

多摩地域の在宅医療・介護・福祉・保健を支える

ふれあい通信

2023
3月号



Index

P2

特集

訪問診療クリニックの緩和ケア外来と疼痛管理

病院から在宅への移行をスムーズにするために

P6

ケアマネ相談室

File 7

たまふれあいグループ連携施設のご紹介 その8

P8

スタッフ紹介 たまレポ!

訪問看護ステーション 看護師 関山 久美さん



「病院と在宅の間があるといいね」
訪問診療を見据えた
緩和ケア外来が病院の受け皿に

たまふれあいクリニックの緩和ケア外来は約3年前にスタートしました。がん治療を得意とする600床以上の大きな病院の方から「病院と在宅の間に、そのまま訪問診療につながるクリニックの外来があるとすくいいね」というご相談をいただき、病院の受け皿として緩和ケア外来を始めました。

がん治療のために、川崎市のご自宅から1時間以上かけて東京都内の大きな病院に通院される方はたくさんいらっしゃると思います。しかし、がん治療には限界があります。積極的な

特集

訪問診療クリニックの 緩和ケア外来と疼痛管理

病院から在宅への移行をスムーズにするために

訪問診療を行うたまふれあいクリニックでお看取りした患者さんの約4割が、悪性新生物（がん）でお亡くなりになっています。お看取りに向けて訪問診療を始める方が多いため、訪問開始から終診までの期間が約1カ月という患者さんも多く、他の疾患よりもとても短い傾向にあります。たまふれあいクリニックでは、病院での治療を終えてご自宅で訪問診療を開始するまでの間をつなぐために、緩和ケア外来を行っています。

今月の特集では、スムーズな訪問診療の開始に向けた緩和ケア外来の役割と、最期を穏やかに過ごしていただくための疼痛コントロールについてご紹介します。



納得できる最期に向けて 訪問診療がある 緩和ケア外来受診を

治療が難しくなった患者さんには、ご自宅近くの緩和ケア外来を受診していただくことで、通院の負担軽減と、訪問診療開始に向けた準備をすることができま

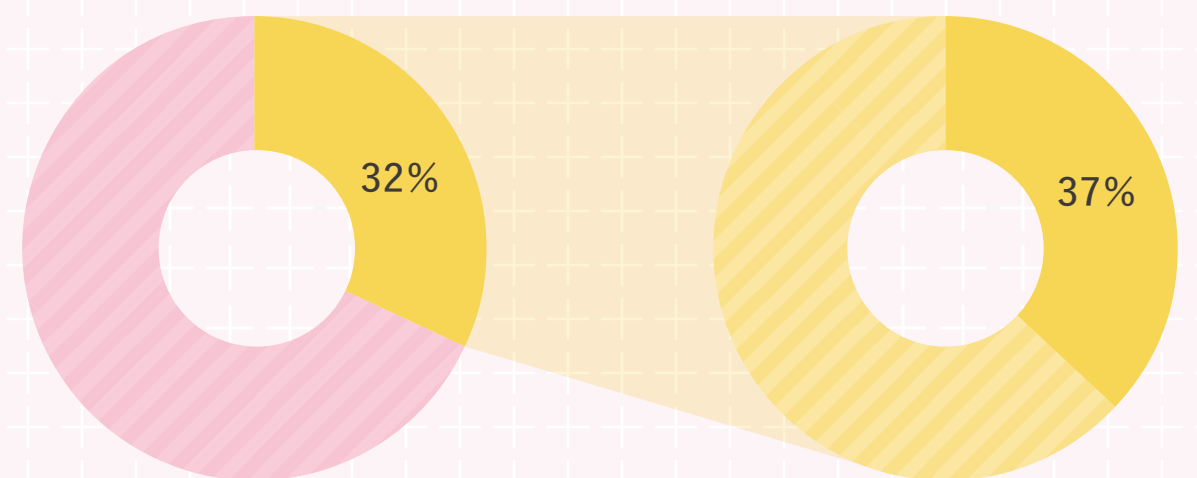
積極的ながんの治療は行わず、通院できる間は症状を和らげることを目的に緩和ケア外来を受診することで、BSC（ベストサポートケア）に取り組み、QOL（生活の質）の向上を図ることができます。

がんの場合、通院が難しくなって紹介状をいただいで訪問診療を始めても、早期でお亡くなりになるケースもあります。また、訪問診療開始から終診までの期間が短いため、患者さんやご家族の希望をうかがう時間が限られてしまい、思うようなお看取りができないこともあります。

訪問診療を行うクリニックの緩和ケア外来を受診することで、医師は早い段階から病状や生活環境などを知ることができ、訪問診療の介入がよりスムーズになります。患者さんにとっても緩和ケア外来のある訪問診療のクリニックであれば、訪問診療を希望するときに他のクリニックへ代わる必要がありません。

1.たまふれあいクリニック
訪問診療終了のうち
当院によるお看取りの割合

2.当院の
お看取りのうち
がんによる割合



(いずれも調査期間は2022年4月～12月)

たまふれあい
クリニック
地域相談室
かめい なおき
亀井 直樹

一般的には、病院から在宅へ移行する場合、クリニックの外来を受診することなく訪問診療で初診となります。がん末期では在宅での看取りか、緩和ケア病棟へ入院したいのかなど、選択肢があり、ご希望に応じて調整するため、当クリニックには地域相談室を設けています。お電話1本いただければ、在宅でも入院でも、スムーズにサポートします。

▶緩和ケア外来のご依頼・ご相談はこちらへお電話ください。

たまふれあいクリニック地域相談室
044-931-0220

図2 NRS (Numerical Rating Scale: 数値的評価スケール)
「想像できる最悪の痛みを10とした場合、今はどれくらいの痛みがありますか?」



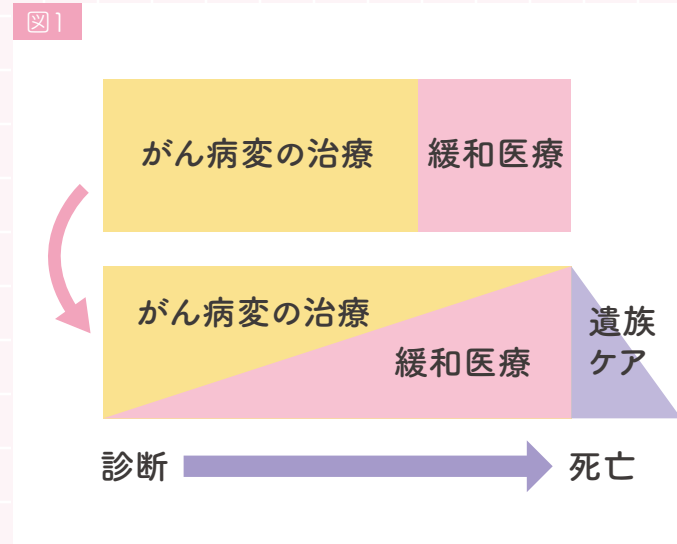
図3 Face Scale (フェイススケール)
「今の痛みにも最も当てはまる顔はどれですか?」

0	1	2	3	4	5
痛みなし	ほんの少し痛い	少し痛い	中くらい痛い	とても痛い	これ以上の痛みがない

NSAIDsのロキソニンなどから開始して、解熱鎮痛剤としては1回400〜500mgを使用しますが、がん性疼痛の場合は体重50kg以内で2400mg、50kg以上で4000mgまで使用できます。次の段階でオピオイドを選択しますが、痛みが強くて夜も眠れないという場合は、最初から強オピオイド鎮痛薬のモルヒネなどを使います。オピオイドを開始して2日、3日でどれくらい緩和されるかを評価して、また鎮痛薬の調整をする流れで

がん性疼痛コントロールについて

がん性疼痛コントロールの概要について、緩和ケア科のご経験がある杉浦ちとせ先生にお話をうかがいました。



痛みのアセスメントは患者さんのQOLのため

かつては緩和ケアとがん治療は切り離されて考えられていましたが、今は、がん診断されたときから、抗がん治療と同時に緩和ケアが始まり、治癒と延命だけを目的とするのではなく、症状緩和も含まれるようになりました(図1)。

予後6カ月ごろになると積極的なホスピスケアへ移行するため、緩和ケア科へ入院することが一般的になっ

す。副作用として代表的な吐き気、便秘、眠気などが現れやすいので対策を行っていきます。オピオイドの増量を考えるときは、1日4回以上のレスキューを使うようになってから。痛みがなく、副作用がない状態が疼痛コントロールのゴールです。

(※)死を目前にした患者さんの、身体的苦痛や精神的苦痛を和らげる目的で作られた入所施設のホスピスとは異なり、緩和ケア科は、がんの進行などに伴う心や体の苦痛に対するケアを行う病棟。神奈川県内では、1994年に独立型のホスピスとしてピースハウス病院が初めて設立され、県内23病院に456床の緩和ケア病棟が設置されている。このうち、川崎市には4病院に緩和ケア病棟が設置されている。(2022年2月2日現在:神奈川県ホームページより)



がん患者さんの主治医として
その方に合った疼痛管理を
早期に見つけることが責務

同じがん患者さんと言っても、がん以外の持病があるなど体の状態はそれぞれ違うため、患者さんへのアプローチも異なります。がん患者さんを受け持つ主治医としての考えを片柳創先生にうかがいました。



たまふれあいクリニック 医師
片柳 創先生

東京医科大学医学部卒業。東京医科大学外科学第三講座(現:消化器・小児外科学分野)入局。東京都立駒込病院胃外科など、外科医として27年間勤務後、たまふれあいクリニック入職。東京医科大学病院消化器外科・小児外科兼任准教授。

種々のがんに対する治療方法は、がん診療ガイドラインにおいて、さまざまな選択肢があります。患者さんの状態や病態によって、最終的に主治医が判断しますがその選択肢は多様です。がん性疼痛に対しても以前はWHO方式がん疼痛治療法として、三段階除痛ラダーが用いられていました。しかし、2018年以降、除痛ラダーはガイドラインから削除され、最初からオピオイドを使用することも可能になりました。

患者さんの痛みの感じ方はそれぞれで、疼痛コントロールのゴールも違います。患者さんに合った方法をなるべく早い段階で見つけることが、われわれの責務と感じます。

痛みがなく、副作用がない状態が疼痛コントロールのゴール

がんによる痛みには、「内臓痛」のもやとした曖昧な痛み、「体性痛」の骨転移などによる、はっきりとこが痛いと感ずる痛み、「神経障害性疼痛」のビリビリしびれ、電気が走るような痛みの3つがあり、それぞれに分けて薬を選びます。一過性の突出痛が多い場合は、即応性のあるレスキューという薬を使います。

痛みの強さの評価は、10段階で患者さんから聞く「NRS」(図2)やフェイススケール(図3)を用いて、WHO方式のがん疼痛治療法のラダーを参考にします。アセトアミノフェン(カロナール)または



たまふれあいクリニック 医師
杉浦 ちとせ先生

杏林大学医学部卒業。杏林大学医学部付属病院第1内科(腎臓内科)入局、賛育会病院緩和ケア科、一般診療所での経験をj経てたまふれあいクリニック入職。

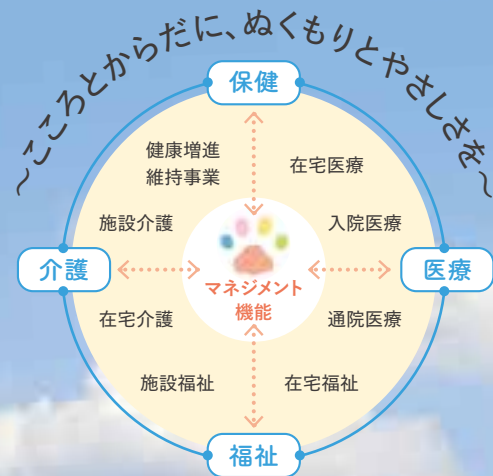
地域で暮らし、 地域で生きる ということ。

人々は地域で暮らし、地域の中で生きています。

世の中がどれほど発達したとしても、
人々の暮らしは地域の中にあります。

そして、たとえどんなに科学技術が進んだとしても、
人が人へ伝えるぬくもりや、やさしさを
超えることはできないと考えています。

だからこそ、私たちは地域に徹底した
こだわりを持ち続けます。



地域の人々の、
よりよい生活と人生のために



たまふれあいグループは、医療・介護・福祉・保健事業を
統合的に展開する医療法人グループです。

- たまふれあいクリニック
訪問診療／専門外来／訪問リハビリテーション
- たまふれあい訪問看護ステーション
- たまふれあい居宅介護支援事業所
- たまふれあいの森
健康相談／セミナー／健康チェック
川崎市多摩区登戸1763 ライフガーデン向ヶ丘2F
- たまふれあいグループホーム 枳形（医療・看取り対応型）
- ナース&ケアハウス ふれあい（看護小規模多機能型居宅介護）
川崎市多摩区枳形6-19-8
- たまふれあいグループホーム 登戸新町（医療・看取り対応型）
川崎市多摩区登戸新町186
- デイサービスふれあい
川崎市多摩区生田3-18-2 アボードペア1F
- たまフレ！（障がい者就労支援事業所）
川崎市多摩区登戸2519-1 ヨシザワ10ビル4F

ケアマネジャーの質問に多職種スタッフが答えます！

**ケアマネの
気づき**
在支診に院内薬剤師がいるのは
全国でも珍しいと知り、より連
携を深めたいと感じました。

ケアマネ
ご利用者のAさん宅を訪
問して、粉薬の袋を破いては床に
こぼし、きちんと服用できていな
い状態に気づきました。ご家族が
服薬を手伝える環境ではないた
め、改善する方法はありませんか。

地主さん
Aさんは不穏とせん妄が
強く、服薬の量が多い方です。処
方している粉薬は、腸閉塞を繰り
返して消化物が腸内をス
ムーズに移動できないため、便秘
を改善するための薬です。漢方薬
の場合は切れ目が大きく入った
分包袋に変えて対応することも
ありますが、この薬の場合は同じ
効能で剤型が違うものを検討す
るなど、薬剤調整が可能ですね。

ケアマネ
今回の往診に同行して処方介
入し、経過の状態確認を行います。

ケアマネ
クリニック内に常勤の薬
剤師さんがいると薬の情報連携が
スムーズで助かります。

地主さん
訪問診療を行う在宅療
養支援診療所（在宅診療）の院内薬
剤師は、実はまだ少数。在宅診療の
薬剤師による「在宅療養支援診療
所薬剤師連絡会」の会員名簿を見
ても全国に約30名で（2022年
10月24日現在）、多くは地域の保
険薬局の薬剤師に調剤および服薬指
導をお願いしています。在宅診療の
院内薬剤師の存在をもっと皆さん
に知ってほしいです。

ケアマネ 相談室 File7

テーマ 在支診の 院内薬剤師



たまふれあいクリニック
院内薬剤師
ちしほ なおみ
地主 直美さん

いつもありがとうございます！！ たまふれあいグループ連携施設のご紹介 「結」ケアセンターいくた ☎044-712-7365 認知症グループホーム（GH）



川崎市多摩区南生田1-31-7
2017年7月開設
事業主体：株式会社日本ライフケア

地域に根付き、住民に一番密着している施設です

たまふれあい
クリニック
鈴木 忠院長より
おすすめ
ポイント

当施設は約40年前にでき
た閑静な新興住宅地の中に
あります。山頂に位置してい
るため、地域は高齢化・独居
で孤立している状態でした。
開設から5年を経た今はこ
の地に根付き、地域の方に
協力いただいていることが一
番の特徴だと感じています。地
域密着型サービスとして住民
に一番近い施設だと自負して
います。

併設する地域連携室を地
域に開放して、イベントや
サークル活動の場として活用
していますが、そこにいらし
た方々との会話から「実はう
ちの父が、母が」「ご近所に
いるおひとり暮らしの方が」と
いうように介護相談が始まり、
地域の窓口であることを実
感しています。

ケアの標準化が進ん
でいるため、がん末
期や看取りなど、高
いケアを安定的に提
供されています。施設
長さんのマネジメント
力も高く、安心でき
る施設です。

GHはご近所の方が多く、
ご自宅での生活の延長として
お過ごしいただいています。
家族のように生活をしてい
るため、お看取りもご入居者と
一緒に最期のお別れをする場
所です。

感じています。独居で体調を
崩し、食事が心配だと連絡を
いただいたので、配食サービス
を手配することもあります。

子ども食堂や地域カフェ
（認知症カフェ）も月1回開
催。子ども食堂はいつも長蛇
の列で、貧困というよりも、月
に1回は食事を作らなくて
いい日として親子で利用する
お母さんもいて、これも地域
貢献だと感じています。子ど
もたちの声にご入居者も
れしそうな表情です。

家族のように生活を
共にできる関係が
当施設の魅力です



施設長
（介護福祉士・ケアマネジャー）
うちむら よしみ
内村 好美さん



訪問看護
ステーション

看護師

せきやま くみ

関山 久美さん



看護の仕事は日々悩むことばかりです。つらい思いをしている患者さんに「来てもらってよかった」と思っていただけの訪問看護師になりたいです。

たまレポ!

今月のインタビュー

地域相談室 相談員

しんどう ゆり
進藤 優里



こんにちは! たまふれあい地域相談室です。

今回は、訪問看護ステーションの関山を紹介します。関山は、2歳、5歳、8歳の男の子3人を育てるお母さん。大学卒業後、大学病院の消化器センター(外科・内科)に勤めた後、日勤のみの整形外科クリニックに転職して9年間勤務しましたが、学生時代の実習で経験した在宅の訪問看護をやりたい思いが募り、2022年6月にたまふれあいクリニックに入職しました。

大学病院勤務のときには亡くなる方も多く、患者さんの最期に自分は何ができるのだろうかと考えていたそうです。患者さんが何も食べられない状態になっても、病院の場合は点滴で栄養を入れて存命することができますが、がん患者さんなどで体そのものが水分を吸収できない状態に

なっている場合は、腹水などのつらい症状が出やすくなります。穏やかに最期を迎えたいという患者さんが、在宅をご希望されるのをみて「本人や家族が望む形で、その人らしく後悔がないように。そういうお手伝いができるようになりたい」と関山は話します。

入職当時、プリセプターから「訪問看護は自分一人しか行かないので、次に自分がうかがうまでの間、このご利用者が安心して生活できるようにしないといけない」と指導されたことに深く共感したそうです。看護の仕事に真摯な関山が、皆さんからの相談をお待ちしています!



入職した当時の訪問。
緊張しました…!

二男と三男です。
子どもの成長を
楽しく見守って
います。



休日はお酒も楽しめます♪



地域相談室

イケダのつぶやき



3月になり春の陽気が待ち遠しいですね(^_^)
今月は私の誕生日でもあるので、いろいろと遊びに出かけたいな〜と情報収集しながら作戦を練っています!!



東京の桜開花予想は22日ごろ
とっても楽しみです★

(地域相談室 相談員 いけだ 池田あゆ)



たまふれあいグループ
Tama Fureai Group



たまふれあい
訪問看護ステーション



たまふれ!
Tama Fureai!



044-931-0220

〒214-0014 神奈川県川崎市多摩区登戸1763
ライフガーデン向ヶ丘2F