医科大学卒、前日本医科大学千葉北総病院、元千葉大学医学部附属病院

## 9月の集団健康診査日程 ～新規申し込み受付中!!～



※市ホームページ(トップページ>健康・福祉>健康診査・各種検診>各種健診の日程)に健診日の混雑状況を掲載しています。どうぞご覧ください。  
申込・問い合わせ/健康増進課 ☎(43)1118

受診される方は、次のものを必ずお持ちください。

- ①保険証
- ②集団健診のお知らせ(問診票)
- ③受診券(特定健診を受診する社会保険の方)

また、お申し込みをされていない方で受診希望の方や、日程変更を希望される方は、必ず健康増進課へご連絡ください。(※健診予定日に発熱やせきなど、体に異常がある場合は、後日改めて受診してください。)

	受付時間	場所	特定健診、胃・肺・大腸・前立腺がん	乳・子宮がん骨粗しょう症	備考
6日(金)	8:30～10:30	文化会館 小ホール	○		
17日(火)		農村環境改善センター	○		
18日(水)	8:00～10:30	文化会館 小ホール	○	○	※乳がん検診枠残りわずか
27日(金)	8:30～10:30	農村環境改善センター	○		

## 国民年金 年金保険料免除申請のご案内

問い合わせ/大田原年金事務所 ☎(22)6311  
矢板市市民課 ☎(43)1117  
FAX(43)5962

7月から、令和元年7月分～令和2年6月分の「国民年金保険料免除・納付猶予制度」の申請が始まりました。保険料が未納のままだと、老後の年金だけでなく、若いときにも条件を満たせば支給される障害基礎年金などが受けられない場合があります。

●保険料免除制度とは  
所得が少なく、本人・世帯主・配偶者の前年所得(1～6月までに申請される場合は前々年所得)が一定額以下の場合や失業した場合など、国民年金保険料を納めることが経済的に困難な場合は、申請が承認されると保険料の納付義務が免除になります。

◆大田原年金事務所からのお知らせ  
大田原年金事務所では、厚生年金や共済年金などに関する年金相談を受け付けています。予約受付専用電話(0570-05-4890)でご予約いただくと、お客さまのご都合に合わせてスムーズに相談いただけるほか、相談内容に合わせてスタッフが事前に必要書類などを準備しますので、窓口でお待たせする時間を軽減することができます。

## マイナンバー カード交付に 「事前予約」をご利用ください

問い合わせ/  
市民課 ☎(43)1117 FAX(43)5962

市では、窓口でお待ちいただく時間をできるだけ短縮し、スムーズにお渡しできるよう、窓口延長時(毎週月曜日の17:15～19:00 ※月曜日が休みの場合は、翌日)のマイナンバーカード交付に「事前予約制」を導入しています。

窓口延長時のカード交付を希望される方は、事前に市民課までお電話ください。  
※通常の業務時間帯(8:30～17:15)は予約不要です。交付には20分程度かかりますので、時間には余裕を持ってお越しください。

補聴器 ジュエリきくち  
ダイヤー矢板店前 木曜定休  
営業時間 10:00～19:00  
☎43-1347

汗によるメガネのズレ落ち防げます!  
補聴器お試しできます。  
認定補聴器技能者  
しんてしこみこえたりや会増えら話す楽が  
10月 38532  
20-3418  
菊地 理  
公認補聴器士、タウニエイト協会

大人気「ハズキルーペ」  
見やすいのは? ルーペvs老眼鏡 見比べ体験 開催中  
信頼の日本製 レンズ10年保証

会員募集(特に女性会員)!  
シルバー人材センターの会員を募集します  
条件/市内在住で、健康で働く意欲のある60歳以上の方  
主な仕事/草刈り作業(草刈り機を使用)、除草作業(鎌を使用)  
植木せん定作業(せん定道具を使用)など  
申込・問い合わせ/矢板市シルバー人材センター  
☎(43)6660

矢板市民の便利アプリ  
矢板市公式アプリケーション「やいたぶ」  
子育てやイベント情報など、お役立ち情報をあなたのスマホにお届け!  
iPhone Android