

広報

い わ き
医 和 生

2021
Vol.19

知っておきたい 3つのこと

親の通院先?

地域密着?

老人ホーム?

主治医?

在宅介護?



特 集

介護は突然に!?

今のうちに知っておきたい3つのこと。

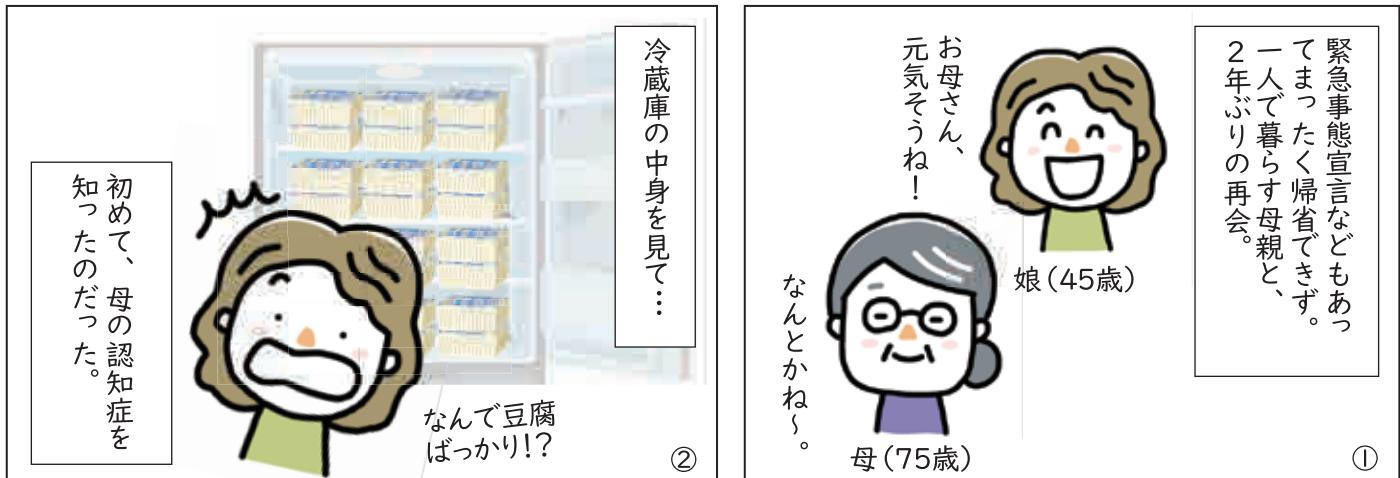
- 05 <先生!ちょっと聞いてもいいですか?>
「子宮頸がんワクチン」打つべきですか?



広報「医和生」は、20号から新たなカタチで情報をお届けします♪⇒⇒詳しくは裏表紙へ

突然の介護で慌てないために 知っておきたい3つのこと

新型コロナウイルス感染拡大の影響もあり、「別々に暮らす家族と、ずっと会っていない」という方が増えました。人と会う機会が減っている今、誰もが心身ともに衰えやすくなり、さらに、その変化に誰も気付いていない可能性が…。あなたの親が、もしくはあなた自身が、ある日突然介護が必要になるかもしれません。



こんなとき、焦ってしまうのは当たり前。慌てないために、
今のうちから知っておきたい3つのことを紹介します。

① どこでどんな介護を受けたいか(自宅?施設?)

② お互いの医療情報(健康状態)

③ 介護保険でできること

お母さんが
通っている病院は
どこ?





① どこでどんな介護を受けたいか（自宅？施設？）



もし自分に介護が必要になったら、どこでどんな介護を受けたいと思っているか？
家族で話し合い、お互いに把握しておきましょう。
いざと言うとき、より良い選択に近づけるための大切な材料になります。

自宅

「できる限り、我が家で暮らしたい」



少しでも長く、
家族と一緒にいたい。

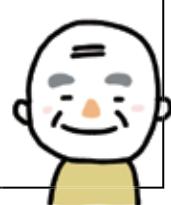


施設

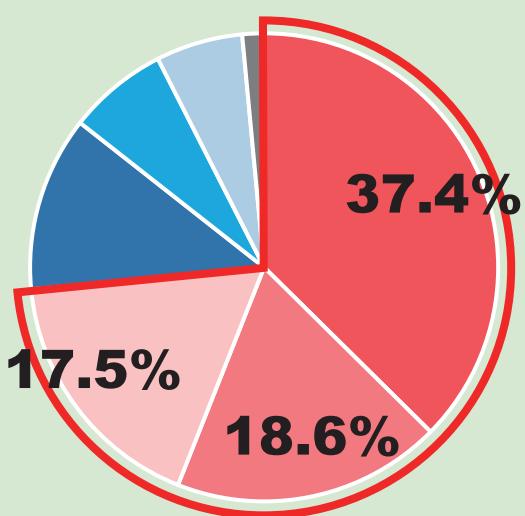
「最後は介護施設に入るつもり」



家族に面倒かけたくない。



参考データ：「自分に介護が必要になったら、どこでどんな介護を受けたいか？」



全体の7割が
自宅での介護を希望

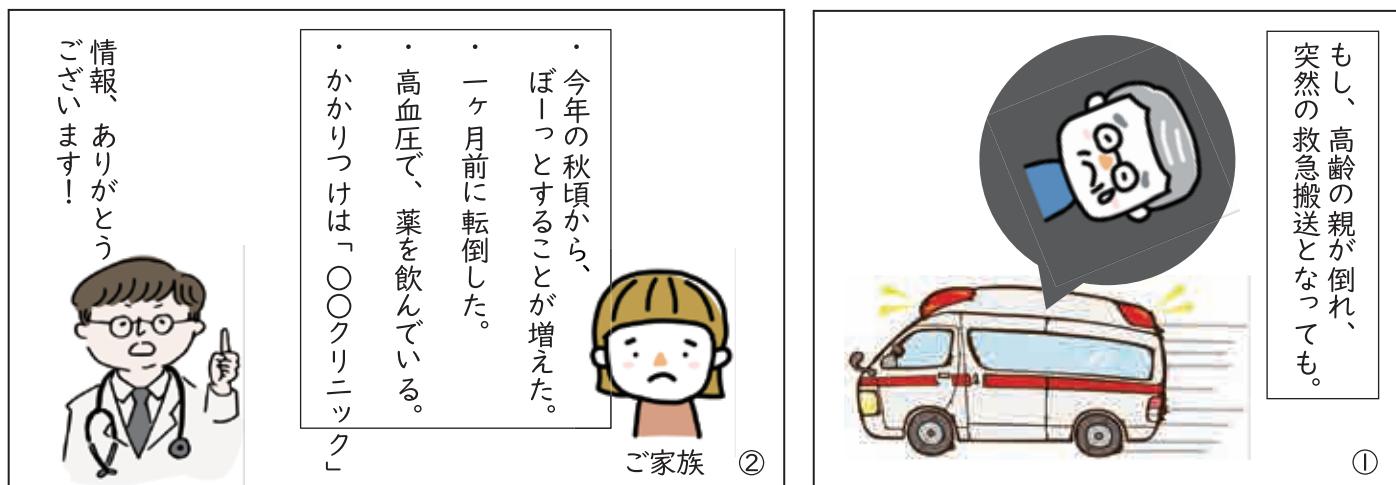
- 家族に依存せずに生活できるような介護サービスがあれば**自宅で**介護を受けたい
- **自宅で**家族中心に介護を受けたい
- **自宅で**家族の介護と外部の介護サービスを組み合わせて介護を受けたい
- 有料老人ホームやケア付き高齢者住宅に住み替えて介護を受けたい
- 特別養護老人ホームなどの施設で介護を受けたい
- 医療機関に入院して介護を受けたい
- その他

② お互いの医療情報（健康状態）



家族の病歴、通院中の病院、飲んでいる薬など、
医療に関する情報を把握しておきましょう。

いざという時、必要な情報がわかれれば、適切な検査や治療につながりやすくなります。



家族が高齢になったら、なるべく早いうちから、
以下の医療情報（健康状態）を把握しておきましょう。

- 持病
- 過去の病歴
- アレルギー
- かかりつけ医※
- 健康保険証、お薬手帳、病院の診察券の置き場所の共有



※「かかりつけ医」とは

健康に関する相談を何でも相談でき、必要な時は専門の医療機関を紹介してくれる身近にいて頼りになる医師のこと（日本医師会ホームページ）

症状に大きな変化がなくても、薬を処方してもらうために、かかりつけ医を月に一度受診している人も多いので、家族のかかりつけ医を知っていると、いざという時に役立ちます。



11月30日は「人生会議の日」

「人生会議」とは、元気なうちから自分自身が望む医療や介護などのケアについて前もって考え、信頼できる家族や大切な人と繰り返し話し合い、共有することです。

これまでお伝えした「①どこでどんな介護を受けたいか」などを、お互いの健康状態も踏まえてご家族で話し合ってみてください。

あなたはどんな生き方をしたいですか？あなたの大切な人に、どんな生き方をしてほしいですか？



③ 介護保険でできること



介護保険 =

介護が必要になっても、地域で
安心して暮らすための制度



介護保険は「自宅を中心を利用するサービス」や「施設に入所して受けるサービス」など細かく分かれています。ここでは、医和生会サービスを例に、主に**自宅で暮らし続けるための介護保険サービス**を紹介します。



●自宅で看護を受ける



病気、けが、その後遺症で通院が困難な方を対象に、看護師がご自宅を訪問し、看護ケア（健康観察、点滴管理等）を実施します。

▶コスモス訪問看護ステーション

●施設に通ってリハビリをする



病気、けが、その後遺症があっても、自宅で安全に生活できるように、理学療法士・作業療法士を中心としたリハビリテーションが受けられます。

▶通所リハビリテーション

●施設に通って食事や入浴などのサービスを受ける



心身ともに健康にお過ごしいただくため、同世代の方との交流やレクリエーションを中心に、食事や入浴などの介護サービスが受けられます。

▶やがわせデイサービス

●認知症の方が施設に通ってサービスを受ける



認知症の症状があっても、自宅で生活できるよう、症状に合わせたケアで、認知症の進行を緩やかにします。また、食事や入浴などの介護サービスが受けられます。

▶まごころデイサービス・きらくデイサービス



●自宅で介護を受けている方が一時的に施設に泊まる

短期間、施設に宿泊し、食事・入浴などの介護サービスが受けられます。

▶ショートステイ

●通い・訪問・泊まりなどを組み合わせたサービスを受ける



小規模な事業所への「通い」を中心に、自宅に来てもらう「訪問」、事業所に「泊まる」サービスが柔軟に受けられます。

▶小規模多機能型さらい・すばる

●介護サービスを利用する方の相談窓口



介護の幅広い知識を持つケアマネジャーが対応し、「要介護認定」の申請代行や、ケアプランの作成、介護サービスの連絡調整などを実施します。

▶医和生会居宅介護支援事業所

先生、

ちょっと聞いてもいいですか？



相談

「子宮頸がんワクチン」打つべきですか？

ワクチン

副反応



がんになるのは嫌だけど、ワクチンの副反応も怖い…

私がお答えします

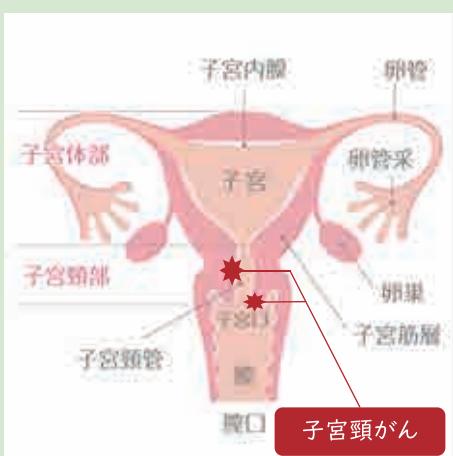


山内クリニック
医師 岩井 里枝子先生

金沢医科大学卒業後、総合磐城共立病院（現在の医療センター）にて初期研修。金沢城北病院勤務を経て、平成27年より山内クリニックに勤務。家庭医療専門医として、家族・病気・健康問題などをひっくるめて患者に寄り添い、乳幼児から高齢者まで幅広く診療にあたっている。

当院での診療科目は一般内科のほか、小児の予防接種も担当。

「子宮頸がん」ってどんな病気？



子宮の入り口部分（子宮頸部）にできる「がん」で、ヒトパピローマウイルス(以下HPV)感染が主な発生原因と考えられています。

HPVは非常に一般的なウイルスで生涯に80%以上の人人が一度は感染すると言われています。免疫力によって多くの場合は排除されますが、一部は感染が持続し、数年かけて「がん細胞」へ進行することがあります。

発症率がとても高い病気ですが、定期検診で早期発見でき、ワクチン接種で予防ができます。

「子宮頸がんワクチンは危険」というイメージ

しかし、数年前、「子宮頸がんワクチンによる副反応」が大きく報道され、「ワクチン=危険」という不安が根強く残り、現在も、ワクチン接種をためらう親御さんが多くいらっしゃいます。

当時、激しい痛み、失神、運動障害などの報告が多数寄せられましたが、その後の調査で、ワクチンとの因果関係は否定されています。



Q.子宮頸がんの怖さって何ですか？

A.日本では毎年約1万人が子宮頸がんを発症し、そのうち約2,800人が毎年亡くなっています。女性特有のがんとして乳がんに次いで発症率が高く、特に20~30代のがんでは1位です。初期では症状が出にくく、発見されたときはがんが進行しており、子宮を摘出しなければならない（妊娠できなくなってしまう）ケースも多いです。女性にとって、恋愛・結婚・妊娠…という人生で最も大切な時期に、“子どもを産む”という可能性が閉ざされてしまうことになります。

1クラス35人の学校で計算してみると…



子宮頸がんになる人:2クラスに1人

子宮頸がんで亡くなる人:10クラスに1人

Q.どうやって予防できますか？

A.子宮頸がんは先に述べたとおりHPVというありふれたウイルス感染が原因で起こることが知られており、ワクチン接種による予防と定期検診による早期発見が重要と考えられます。

Q.子宮頸がんワクチンは、いつまでに打った方がいいですか？

A.日本産婦人科医会からは10~14歳の女性に対する接種が最も推奨されています。これは、子宮頸がんのほとんどが性行為による感染であることと、日本では性行為の初体験が低年齢化していることが主な理由です。定期接種として打つ場合は小学校6年生(12歳)から高校1年生(16歳)の期間が認められています。次に15~26歳、そして希望があれば27歳~45歳の女性にも接種が勧められていますが、任意接種となります。

定期接種対象者

小学校6年生～高校1年生相当の女子

対象者は、定期接種としての公費助成が受けられます。



Q.ワクチンは何回接種するのでしょうか？また、費用はいくらですか？

A.ワクチンは原則3回の接種が必要です。上記で述べた定期接種の年齢範囲内であれば公費負担となるため自己負担はありません。ただし、任意で接種を希望される場合はワクチンによって料金が異なります。

山内クリニックでは「ガーダシル」もしくは「シルガード9」ワクチンが接種できます。

任意接種での自費料金の目安は1回15,000~30,000円程度です。詳細は接種する医療機関にお問い合わせくださいことをおすすめします。



親御さんに向けて、岩井里枝子医師からのメッセージ

山内クリニックでは子宮頸がんワクチンを勧めています。このワクチンは、若い女性を子宮頸がんから守ってくれます。私にも今年14歳になる娘がいます。ワクチンによる副反応を含め、よく考えた上で、接種することにしました。もし、子宮頸がんを発症し、子宮を摘出することになったら、娘は、将来子どもを産むという夢を奪われてしまい、身体的にも精神的にも苦しむことになります。ワクチンで予防できるなら、そのほうが断然良いと思ったからです。

皆さんにお伝えしたいのは、ワクチンの副反応だけを怖がらないでほしいということです。「子宮頸がん」という病気を正しく理解し、子どもたちの体、心、そして未来を守る選択をしてほしいと思っています。



広報「医和生」が 新たなカタチに生まれ変わります！

広報「医和生」を手に取ってください、ありがとうございます。

本誌は、平成27年1月に「人と地域と笑顔をつなぐ広報誌」として創刊以来、少しずつページ数や発行部数を増やしながら、19回発行させていただきました。

20号からは、発行方法を見直し、新たなカタチで皆様にお届けできるよう、内容の見直しやSNSとの連携に向けて準備を進めております。

これまで、ご愛読くださった皆様、そして取材、発行、設置に至るまで、ご理解・ご協力いただきました関係者の皆様にこの場を借りて、心から御礼申し上げます。「楽しみに待っていたよ」「次はいつ?」などの温かいお言葉に、いつも力をいただきました。本当にありがとうございました。

このような形式での発行は最後となりますが、今後も様々なツールを使った情報発信に力を入れてまいりますので、引き続き、変わらぬご愛顧を賜ります様、何卒宜しくお願ひ申し上げます。

ホームページでは全バックナンバーを公開しておりますので、是非ご覧ください♪

＼広報誌はコチラ／



＼ブログはコチラ／



＼Instagramはコチラ／



いわきの在宅療養を支えたい
医療法人 医和生会

〒970-8036
いわき市平谷川瀬一丁目16-5

いわきかい

検索

