げんまい新聞

第3号　日々の在宅医療介護に役立つ知恵と情報をお届けします

製作者
玄米
クリニック
西原町翁長834
トムズビル2階
☎098-944-6663

「どうしよう？」と迷った時
慌てずに済むための連絡のルール

在宅でご家族の介護をされている皆様、いつも本当にお疲れ様です。
日々の介護の中で、ご本人様の少しの変化に気づいた時、「これはすぐに連絡すべきか、もう少し様子を見るべきか…」と判断に迷う瞬間は、どなたにもあるかと思います。
私たちは、ご自宅で療養される患者さんとご家族が、24時間365日安心して過ごせる体制を整えています。
そのために、皆様と私たち医療チームとの間で、いざという時の「連絡のルール」を共有させていただければと思います。
何よりもまずお伝えしたいのは、「ご家族だけで抱え込まず、迷ったら、まずは私たちにご連絡ください」ということです。

① 緊急事態！「これは大変だ」と感じたら

意識がない、呼吸がおかしい、ひどく苦しそうなど、普段の様子とは明らかに違う「急変」が起きた場合、多くの方が慌てて救急車（119番）を思い浮かべるかもしれません。
しかし、まずは落ち着いて、救急車を呼ぶ前に、私たちにご連絡ください。

- 訪問看護をご利用中の方も、そうでない方も、医師・看護師どちらの緊急連絡先でも構いません。すぐに出られる方につながる番号へお電話ください。

【なぜ、救急車より先にクリニックへ？】

私たちが先にご連絡をいただくことで、以下のような対応が可能になります。

- 電話で状況を伺い、ご自宅でできる応急処置をすぐにお伝えできます。
- 必要と判断すれば、私たちが救急車を手配し、ご本人様の情報（これまでの病状、お薬の内容、ご家族の希望など）を救急隊に的確に伝えます。
- 場合によっては、救急車を待つよりも早く私たちが往診に駆けつけ、その場で治療を開始できることもあります。

この一手間が、その後の治療をスムーズにし、ご本人様の負担を大きく減らすことに繋がります。「急変時は、まずは訪問看護あるいはクリニックへ一本電話」と覚えていただけると幸いです。

②「いつもと違う…」と気になったら（緊急ではないけれど、心配な時）

急変ではないけれど、「熱がある」「食欲がない」といった、日々の気になる変化のご相談は、以下の窓口へご連絡ください。

- 訪問看護をご利用中の場合 → まずは《訪問看護師》へ

☆日常的に関わっている看護師が、普段の様子と比較して的確に状況を判断します。必要であれば看護師から医師へ連携しますので、最初の窓口は看護師となります。

- 訪問看護をご利用でない場合 → 《クリニック》へ

☆当クリニックへ直接お電話ください。医師が対応いたします。

どんな時に連絡すればいい？具体的なサインの例

- 元気・活気： なんとなくぼーっとしている、笑顔が減った。
- 食事・水分： いつもより食べる量が極端に減った、お茶などを飲みたがらない。
- 意識・会話： 会話が噛み合わない、急に人の名前を間違える。
- 呼吸： 息が速い、肩で息をしている、ぜーぜーという音がする。
- 症状： 38度以上の熱、繰り返す嘔吐や下痢、痛みの訴えが強い、転んで頭を打った、など。

私たちは、ご家族からの「なんだかいつもと違う」という直感を何よりも大切にしています。それは、毎日そばにいるからこそ気づける、最も重要なサインです。

どうぞ、「こんなことで電話しては迷惑かも」とためらわないでください。皆様からのご連絡が、ご本人様の穏やかな在宅療養を守るための大切な連携の第一歩となります。