

くきクリニック発表2題

■災害時避難訓練を実施して患者さんの安全を確保

南海トラフによる地震に備え

くきクリニックは兵庫県宝塚市にあり、近畿地方では南海トラフによる地震がいつ起きるかわからない状態です。そのため、透析中に被災し火災・倒壊等により避難が必要な場合の対策として、避難経路・避難方法及び災害発生時から離脱・避難完了までに要する時間を確認するために避難訓練を実施しています。避難訓練を行うに当たって東日本大震災を教訓に、フローチャート、マニュアルを見直しました。

実際にやってみて

避難訓練では、避難に相当する災害が起こったと想定し、当院の東側にある駐車場に避難します。

スタッフが患者役、医療従事者役に分かれ、緊急離脱を行います。離脱後は、患者の介助レベルに合わせた搬送方法で避難経路を通り院外へ避難し、避難に要する時間を確認しました。一人で避難が可能な患者を先に、次に介助が必要とされる患者の順に避難していきます。当院の搬送方法は次の3つです。

- (1) 支持搬送
- (2) 二人で手を組んで搬送
- (3) 担架を利用して搬送

(1)は、意識があり歩行可能な傷病者又は軽傷を負った傷病者で、歩行できない患者は、傷病者の体重、ケガの部位や度合いに応じて(2)(3)の搬送方法を適用します。(2)(3)は体力の負担が大きく、女性スタッフは、支持搬送や患者誘導に徹します。



ソフトタイプの担架は狭い非常階段でも利用できます。

階段での避難はソフトタイプの担架で

当院の避難経路は幅が狭く階段も急で、一般的な担架だと搬送しにくい。ソフトタイプの担架を常備しています。写真のように肩にストラップを掛けるタイプなので腕への負担があまりかからず、階段や狭い場所でも搬送できます。

繰り返しの訓練で時間を短縮

いつも車椅子、エレベーターで移動している患者さんをエレベーターが使えない状況でどのように搬送するのか？どのくらいの時間と労力を要するのか？実際に訓練をしてみることで、有効な搬送方法、スタッフによってできることとできないことが明らかになりました。

患者一人に対して緊急離脱、搬送、避難に要する時間は約5分、3回繰り返して1分程度短縮されました。日々の業務の中で、トイレ離脱等を行う時にも頭の中で想定し、有事の際に迅速に行動できるようにします。

今後は火災状況や建物倒壊等の様々なケースに対して、臨機応変に対応ができるよう訓練を継続し、患者さんの安全の確保に努めます。(くきクリニックT.F)

■残薬を回収して——私たちにできること

薬が飲めていない！

くきクリニックでは、以前から「薬が飲めていない」などの訴えや、大量の未服用薬を持参し「定期薬を調整してほしい」と訴える患者さんがいました。

患者さんが処方薬をきちんと内服できているのか、どのくらいの患者さんがどのくらいの薬を服用できていないのか、その理由は何なのか？

これらのことを知るため、6年前から患者さんの自宅に残っている薬の回収を行い、この間2回にわたって内服薬に関するアンケート調査を行いました。

その結果、服用方法の複雑さ、薬の種類、1回内服量の多さ、頻回な飲み方の変更指示などにより効果的に内服が行われていない事実が分かりました。

服薬指導、内服薬一覧表を作成

その後、看護師による服薬指導、内服薬形状の工夫、内服薬一覧表の作成などを行い少しずつ患者さん自身の飲み忘れは減少してきました。しかし、調査から3年たった今でも残薬回収ボックス内に薬が大量に入っていることがあります。そのため、患者更衣室の前に「お薬回収箱」を設置し回収、毎月集計して委員会に報告します。

定期薬処方後に急な指示変更があると、たくさんの不要薬が出る。服用していないレグバラが大量にある。ケイキサレートやホスレノールの回収も多い。

集計結果は待合室に掲示患者さんに見てもらいます。そうすると「薬でお腹いっぱいいっぱいになるもんね」「私も家にいっぱいあ

まってるわ」などの声が聞かれ、効果的に内服できていない薬がまだたくさんありそうです。

そして、服用方法がわかりにくいという訴えがあれば看護師が内服薬一覧表を作成して渡します。変更があればその都度差し替えています。

飲みにくい、もったいない！

私たちは、普段処方された薬の名前や服用方法を文字では目にしますが、患者さんが実際に服用する通りに薬を振り分けると、その量に驚きます。まして、水分量に制限がある中でこの量を服用することや、複雑な服用方法など高齢な方が多い当院では、看護師による内服薬一覧表や服薬指導が必要不可欠であると感じました。

レグバラ、ホスレノール、ピートルの回収が多く「レグバラ飲んだら気持ち悪くなるねん」などの声もあり、飲みにくい薬があることも推測されます。

回収した薬は集計後廃棄となります。結構な金額になり、とてももったいないことです。

今後も患者さんの協力のもと回収薬をチェックし、患者さんの生の声を拾い上げ、医療スタッフと連携して患者さんが効果的に内服できるお手伝いをしていきたいと思います。

(くきクリニックO.S)



回収された内服薬



内服薬一覧表についての発表

Oasis Heart

オアシスから心をこめて…



第18号 2017.07

院長のとおきのお話 & 第2回 Oasis フォーラムから

患者が自分に合った透析医療を選択し実行する

長時間透析の実践

『腎と透析』誌5月号の「透析医療の進歩2017」に寄せられた、本山坂井瑠美クリニック、坂井瑠美先生の論文「長時間透析」から紹介します。

神戸市東灘区にある同クリニックは、長時間透析、在宅透析(以下、HHD)、オーバーナイト透析、そして隔日透析と患者さんのためにあらゆる選択肢を用意しています。まさに24時間365日、患者さんのための透析を着々と実践されています。

これまで[HDP=(透析回数)²×(透析時間)]という指標を紹介してきましたが、同クリニックでは、施設透析でも70%以上の患者さんがHDP>72を、HHDでは96%が72以上、37%が125以上を実現しています。

その結果、患者さんのQOLの向上、合併症の軽減・回避に効果を上げており、透析間の体重増加がDWの6%以上でも循環動態はほとんど変化がなく、透析後も普通の生活に戻れ、薬剤の使用も降圧薬やリン吸着薬はほとんど不要になっています。

第2回 Oasis フォーラムから①

「7つの習慣」を竹村先生が「目から鱗」の解説

みんな引き込まれ、あっという間の90分

書籍『完訳 7つの習慣』(キングベアー出版)に次のようなセンテンスがあります。

「根本的な変化はインサイド・アウトから始まるものである。葉っぱだけをいじる応急処置的な個性主義のテクニックで態度や行動だけを変えればすむものではない。根っこに働きかけなくてはならないのだ。自分の根本的な考え方を見つめ、自分の人格を形成し、世界を見る時のレンズとなっているパラダイムを変えなければ、本当の変化は生まれない。」

「メガネ」と「自分の天気」

フランクリン・コヴィー・ジャパンの竹村富士徳先生は、会場を所狭しと動き回り、「7つの習慣」のエッセンスを、グループワ

お任せ透析からの脱却を

論文は次のように結ばれています。(一部抜粋)

「…透析患者には自己管理が一番大切と言いながら、水分制限と食事管理以外の選択肢を与えていない。すなわち、透析時間、回数、透析方法を患者の選択にしていない。透析施設では無理でもHHDなら患者の望む透析ができるはずである。本来自己管理とは、良い健康状態を維持するために自ら実施する日常生活上、および健康管理上の行動をいうもので、実際は自分の健康状態を理解する理性と、適切な医療行為を選択する意思決定が本人に要求されるものである。特に腎不全では、それを実行するための知識や技術が不可欠である。

…患者自身がどのような生活をしたいか、そのためにどのような透析をしたらよいかを考え、お任せ透析から脱却することが必要である。」と。

医療者も患者さんも「7つの習慣」、大切ですね。

(田端駅前クリニック院長青木竜弥)



ークを交えわかりやすく解説してくださいました。パラダイムを「見えないメガネ」、主体性を「自分の天気を持つ」と言い換えて、まさに「目から鱗(メガネ?)が落ちた」かのようでした。

相手の「行為」の前には、「思い」がある。その思いの前には、「パラダイム=メガネ」がある。相手がどのようなメガネでもものを見ているのか、そのメガネを理解した上で、相手の感情に思いを馳せながら話を「聞く」のではなく、「聴く」ことが重要——と。

大和とは

最後は、「君子は和して同ぜず、小人は同して和せず」という孔子の言葉を引用され、日本=大和(大きく和する国)に言及。そして「7つの習慣」は、コヴィー博士が一人で考えたものでも、欧米だけのものでもない、効果的な生き方、叡智の集大成であると結ばれた。(D.S)

※「7つの習慣」はフランクリン・コヴィー・ジャパン(株)の登録商標です。

今月の心を元気にするペプトーク

不満は成長・発展のはじまり

提供：一般財団法人日本ペプトーク普及協会
理事 占部正尚 <http://www.peptalk.jp>
参考書籍：ビジネス・ペプトーク (日刊工業新聞社)

【解説】一般的に不満を持つのは良くないことと思われがちですが、本当にそうでしょうか？もちろん、不満を愚痴としてダラダラ話すだけでは何の発展性もありません。しかし、状況を好転させるためのスタートラインに着けたと解釈できたら、不思議と望ましいレベルへ向かうためのアイデアが湧き始めます。また、部下や後輩が不満を抱いていたなら、「問題意識がある」と発想を変えてみてください。解決しようと思うものの、自分だけの力ではできないことへの苛立ちが不満となって表れているのです。もし一緒に解決することができれば、その人はきっとあなたを信頼し、頼りになるプレーンになってくれることでしょう。

- 不満は好ましくないこと) 発展性がなく、価値を生み出すことはない
- 不満は問題意識の表れ) 自分も周囲も問題解決に向けて動き出せる

編集部から 引き続き「Oasis Heart」無料お届けキャンペーン実施中

皆さまの周りで「Oasis Heart」を読んでくださる方、読まれると良いと思われる方をご紹介ください。

FAX 番号 03-3823-9061 から、または「田端駅前クリニックホームページ、ニューズレター」http://www.tbt-toseki.jp/news_letter/「Oasis Heart に対するアンケートはこちら、コメント欄」から、ご紹介くださる方の御住所、御氏名をお知らせ下さい。読者の皆さま同様、毎月無料にてOasis Heartを送らせていただきます。どうぞよろしくお願い致します。(D.S)

Oasis Heart 編集部 医療法人社団 Oasis Medical 内
〒114-0014 東京都北区田端 1-21-8NSKビル4F TEL03-3823-9060 FAX03-3823-9061
東京での夜間透析、臨時(旅行等)透析はアクセスのよい
東京新橋透析クリニック(03-6274-6320 www.toseki.tokyo)、田端駅前クリニック(03-3823-9060 www.tbt-toseki.jp)

特別講演

「世の中全ての人にファッションを」が tenbo の覚悟

ファッションデザイナー 鶴田能史先生

去る5月4日、吉祥寺コレクションを開催しました。そこで目指したものは、障害があっても歩けない人がファッションの力で歩けるようになること。体と心が一体になって、心を変えていくということ。「7つの習慣」の竹村先生のお話でいいますと、ファッションを通じてパラダイムを変えていくということです。



tenboを主宰する鶴田能史さん、「ヨミちゃん」の素敵な帽子とMac Bookで登場

tenboは他のファッションブランドとは違う、と自負しています。tenboは「世の中全ての人にファッションを」といっています。全ての人に思いに応えようとしているのです。全てに応えるということは、全ての人に真摯に向き合っていく覚悟を決めたということなのです。

◆社会にメッセージを発信する —東京コレクション

では、実際に私たちのファッションショー、東京コレクションの映像を見ていただきながら話をしましょう。

今、アコーディオンを弾きながら登場したモデルは実は全盲です。通常全盲の方は、座って演奏しますが、tenboでは違いました。歩けますか？と尋ねると、後ろを支えてもらえれば歩けます、とのことなので、ランウェイを歩きながら演奏してもらうことにしました。歩きながらみなさんの前で演奏するのは初めてでした。

次に登場するのは、リトルボーイとファットマンです。リトルボーイは広島に、ファットマンは長崎に投下された原子爆弾の名前です。2人とも発達障害で、ここでイエローケーキを食べます。イエローケーキは原爆や原発の原料であるウランのことです。我々は、感情的に原子力に反対するのではなく、知識を持ち事実を知ることが大切です。ここでは、そういうメッセージを発信しています。(写真①)

ファッションだけでなく人間性を表現

東京コレクションは次のような点で通常のファッションショーと大きく異なっています。

まず、全ての人に参加できます。招待制ではありません。モデルもプロとは限らず、素人もOK、写真撮影もOKです。



①東京コレクション・リトルボーイとファットマン (tenbo ホームページより)

私は、千羽づるで作ったドレスのモデルには黒人を選びました。一般のファッションショーでは、有色人種はほとんど出てきません。圧倒的に白人が多く、黒人はむしろタブーです。そこに平和への願いと同時に人種差別へのメッセージを込めているのです。

また、通常のファッションショーはファッション=服を提示することが狙いで、モデルはマネキンのように無表情です。しかし東京コレクションではファ

ッションだけでなく、豊かな表情で人間性を表現してもらいます。笑顔で表情豊かに歩きます。

次のシーンのモデルは子どもではありません。じつは小人症なのです。小人症の方は、身長は子どものように低いですが、体つきは大人です。ですから、普通に着られる服が市販されていません。特別にデザインして作らなければなりません。(写真②)

次に車椅子で登場する男性はサーファーです。タトゥーをしていますね。タトゥーや刺青は社会的な色眼鏡で見るとネガティブなイメージを持っていて、公衆浴場ではあまり歓迎されていませんね。それだけで人を判断してしまっています。しかし、これもれっきとしたファッションで、自己表現の一つなのです。ですから、タトゥーはしっかり見せるようにデザインしました。(写真③)

SMA(脊髄性筋萎縮症)の女性にもモデルになってもらいました。彼女はフランス人で、日本が大好き、一度で良いから日本でファッションショーを見たいと来日されました。それなら、せっかくだからモデルになってもらおうということでお願いをして出演してもらっています。

次に登場したのはルー大柴さん。友情出演です。彼にはずっと応援してもらっています。立ち居振る舞いは基本、モデル任せです。ルーさんは最後に観客席に座ってしまいました。

ミス上海も、私たちの活動の趣旨に賛同してくれ、ぜひ一緒にやりたいと出演してくれました。

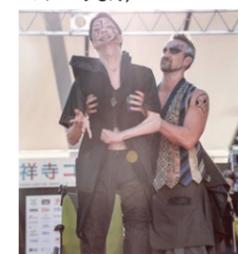
魔法の杖を持って登場したのは、筋ジストロフィーの女性です。笑顔が素晴らしいですね。彼女はまだ歩けるうちにランウェイを歩きたいと言って出演しています。明るい笑顔に勇気と希望をもらえますね。

私は、車椅子の人がかぶれる帽子を作りました。形状記憶の布を使っています。車椅子に座ると帽子の型が崩れてしまいます。ですから、これまで車椅子の人がかぶれる帽子は存在しなかったのです。こんなことも作り手は考えていなかったのです。

さて、ファッションショーも終わりです。終わりの普通のファッションショーとは違います。ファッションショーでは、終了すると観客は潮が引くように一斉にいらなくなってしまいますが、みんないつまでも残ってモデルを称えています。感動の余韻に浸っているのです。



②東京コレクション・小人症の方の星迷彩ドレス (tenbo ホームページより)



③吉祥寺コレクション・自分の足で立ち上がる四肢マヒのモデル (tenbo ホームページより)

モデルに駆け寄り握手する人もいます。

諦めないことが大切

このファッションショーは、六本木のメルセデスベンツのショールームで開いたのですが、障害者、ファッションとベンツ、関係ないですから、普通は断られますよね。でも、諦めないことが大切です。断られることが当たり前ですから。きちんと戦略を立ててメッセージを表明し、社会的価値を訴えて、最後にはOKをもらいました。

◆障害は一つの個性、先入観を超えチャレンジする —吉祥寺コレクション

障害は一つの個性であるということ、個性を活かして表現し、障害という一般的な先入観を超えること、それ

テーマ 「患者さんを幸せにするファッション」

くらいとびっきりかっこいいファッションを作る。

例えば、ダウン症の人はどうしても年下に見えるので、年齢相応に見える服にする。不思議なドレスに仕立て上げるなど。

モデルにもチャレンジしてもらおうということ、例えば、いつも車椅子の人には頑張ってランウェイを歩けるようになってもらう。モデルにも自分自身の先入観を超えてもらいます。すると、四肢麻痺の人が自分の足で立てるようになる。

吉祥寺コレクションでは、知り合いの理学療法士に協力をしてもらいました。医療・福祉の世界では、本当に必要としている人に理学療法士のサービスが行き渡っていません。どうしても重度の人が優先されてしまうのです。しかし、歩けるか歩けないかの境界にいる人が理学療法士に見てもらうことで大きく変わることができます。

理学療法士がついて歩き方をみる、必ず歩けるようになるよとコンフィデンシャルを与える。テーピングをして歩かせる。そうすると四肢麻痺の人が3カ月でランウェイを一人で歩くことができる。装具を外して歩くことができる。

義足の人も、通常膝下の義足の人は自立して歩くことができますが、実は、今では大腿からの義足の人も技術の進歩で歩くことができます。しかし、あまりチャレンジしていない。通常は無理をしないのですが、tenboではやりたいことは無理をさせる。サポートしてとことんやってもらう。ファッションで、ファッションショーを機会にして、やりたいことを努力して実現する。こういうことを周りも目の当たりにする。そしてみんなが変わっていく。(写真④)

知的障害の子どもは、初めは特別支援学校に入り、18歳になったら福祉作業所で仕事をする。こういうルートが当たり前になってしまった。その人の個性や能力とは関係なく、です。こういった既存概念を、社会の決められたルールを壊したい。

◆世間の情報は歪んでいる。じっくり事実を見て決めつけない!

私はファッションに、みなさんが知るべき情報、社会に発信すべきことをメッセージとして盛り込んでいます。モデルのみなさんも、そのことを受け止め理解した上で参加してもらっています。

宮崎駿監督の「千と千尋の神隠し」という映画をご存知ですね。実はこの映画はハンセン病の患者のことをモデルにしたものなのです。家族が突然神隠しにあったみたいになくなってしまふ。姿形を変えられて別の世界に連れ去られる。ハンセン病の患者は社会から隔離され、子どもを産むことも許されず、まさにこういう状況に追い込まれていたのです。

ハンセン病にかかる指が曲がってしまい爪も黒くなってしまふ。そしていつも手を隠すようになる。そこでネイルアートの力で爪を綺麗にして積極的に見せるようにする。

タトゥーや刺青は、偏見を抱けないようにする。身近にスタッフとしてもらい、当たり前にしてしまふ。

世間の情報は歪んでいるし、歪んでしまう可能性が高いので、とにかく決めつけない、じっくりと事実を見ることが大切だと思っています。不可能だと決めつけられていることも実は可能かもしれないのです。



④吉祥寺コレクション・カッコイイ義足をアピールするモデル (tenbo ホームページより)

一つは私が「ファッション細胞」と名付けたファッションの力。ファッションによって力づけられた気持ち、素晴らしい笑顔が発する幸せなオーラが世界を変える。みんなを明るくする。

もう一つはサイエンスの力です。東工大の学園祭に呼ばれて参加しましたが、まだ、世の中に出ていないアイデアがたくさんありました。ハエにマイクロチップを埋め込んで自由に操っている。全盲の人も、歩けない、助けが必要というばかりではなく、マイクロチップの力で見えるかのように歩けるかもしれない。固定概念を外すことです。

求められるデザインの考え方

さて次に、デザインの考え方です。

一般的には、デザインするときは売れる服を考えます。市場、顧客層を想定し、ターゲットを絞り発信する。しかし、私は全く違います。まず人を見る。よく話し、その人のことをよく知る。求めているもの、不自由を知る。思いを感じ取る。そこにアイデアの要素が詰まっているのです。それをデザインして発信します。

たとえば、車椅子を利用する人のズボンには膝のところにポケットをつける。スマートホンを入れることができますね。前かがみになっても物が落ちないポケットや、マグネットでできたボタンもそうです。求められる工夫、デザインを考えるのです。

ルー大柴さんと並んで、はるな愛さんもいつも協力してくれています。はるなさんは超多忙、本当に引っぱりだこの人気者です。それはなぜかという、どんな人からも好かれる内面的に素晴らしい人だからなのです。彼女はいつも笑顔を絶やさず、どんな人とも求められれば握手をします。吉祥寺コレクションにも応援に駆けつけてくれましたが、ほんの短い時間に、一人ひとりにちゃんと向き合い心を込めることができるのです。

一人の人間として、一人ひとりにちゃんと向き合うこと、これは生きていく上でも仕事をする上でも本当に大切なことです。

◆介護が必要になってもおしゃれで着やすい服を

鶴田さん、今日は本当にありがとうございました。では、せっかくだので鶴田さんに会場から質問はありませんか。

—ファッションの世界に入るきっかけは何だったのですか？

鶴田 僕には岩手に大好きなおばあちゃんがあります。そのおばあちゃんが要介護になってしまった。特に下の服を着せるのが大変でなんとかならないかと・・・もちろん着せやすい服はあるが、それはもう介護服でとてもオシャレとは言えない。着たくもないですよね。身につけるだけで介護度が上がりそう。

10年たっても誰も作っていない。それならば、自分がやるしかない、機能的でかつおしゃれな服を作ろうと。

◆困っていること、不満リストがアイデアに

もうお一人、どうぞ。

—私は、大学で看護学を学んでいますが、障害者や患者さんと向き合う上で看護師に期待することはありますか。

鶴田 そうですね、患者さんの服に対する悩みを知りたい。教えて欲しい。これは当たり前とか仕方がないと諦めず、どんな問題があるか、そう不満リスト、困っていることリストがあると良い。それがデザインの大切なヒントになるのです。



大好きなおばあちゃんのことを語る鶴田さん