

ドクターに聞きました

かかりつけ医と一緒に 「活き生き」と

患者の人生に 寄り添う30年間

私は診療所の医師です。診療範囲は子どもから100歳超えまで、内科だけでなく整形外科も心療・皮膚・耳鼻・婦人病・漢方の相談など「かかりつけ医」として総合的な診療をしています。一人で通院できなくなった患者さんのお家へ訪問診療もしています。毎年自宅では20人くらい、高齢者施設では30人くらいの死亡看取りもしています。「よちよち」から「よれよれ」までの人生に寄り添う医師です。30年間で約4万人の人生に関わり、1000人以上の人生の終わりに立ち会いました。

どんな内容も最初に 相談できる、かかりつけ医

体調不良などの健康問題や介護・福祉問題が発生したら、どんな内容でも最初に相談できることが、かかりつけ医の最も

重要な役割です。多くの健康問題はかかりつけ医で対応が可能です。専門的治療が必要な病気に関しては、最も適切な総合病院の専門医と協力して治療を行います。がんや脳卒中・心臓病・大けが・急病は病院で入院・手術や高度先進設備を使って集中的に治療します。落ち着いて退院したら自宅療養やリハビリ病院、高齢者施設で暮らしますが、かかりつけ医は外来・往診・訪問診療・施設回診をして安定期の治療と再発防止に努めます。あなたの医療介護情報を病院専門医やケアマネジャーと共有して、最適な治療や介護のプランを考えます。

薬に頼らない適切な 栄養や運動の提案

もしあなたが現在75才であるならば、男性の平均余命は12年、女性は15年ほどです。

なので、実際に亡くなるのは男性87歳、



権頭クリニック 院長
権頭 聖先生

高知大学医学部卒。九州大学医学部付属病院、福岡市立こども病院などで臨床研修し、1994年に開業。八幡在宅医会副会長。資格は日本医師会認定かかりつけ医、認知症サポート医など。専門は総合診療・地域包括ケア。趣味はウクレレでフォークソング。



権頭クリニック
北九州市八幡西区永犬丸 2-10-10
TEL 093-692-5557

女性90歳くらいです。ぴんぴんころりです。然死する人は約1割くらいなので、残りの9割は「よれよれ（フレイル）」を経験して弱っていきます。よれよれになるきっかけは認知症・脳卒中・転倒骨折・関節病・老衰などです。

原因となる生活習慣を考えると、社交不足・若いころの肥満・運動不足・栄養バランス等になります。ちよつと意外なのは薬が原因で転倒や認知症状が出ることもあります。「ポリファーマシー」とよばれ、多くの薬を飲むことによつて起こる有害現象です。5種類以上の薬を毎日服用していると、転倒や有害現象が起りやすいうことが報告されています。

かかりつけ医はお薬手帳や通院している医療機関の治療内容を聞いて薬を減らしたり、やめたりすることを手伝います。薬に頼らない適切な栄養や運動の提案をします。

「かかりつけ医」と一緒に、 活き生きとした人生を

人生の最期が近づいた時には本人・家族と相談して延命治療や緩和ケアについて説明し、治療を選択するお手伝いもできます。延命治療には苦痛を伴うことも多いので、自分の大事なことを、優先順位などを話し合いの中で整理をしていきます（人生会議・ACP）。入院している病院の治療についても、セカンドオピニオンのように相談できます。

かかりつけ医は人生の伴走者として寄り添う医療・介護・福祉を提案します。みなさま「かかりつけ医」と一緒に、活き生きとした人生を送りませんか？