

やすらぎ at ホーム

応援してます 在宅医療!

すっかり春らしい気候となってきましたが、皆さんいかがお過ごしでしょうか？
今回は「くらしいきみんなの声」特集とし、全国各地で療養生活を送られながらも元気に活動されている患者さんの声を紹介いたします。積極的な患者さんたちの行動にはこちらでも元気づけられる思いです。「私の声も載せて欲しい」「最近、こんなことに興味が出てきた」などありましたら、特別なものでなくとも結構です、どんどんご応募下さい。

また今号では外出時に必須となる携帯用酸素ボンベに関して、普段、患者さんから多く寄せられている疑問、質問をあらためて「HOT Q&A」としてまとめました。「どうやって酸素の残量を確認するの?」「外出したいがボンベの扱いが不安」といった疑問をお持ちの方、ぜひとも今号を参考にして下さい。

くらしいきみんなの声

在宅酸素で生活に張りが



北海道 札幌市 喜多川 一步さん

戦後日本は瓦礫の山から這い上がりGNP世界2位になるまでの大国となりました。

私は昭和30年代上期に頸部リンパ腺腫と足首肉腫の手術をしました。30年間勤めた道庁を昭和52年に退職し、土建会社に入社、最後のサラリーマンとなった従弟会社では体調に異変が起きて退職し、年金生活に入ることとなりました。呼吸困難になると心臓が苦しくなるので心臓が悪いものと自己判断して、札幌医大、北大病院、東京の先生方の診察でも異常がないとの診断が出ましたが、次第に息苦しきの回数が増し、ノイローゼとなり部屋に閉じ籠もるようになりました。ゴルフ仲間の医師からは札幌医大におられるスキナーを得意とする先生を紹介されました。検査を重ねた結果、喘息と診断され、4週毎の診察とベコタイト剤の噴霧及び外用液剤をミリコン機での吸入を行い、さらに平成10年頃から服用薬が加えられました。

平成17年1月肺気腫・喘息で入院、主治医の先生に退院後、在宅酸素療法に入ることを告げられました。フクダライフテック北海道(株)から呼吸補助器として酸素濃縮式供給装置が階下の居間に設置されました。外出時はキャスターにボンベを引いて歩き、平成18年4月から外出時に車椅子を使用し、それを家内が押して遠方と冬には自動車に積んで運んでいます。濃縮器からホースを浴室、2階の書斎まで延ばし、コレクションの郵便切手と貨幣の分類整理、趣味のノートパソコンも、長時間で操作できることとなり生活に張りが出てきました。

虚弱で兵士になれなかった私があと2年で米寿に届く年齢になったことと、我が国が世界一の長寿国になったのは近代医学を担う医師諸先生と先端技術を駆使して開発された方々の医療機器が貢献していることは過言でないと思います。

帰郷の際も酸素を使っています



静岡県 伊豆の国市 宮嶋 勇さん

私は平成8年に左肺摘出手術後、NTT東日本伊豆病院の紹介により在宅酸素による療養生活を始め、早いもので11年になりました。現在は62歳となり静岡県伊豆の国市にある畑毛温泉の旅館で働いております。

以前は板前として働いておりましたが、在宅療養後は旅館内の営繕やマイクロバスでお客様の送迎等を行っております。仕事は多くて大変ですが携帯用酸素ボンベのおかげで仕事を行うことができます。普段は酸素ボンベをリュックサックに入れ背中に背負いながら仕事を行っていますが、お客様の送迎の時は助手席に酸素を置いて自動車の運転を行っております。

現在は静岡県に住んでおりますが、故郷は新潟県で今も実母(97歳)が健在です。せめて1年に一度は他界した父の墓参りを兼ねて帰郷します。その際も酸素業者の方に滞在先に酸素器材一式を設置していただけるのおかげで帰郷することができます。

私自身病気の結果、坂道を歩く、階段を登る、早急な作業等は健常者と同様にはできない身体障害者となっても前述のような日常生活が送れるのは、この在宅酸素療法があるおかげです。関係各位皆様へ感謝申し上げます。



老輝ける毎日を



福岡県 福岡市 中島 計介さん

娘二人は共々嫁ぎ50歳前後。末子の息子は嫁に恵まれ、高校生と中学生の男子2人を育て、ポツポツ50歳になろうか…。

私（83歳）は妻（82歳）と二人暮らして妻は20年前から糖尿病、そして心臓病を患い、持て余す不自由な体。子供たちの来訪介護も勿論ありましたが、概ね私が一緒でした。

ところが平成14年喉頭ガンが発覚し、照射治療を行ったが、平成16年1月全摘出手術を行い、言葉を無くし人工喉頭による生活となる。重ねて平成18年に肺がん発覚、昨年4月左肺下葉部全摘出手術をなし、医師とともにその成功を喜び、経過を見守っている状況ですが、身から出た錆、煙草の吸い過ぎにより肺気腫を発症し、容態をみながら頑張ろうと医師との堅い握手…。少し歩いたり（30メートル位）、体を使ったりすると酸素不足になり動悸や息切れがするので携帯用の酸素ボンベを常時傍に置き、また家にもクリーンサンソフH-22/2Lを常置し大いに活用、今日に至っています。

何かやると酸欠をおこしがちですが、もともと田舎育ちの私はじっと家に籠るよりはと思ひ、車を運転してみたら何の無理も感ぜず、以前と全く変わりなく安全運転OK…。

医師も同意され、「気をつけて乗るんだよ」と注意を受け、毎日山野をドライブ（妻も体調のいい時は同乗）し、野道山道の空気の良さに、心をひきしめるにいいなあー、と思っています。

勿論酸素ボンベは車中に一緒。運転をするだけなら全く吸入することはありませんが、少し歩いたり、体を使ったりすると息が上がり酸素を吸入します。

以前は、酸素ボンベを引っぱって歩く人を見るとかわいそうに思い、憐れみを感じていましたが、83歳の今しみじみ思うことは

「生命（いのち）、いただいて、いかされて、今日また明日」
「生命にスペアはない」

今は酸素ボンベと一体、楽しみの老輝ける毎を送りたいと念じています。



在宅酸素での生活



北海道 伊達市 山根 玲子さん

北海道出身の主人と結婚、埼玉県上福岡市より生後間もない娘を連れて、伊達市に移住して、もう40年以上が過ぎました。

この町は、演劇とか、音楽とかの文化が不足していたように思っていた。5、6名のお母さん達と、子供達と一緒に楽しめる「子供劇場」を創ろうと決起し、準備例会として「劇団風の子」の上演を企画、私達は幼い息子連れ、会員募集に毎日奔走し、当日は体育館が満席になる程、1,200名もの観客を集めたのです。目の前で役者の演技に身を乗り出して喜ぶ子供達を見たときの達成感、充実感は、30数年過ぎた今でも鮮明に覚えています。それ以来、私達が灯した文化の火が若いお母さん達に着実に引き継がれていることは、とても嬉しく思っています。

その後も女性グループのリーダーや自治会副会長、伊達市長の後援会女性部の事務局長等々、積極的に活動が続けていた私に、平成15年1月、恐れていた病名が宣告されたのです。実は平成7年伊達日赤病院で検査を受け、結果は「突発性間質性肺炎」という疾患であることがわかったのです。この疾患は肺癌になる確率が高い為、定期的かつ継続的に検査診察が必要とのことでした。なんで今頃と思いつつ、早期手術が必要との先生のご指示で平成15年5月と6月と2回肺癌摘出手術を受けましたが、術後、敗血症に感染し副作用もひどく、とても辛く長い闘病生活でした。入院中にリハビリの先生より酸素の使用法の指導を受け、私が一番望んでいなかった酸素を使用しなければならぬ身体になってしまったのです。退院後、日常生活の中で人の視線が気になったり、ヒソヒソ話が気になったりしていましたが、元来、前向きな性格の私は、現実をしっかりと受け止め、少しずつできる範囲で活動をしていこうと気持ちを切り替えることにしていきました。

そんな折に、いつも私を支えてくださっているフクダライフテックの担当者の方が「エアウォーク」という新製品を紹介してくださいました。車のシガーライターからも使用できるし、充電器（注釈：おそらくバッテリー）で散歩もできるとの優れものだそうで、行動範囲の制限もなくなり、あきらめていた夢や希望が実現できこんな嬉しいことはありません。歳を重ねることにより体調も辛い日が多くなりましたが、こんな私の何よりの薬は、札幌にいる二人の孫の笑顔です。いつでも会いに行けるという安心感は、何にも変え難い存在になっています。主人をはじめ、家族や弟妹、フクダライフテックのスタッフの方々、多くの方達にお世話になり、心より感謝している毎日です。





酸素濃縮器は命の絆



山口県 山口市 宗綱 英治さん

私は山口市でも田舎に住んでおります。週末やゴールデンウィークなどの休日は市内の長男夫婦のところまで過ごしています。

数年前より背骨の圧迫骨折で悩み、その上、タバコを多量に吸っていたため、担当の先生より肺気腫と告げられフクダライフテックさんに在宅用酸素濃縮器の手配をしていただきました。現在はクリーンサンソFH-22という濃縮器と携帯用酸素ボンベを使っており、私にとって酸素濃縮器は命の絆です。

昨年より私の地区は新しい担当の方になりました。何かとお世話してくれる心根の優しい、現在まれにみる好青年で心より感謝しています。

山口市の長男のところまで長期滞在の折は、訪問先への機器の配置転換等々、その対応とフクダライフテックさんの使命に厚く御礼申し上げ、今後益々の発展を祈念いたします。

もう一つのおまけの 人生ラウンドが始まります



山形県 山形市 坂野 茂さん

～酸素を利用してよかった～

酸素を使ってみれば実に楽です。イライラした気持ちが落ち着きます。歩けます。外へ出かけられます。生き生きと生活が楽しいです。目の前が明るくなります。

私は平成13年7月より酸素を利用しています。今年で7年目です。私の病歴を述べますと、昭和59年12月に肺気腫と診断されました。

その年の始め一昭和59年2月初一雪下ろし作業中に転落事故に遭い、第一腰椎を圧迫骨折して下半身が一時麻痺状態でした。手術はしないことを決断して当初よりリハビリを積極的に取り入れ、主治医の指導で幸いにも復活できました。私の第一の命拾いです。殆ど元の活動ができるようになりました。事故に遭う前までは大学の体育を専門とする先生の指導で週3回10年近くトレーニングをしておりまして健康と体力には強い自信がありました。それが骨折（脊髄）した途端、思わぬ所にガタが出てきました。第一が歯にガタがきました。40年ぶりの歯医者行きでした。次がこの肺気腫の診断です。

事故の翌年一昭和60年一より体に合った仕事と運動に切り替えました。平成5年までの約9年間、精一杯頑張りましたが呼吸が年々息苦しくなっていきました。前々から咽喉の病気もあったので東京の先生や日本医科大学の内科の先生にかかっておりました。

平成6年からは息苦しくなって好きな山野歩きができなくなりました。仕事はより忙しくなり、ストレスも増していきました。病状が年々悪化していき、息苦しさも増し、肺機能が低下していると認識していましたが酸素を吸入することは考えませんでした。

平成9年に入り、極度の無理が入り、6月に突然、左上半身（胸、腹部、股関節部まで）に10数箇所の帯状疱疹が出て、痙攣が起きる程痛みました。なお、内出血して皮膚が紫色に変色して、私もびっくりしました。極度に体力を消耗しましたが、入院もせず仕事を続行した為に命取り寸前まで悪化して衰弱してしまいました。急遽、日本医科大学付属多摩永山病院に8月初旬入院し、診察・治療を行い、幸運にも第2回目の命をいただきました。感謝の限りです。退院後は平成9年10月より、日本医科大学の指示で北村山公立病院にお世話になっております。

～酸素の利用開始～

平成12年最初に北村山公立病院で酸素の利用を勧められましたが、当初は使用する気にはなれませんでした。言われた時は「いよいよ来たか」と精神的に落ち込みが大きく終末期に入っていきようでショックでした。もうおしまいかという感じで受け入れられませんでした。しかし、1年経つと運動や活動時に息苦しくなり、平成13年7月19日から酸素を始めた次第です。

使用開始して更に1年が経ち平成14年夏にもう少し楽になりたいと思い、北村山公立病院に初めて入院しました。水中トレーニング等の呼吸ケアリハビリを習いました。夏から秋になり、気温が段々下がっていくと息苦しさが増します。冬に入って歩けなくなりました。再度入院して冬期間を過ごし、体力を維持しています。その後、毎年冬期間は病院でリハビリして頑張っています。

平成16年3回目の入院の際、段々詰まっていくような今までのない息苦しさの感じになったので、主治医の先生にお願いして新しい情報を教えていただきました。退院して直ぐ4月から日本医科大学付属呼吸ケアクリニックで指導いただくことができました。そこでの指導内容は以下のようなことでした。

- ①酸素を先ず第一に利用すること
- ②指示された薬を忘れないで服用すること
- ③積極的に外へ出て活動し、リハビリを励行して筋力・体力を維持すること

このお話と診断指導で頭の中が晴れ晴れとスッキリしました。今までの耐えがたい不安が消えました。まだまだ大丈夫だ、よし、やってみよう。やってみたくと前向きな考えが強くなっております。新しい生き甲斐のある人生が始まりました。私の第3回目の命拾いです。私は幸せな男です。感謝、また感謝です。

～酸素を活用しましょう～

楽しくなって欲が出てきます。
より刺激が欲しくなります。
自信が湧いてきます。

酸素を吸うなんて“もうおしまい”と思うことは間違いです。格好が悪い、周囲が気になると躊躇しては大損です。

サアー、酸素を活用しましょう。幸せは隣りにあります。あなたの決断で必ず復活します。必ず元気になります。

私の体験を述べさせていただきました。ありがとうございます。

HOT

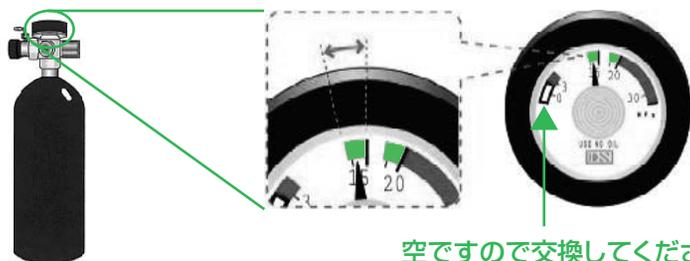


携帯用酸素ポンベの取扱いについて

Q1 携帯用酸素ポンベの残量はどうやって確認したら良いのですか？

酸素ポンベには色々なタイプの残量計がついています。残量チェックは簡単にできますので下記の方法で確認してみてください。チェックの方法がわからない場合は、医師もしくは酸素ポンベ設置事業者にお問い合わせください。

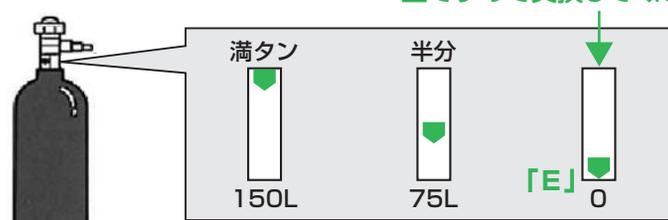
グリーンバルブ付ポンベの場合



空ですので交換してください。

- ・黒い針の先が**緑色の範囲**を指していれば酸素は満タンです。
- ・黒い針の先が表示左側のグレーの部分（現物は赤色）を指していれば酸素はまもなくなくなります。
- ・黒い針の先が「0」の位置を指していれば完全に空の状態です。ポンベを交換してください。

ヨークバルブ式ポンベの場合



空ですので交換してください。

例：酸素の量が満充填時150Lの場合

- ・浮き玉が**上部**にあれば酸素は満タンです。
- ・浮き玉が中間位置にあれば酸素は半分になっています。
- ・浮き玉が下部の「E」の位置にあればポンベが空の状態です。ポンベを交換してください。

Q2 携帯用酸素ポンベは何時間使えますか？

使用可能時間は酸素ポンベの容積と処方流量により異なります。大よその目安を下記に示します。

充填圧力14.7MPa (150kg/cm²) の場合

吸入流量	携帯用ポンベ 1.1L	携帯用ポンベ 2.0L	携帯用ポンベ 2.8L
0.5L/分	4時間20分	8時間	11時間10分
1.0L/分	2時間10分	4時間	6時間35分
1.5L/分	1時間25分	2時間40分	3時間40分
2.0L/分	1時間5分	2時間	2時間45分
3.0L/分	40分	1時間20分	1時間50分

※使用時間は使用状況や環境により異なりますので、理論上の最長使用時間の80%としております。
(5分未満切り捨て)

■酸素ポンベ使用時間の計算方法

$$\text{内容積 (L)} \times \text{充填圧力 (kg/cm}^2\text{)} = \text{酸素の量 (L)}$$

$$\text{酸素の量 (L)} \div \text{使用流量 (L/分)} = \text{使用可能時間 (分)}$$

※圧力表示がMPaの場合は10倍してkg/cm²に換算する
(14.7MPa ≒ 150kg/cm²)

例) 内容積2.0Lのポンベが満充填の状態(150kg/cm²)で
使用流量が2L/分の場合

$$2.0\text{L} \times 150\text{kg/cm}^2 = 300\text{L}$$

$$300\text{L} \div 2\text{L/分} = 150\text{分} \rightarrow 2\text{時間}30\text{分}$$

※理論上の最長使用時間の80%、約2時間酸素を吸入することができます。

通院や外出時に携帯用酸素ポンベを使用する際は、ポンベの酸素残量を確認し、呼吸できる酸素量が何時間残っているか確認しましょう。外出中、思わぬ時間がかかる場合もありますので余裕をもって出かけてください。



～ 快適な呼吸環境のために ～

フクダ電子では、患者様のQOL向上をサポートいたします。

酸素濃縮装置
FH-22/2L



トラベルサポート
全国77拠点が
24時間体制で
サポート。

医療機器承認番号
FH-22/2L : 21600BZZ00484000
FH-22/5L : 219ADBZX0080000
FH-17/7L : 21900BZX00333000
AIR WALK AW-1:21600BZY00373000



酸素濃縮装置
FH-22/5L



酸素濃縮装置
FH-17/7L



携帯型酸素濃縮装置
AIR WALK AW-1

**FUKUDA
DENSHI**

本社 / 〒113-8483 東京都文京区本郷3-39-4 TEL (03) 3815-2121 (代) http://www.fukuda.co.jp
お客様窓口... ☎ (03) 5802-6600 / 受付時間: 月～金曜日(祝祭日、休日を除く) 9:00～18:00
● 医用電子機器の総合メーカー **フクダ電子株式会社**

やすらぎ at ホーム No.10

発行日 平成20年4月21日

発行人 盛山 裕樹

編集人 黒川 康宏

発行所 株式会社 エム・イー・タイムス

〒113-0033 東京都文京区本郷 3-13-6

TEL.03 (5684) 1285

FAX.03 (5684) 1308

http://www.me-times.co.jp/