



東陽病院内科医師 鈴木健士

健康ウォッチング

横芝町のみなさん、こんにちは。東陽病院内科の鈴木です。今回は、東陽病院の在宅診療についてお話ししたいと思います。

東陽病院では、平成10年度から在宅診療を行うことを地域の皆様に公示致しました。これは、看護婦が患者さんのお宅に伺ってケアをさせていただいたり、医師と看護婦が一緒に伺って診療をさせていただくサービスです。この在宅診療は、平成9年度から入院患者さんで、長期療養が必要な方に限定して行わせていただいております。そして、一年間の試行錯誤とわずかながらありますが、経験を通じていたゞき今年度から一般に公示となりました。

現在、東陽病院には3名の訪問看護の専属看護婦（一人は看護士です）がおります。その3名が患者さんのお宅に伺い、2〜4週に一度担当医が同行し、在

東陽病院は

地域医療を担う病院です

宅で診療をさせていただくわけです。対象となる患者さんの病気は様々ですが、主にはいろいろな制約があり通院が困難な患者さんとなります。例えば、寝たきりで気管切開（のどに穴を開けて呼吸しやすくする処理）をしてある方であったり、在宅酸素療法（ご自宅に酸素を濃縮する器械を設置して酸素吸入をする治療）をしている方であったりという具合です。

しかし、このような患者さん以外にも出来れば、在宅での診療を希望される方は多いかと思っております。我々も出来ればその期待に応えたいのですが、なかなかそうもいきません。お話しした専属看護婦は専属なのですが、実際には多忙の病院業務から午前中は外来診療をサポートしなくてはならず、訪問看護もなかなかまならない状態です。また、担当医も診療に伺えるのは頑張っても週に一度時間を作るのがやっとで、一度に3〜4件の訪問をしても



一ヶ月に20回に満たないという状況です。その中には1〜2週に一度の訪問が必要な方も当然出てきますので、実際には医師一人につき10軒以下となってしまいます。そのため、現在我々は主に長期入院患者さんが退院する際、それを支援するため在宅診療するという形となっております。私自身も5〜6名の患者さんの在宅診療をさせていただいておりますが、なかなか思うように時間がとれず、心苦しく思うこともあります。

とはいえ、これからは中間施設や在宅でも快適に治療を受けていただけるよう、我々在宅看護・診療スタッフも徐々に広く門戸を上げられるよう努力していきたいと思っております。すぐには難しいかもしれませんが、ご期待に添えるシステムに育てていきたいと思います。お話ししております。

ぬれた靴の乾かし方

ドライヤーの熱風は禁物



強い雨の日には、傘をさしても足下の靴がどうしてもぬれてしまいます。雨の多いこのシーズン、ぬれた靴をそのまま放置すると、気持ちよくなる靴が家に一足もなくなくなってしまう、という事態も起こりかねません。靴を手早く乾かす方法をご紹介します。

ぬれた靴は、まず水分をよくふき取ってから、丸めた新聞紙を靴の中に入れ、湿気を吸わせます。新聞紙は、できるだけ乾いたものを使ってください。湿気の吸収力が高いもののほど、早く乾かすことができます。新聞紙が湿つたら取りかえる作業を繰り返してください。

中の湿気がだいたい取れたら、新聞紙を入れたまま風通しのよい場所で陰干しします。その際、靴の内側に割ればしなどを渡して中の新聞紙を支えるようにすると、型崩れも防げます。ただし、靴がふくらむほど強く詰め込むのは避けてください。

靴底の湿気を抜くことも大切なので、干すときは平置きにせず、壁に立てかけたり靴用のハンガーを利用するほうがよいでしょう。

早く乾かしたいからといって、靴に直接ドライヤーの熱風を当ててしまうと、革が痛んだり、ゴムや合成皮革は溶けてしまったりすることもあります。急ぐときは扇風機で風を送って乾かしてください。

革靴は日ごろのこまめな手入れも必要です。一日はいた靴は、ブラシや乾いた布で汚れを落とし、素材に応じた靴クリームを塗ります。薄くムラなく伸ばして塗り、つやが出るまで布で磨き、さらに防水スプレーを吹きつけて軽く磨いておきましょう。新品のうちからこうした手入れをしておくことが、あなたの靴を雨にも強い、長持ちの「一足にするコツ」です。

