VOL.03

Live with a smile

在宅自己注射でリウマチ治療が変わる

日進月歩で開発が進むリウマチ治療のバイオ製剤。通院の負担が少ない「自己注射」が注目されている。

川崎医科大学附属病院
登録リウマチ看護師
外来看護副師長
西村 瑞穂さん

「もともとは母親と姉が看護師だったので自然にこの道へ進みました」と笑顔で答える西村さん。登録リウマチケア看護師として、豊富な専門知識を生かしながら、看護はもとより、若手看護師の育成に努める毎日を送っている。

おさふね クリニック
看護師師長
中田 淳子さん

中学生のとき、かわいがってくれていたお隣のおばあちゃんの臨終に立ちあった体験から「人の命って何だろう」と思ったのが医療関係へ進む きっかけとなった中田さん。現在、12人の看護師を率いる看護師長として、患者さんの気持ちに添った看護を提供している。

治療法の進化とともにリウマチに対する意識が変わってきている。

治療法の進化とともにリウマチに対する意識が変わりつつある。そのひとつが日進月歩で開発が進むバイオ製剤の存在。適切な指導を受ければ、誰もが短期間で自己注射が可能なため、通院の負担を少なくできる。仕事や育児など、忙しい毎日をおくる女性にはうれしい治療法。今回はおさふねクリニックに伺って治療の最前線を尋ねてみた。

西村　おさふねクリニックさんには「らっこ会」というユニークな患者会があるとお聞きしましたが…。

中田　リウマチ膠原病の患者さん、ご家族で作ったのが「らっこ会」です。らっこはRACO、院長が医学用語の関節リウマチと膠原病の頭文字から取りました。2008年に発足して現在57人が所属。知識の共有や情報提供を通じて親睦を図っています。年に一回は、ワンコイン（500円）の会費で、親睦会（食事会）も開いています。今年は『牛窓のホテル』でのおしゃれなランチ。当クリニックの全スタッフも参加して患者さんやご家族と楽しい時間を過ごしました。クリニック以外で顔を合わせることでスタッフと患者さん、ご家族との距離が近くなり、信頼関係の構築にもつながっています。

同じ看護師としてこういった取り組みを西村さんはどう思われますか？

西村　いいですね。大変うらやましいです（笑）。医師、看護師をはじめ診断や治療に携わるスタッフと患者さん、ご家族が一緒になって意見を交換しあえる環境はすばらしいと思います。お互い顔見知りにもなれますし…。そのほかにも「リウマチ教室」も開催されているんですよね。

中田　はい。年に2～3回開催しています。前回の教室では「リウマチ患者さんの日常生活について～食生活とリウマチ体操」がテーマでした。まずはリウマチの病因やよく聞かれる質問を看護師がスライドを使って説明。次に管理栄養士より慢性炎症が続き痩せたり肥満なった場合の食生活や、炎症の元となる物質の産生抑制効果のある食材、関節炎を軽くする食品について話をしました。

最後に理学療法士が骨や関節の構造や可動域について講義をしたあとに、参加者全員で手軽にできるリウマチ体操を楽しみました。

遠回りになってもいいから、患者さんの気持ちをきちんと聞くこと。

西村　「リウマチ教室」には、地域の方も気軽に参加されているそうですね。すばらしいです。リウマチの薬（バイオ製剤）に関して誤解のないよう言えば、有効性も高いですが、それにともなう副作用の可能性もあります。そうしたリスクを患者さんやご家族にきちんと理解していただくためには、やはりお互いの信頼関係が大切です。リウマチ教室や「らっこ会」の活動を通じて患者さん、ご家族、スタッフがより親密に触れ合うことで、安心の治療へとつながるのでしょうね。

実際、自己注射をはじめ、リウマチ治療に対する認識に変化はありますか？

中田　リウマチと診断された患者さんには、まず本人の気持ちを聞いて、精神的なケアをします。ショックで泣かれる方もいらっしゃいますし…。その後は年齢や性別、症状、金銭的なことも含めて最善の治療法を選択していきます。コスト的な制約も少なくないのでソーシャルワーカーを交えて話しあっています。ここ数年、自己注射を選択する患者さんは確実に増えています。リウマチ教室や「らっこ会」を通じて、バイオ製剤のメリットがきちんと伝わっていることも大きな要因だと思っています。

西村　自己注射のメリットを患者さんに正しく伝えようと努力することも、外来看護師のモチベーションアップにつながっていると、私は思います。ひとりがそのノウハウを体得できれば、みんながそれを学べる。患者さんへの指導力アップにもなるはずです。

最後になりますが、中田師長がいつも看護師の皆さんに伝えている思いは？

中田　看護師には「たとえ遠回りになってもいいから、患者さんの気持ちをきちんと聞いて、思いを把握してから指導に当たるように」と伝えています。最初に多少時間がかかっても、患者さんと理解しあえれば、次の治療につなぐことができます。そう考えると決して遠回りではないんですね。リウマチという疾患の特性を考えると最初の一歩が大切。だからスタッフには「もっとしっかり勉強、泣き言はダメ」と言っています（笑）。

川崎医科大学附属病院とおさふねクリニック。それぞれがお互いに持ち味を生かしながらきめ細やかなリウマチ治療に取り組んでいる。

今回、ご協力いただいた病院は…

おさふねクリニック
0869-26-8080

2007年瀬戸内市長船町に開院。内科・リウマチ科・透析内科・糖尿病内科・腎臓内科・消化器内科を設置。内科一般のみならず、腎臓病、糖尿病やリウマチ・膠原病の専門的治療まで、幅広い診療を行っている。また、教室や講演会を行うことで、患者や家族により適切な情報を提供。スタッフが積極的に臨床研究を行い、研究会や学会へ参加することで、診療の質を高めている。「スタッフ一同力を合わせ、地域医療に貢献したい！」というのが全員の想い。

院長：中村 明彦
岡山県瀬戸内市長船町332-1
http://www.osafune-clinic.com/

おさふねクリニック　検索　Click!

まずは触診～

早期発見が重要！

「関節リウマチは、さまざまな疾病の中でも、近年、治療法が最も進歩した疾患。特にバイオ製剤は有効性が極めて高く、速効性もあります」と話すのはリウマチ・膠原病科の守田部長。現在、バイオ製剤の使用に関しては治療のリスクやコストなど、患者さんの状況やニーズに応じた指導を行っている。

バイオ製剤には点滴注射と皮下注射という2種類の投与方法がある。皮下注射製剤の場合は、外来看護師による丁寧な指導により、ほとんどの患者さんが投与を開始してから1カ月以内に在宅自己注射へ移行している。

自分で注射、思っていたより簡単でした！

今回、ご協力いただいた病院は…

川崎医科大学附属病院
086-462-1111（代表）

リウマチや膠原病などの診断・治療を専門とする守田部長のチームには、7人の医師が所属している。最新の治療法や市民公開講座の案内、リウマチ相談外来（毎週火曜）など、リウマチ・膠原病に関する情報はホームページに掲載している。

http://www.kawasaki-m.ac.jp/rheumatology/
http://www.e-oishasan.net/site/nishimura/

川崎医大　リウマチ　検索　Click!

Facebook