

—患者様へのせき損広報誌—

# はなみずき



※今月寄稿していただいた  
萩原慎哉さんの写真です。

## ♣トピックス♣

- ▶患者さんからの投稿  
「ケイソンになってからのあれやこれや」
- ▶手術室  
「全身麻酔手術と口腔ケアの関係について」
- ▶理学療法部門紹介  
「手動運転装置について」
- ▶医用工学研究室だより  
「サウンドバーを楽しむアルテク」

## ケイソンになってからのあれやこれや

萩原慎哉



交通事故やスポーツ、海への飛び込みなどでケイソンになった人はいたけれど、私みたいに部屋でこけてなった人は聞いたことがなかった。主治医もよほど不思議に思ったのか、本当に部屋でこけただけですかと同じ質問を何十回もしてきた。私だって疑問である。一体どんなこけ方をしたら頸椎損傷にまでなるのか。それもまだ16歳という若さはじける少年が、段差ひとつないフラットな場所で。

それからすぐ佐世保市内の病院に運ばれた私は首から下が全く動かず寝たきりであったが、リハビリの甲斐あって車椅子に乗り自助具を使って自分で食事ができるまでに回復した。

転院先のせき損センターでは、スポ根漫画さながらに車椅子の後ろに重りをつけて廊下をひたすらこぎ続けたり、私ができるべく避けていた恐怖のお立ち台があったりとさまざまな訓練を経て出来ることが少しずつ増えていった。何より嬉しかったのは同じような境遇の若者が大勢いたことだ。前の病院では高齢者が多く私がリハビリに行った際なんかは「お兄ちゃん、私歌が上手なのよ」と突然目の前で歌い出したお婆さんがいた。1曲で終わると思いきやまさかのメドレーを披露し、私を驚愕させた。放心状態の私に感想を聞いてから満足げに去っていった。そんなわけで、昨日見たテレビの話のような何気無い会話から、ケイソンの悩み話までできる環境は私にとって、特別な時間であった。



入院中に自助具を用いて描く様子

せき損センターにもだいぶ慣れたある日、ドクターヘリが到着するというのでグラウンドへ見に行ったことがある。その頃山P主演のコードブルーが放送していたこともあって、あのドクターヘリを、しかも間近で見れることに私はとても興奮していた。私以外にも見に来ている人は多く、その結果、「ようこそせき損センターへ！」と言わんばかりに集まった野次馬の中を、患者が運ばれていくという奇妙な光景が出来上がっていた（野次馬の中には、ついこの前運ばれてきた人もいた）。ドクターヘリの感動など一瞬でどこかへ行ってしまったが、あれはあれで貴重な体験だったようにも思う。

さて、せき損センターでのリハビリ生活も無事終わり、今度は別府のリハビリ施設に行くことになった。病院と違い施設だからなのか、外出や外泊も自由にしてよかったし、売店にはビールや日本酒といったアルコールまで売ってあった。また、そこはせき損センターから行く人も少なくなかったため、懐かしの再会に歓喜することも多々あった。



リハビリはOT、PT以外にもPCやツールペイント、さをり織といった訓練があり、それらが学校の時間割のように1～5限で組まれてあった。車椅子の乗車時間もさらに長くなり、最初の頃は大変であったが徐々にそれが当たり前と思える日々になっていった。

そんな別府での生活にも慣れた頃、自分がまだ高校生だったことをふと思い出し、さすがに今後をどうするかという話になった。私のような電動車椅子ユーザーが通学するには、エレベーターや多目的トイレといったバリアフリーが必要不可欠である。だから、受傷前に通っていた高校から「手すりぐらいなら付けれます！」と胸を張って言われときには、卒倒しそうになった。

戻れないことがわかり終日打ちひしがれていた私に、大分市で高校が開校するという情報が入ってきた。そこは、リハビリをしながらでも通える通信科があり、何より校内の設備がバリアフリーらしい。

私は、その偶然な出会いにどこか運命を感じそのまま入学することになった。いざ学校が始まると、聞いていた通り全ての設備がバリアフリーであった。しかも出来立てほやほやということもあって、エレベーターやトイレが眩しいくらいにキラキラと光り輝いているのだ。新品だから当たり前と言われれば当たり前なのだが、どこか私を歓迎してくれているようにも見えたその光景に一人感動してしまったのである。

学校生活に関しては登校日が少ない分、1日1日が濃く感じられた。体育の授業で、キャバ嬢かと思間違えるほどに盛られた金髪ギャルが、仲間と声を掛け合い汗水流してバスケットをしている姿を、体育館の片隅でもうすぐ予定日だと言う妊婦さんと一緒に見た経験は一生忘れないだろう。他にも、よくわからない虫の頭と胴体を引き離す解剖の授業はなかなかの衝撃であった。それからしばらくは何度も夢に登場し、うなされつづけることになる。

その後、別府のリハビリ施設には2年半もお世話になり、ついに長崎の実家に帰ることになった。まさか4年も家を離れることになるなんて怪我した当初は思ってもみなかった。

帰ってきてからしばらくはゆっくり過ごしたのだが、パソコン訓練がきっかけで好きになったデザインを勉強したいと思い、大学に行くことを決めた。しかし、デッサンすら書いたことがない私に受験なんてできるはずもなく、まずは入試に向けて通信高校と並行し、美術の予備校に通い始めた。家に帰ってきたばかりの頃は海外ドラマにハマりTSUTAYAを往復する毎日だったが、その日からは食事と睡眠以外はひたすら描く日々へと変わっていった。最初の頃は、どこから描き始めていいのかもわからずとにかく描くのが遅かった。描き初め、新鮮でみずみずしいモチーフのナスやトマトも描き終わる頃には変色し、至る所から汁が出始めていた。完成した作品も、どんよりした不気味なオーラを放っている。



美大予備校時代の自画像

自画像に関しても、私なりに一生懸命描くのだが、出来上がった作品には似ても似つかない人物が写っているのだ。私が指名手配犯の似顔絵を任せられたら、その犯人はたぶん一生捕まらないだろう……。

正直描くことがこんなにも大変なものとは思わなかったが、描き続けたことで作品に対する先生の評価も少しずつ上がり、自信にも繋がっていった。そんな毎日のおかげか、奇跡的に合格することができた。

大学入学後は、一コマ90分というこれまで経験したことのない授業時間と戦っていた。朝9時から夜7時までというとんでもなく救いようのない1日もあった。月1、2回の登校でよかった高校時代が楽園のようである。また、大学に入ってから人生初の一人暮らしを始めたことも疲れる要因であったと思う。

それでも自分のやりたかった勉強ができていたり、私が車椅子かどうかなんて別にどうでもよく、単純に作品で評価される環境は居心地が良かった。ただ、自作のお面を顔につけてパレードしたり、みんなで手を取り目を閉じ宇宙を想像する講義を目の当たりにした際は、一瞬入る大学を間違えたかなと不安になった。

一方で、人と違うことが良しとされる世界を知れたことは、これまでの自分からしたら大きな発見であり、ほんの少しだけ心が軽くなった気がした。



美大予備校時代のデッサン



制作風景

作品制作に明け暮れた大学生活も、あっという間に卒業の日を迎え、今は実家に帰り在宅ワークをしつつ油絵を描いて生活している。（大学に入る前はウェブデザイン第一志望だったにも関わらず、入学後はポスター制作に惹かれ、広告やCGなど様々なものに手を出した。そして今は油絵というよくもまあこんなにもコロコロ変わるもんだと自分でも思った）。油絵はそれまでやったことがなかったのでとりあえず図書館に行き、「これであなたも油絵マスター！」みたいな本

をごっそり借りてきて見よう見まねで描き始めた。本だけではわからない部分は、youtubeなどを見て勉強している。本当に無料で公開しても良いのだろうかとこちらが心配になるくらい素晴らしい内容の動画もあったりする。

いつか、私の個展が実現できた際は、ぜひお越しください。

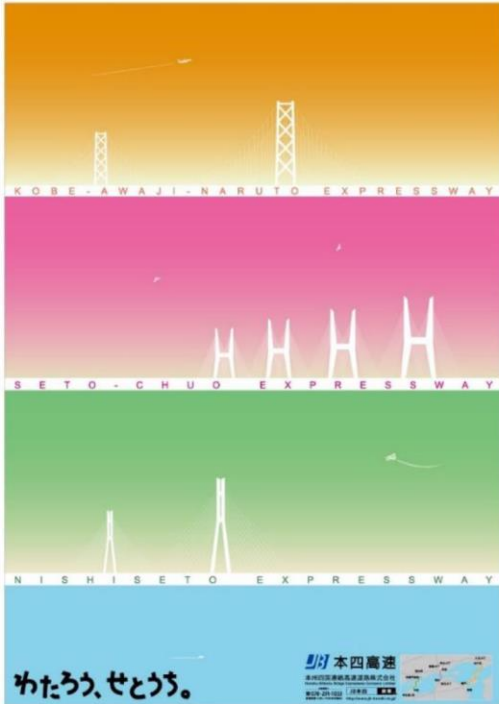


油画で描いたペンギン①

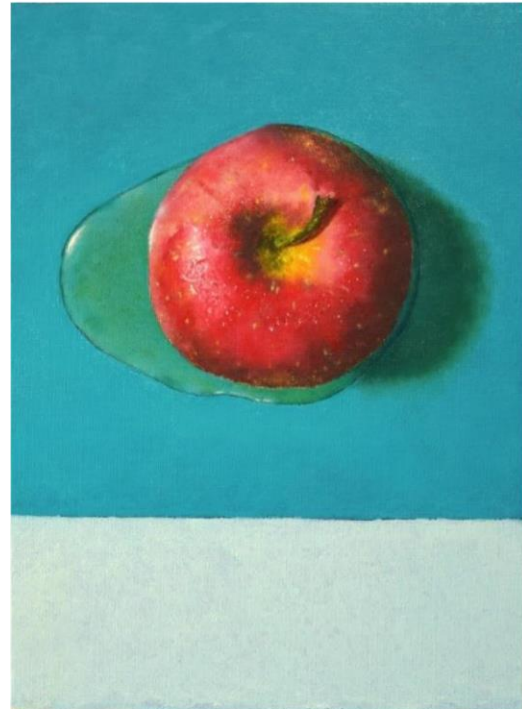


油画で描いたペンギン②





大学で制作した企業ポスター



油画で描いたリンゴ

さて、受傷してから今日までのことをダラダラと書いてきたが、役に立つ情報などが一切書かれていないことに今頃気づき、ゾツとした。なんとお詫び申し上げてよいやら……。



油画で描いた諫早駅

最後に一つ。ケイソンになってから14年、30歳になった私はどちらかというとこれまで流されて生きてきたタイプだった。最初から明確な意思があれば、もちろんそれが一番良いのだろうけど、私はそんなに強い人間ではなかった。ただ、流された分行き着く先の景色はどれも想像していなかったものばかりで、その度に気付かされ、目指すべきことも生まれた。何よりそこで多くの人と出会うことができた。これは流されて生きてきたからこそなのかもしれない。これから先、何が起こるかなんて全くわからないが、とりあえず明日もまた油の匂いが充満した部屋で頭フラフラになりながら絵を描いていこうと思う。

最後までご覧いただき  
ありがとうございました。



シャープペンで描いた自画像

## 全身麻酔手術と口腔ケアの関係について



看護師長 冷牟田桂子

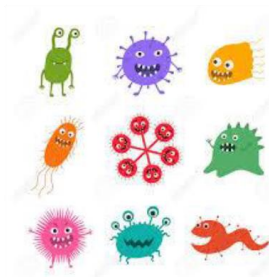
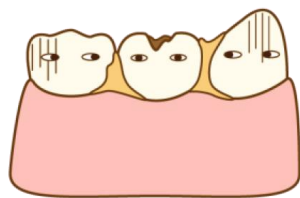
全身麻酔で手術が必要になった場合に、なぜ口腔内の健康状態（虫歯や歯のぐらつき等）を聞かれるのでしょうか。今回は手術の合併症と口腔ケアのメリットに関して説明します。

全身麻酔で手術を受ける際に、口から喉の奥にある気管へむかって気管チューブという呼吸を助ける管を入れます。その時、ぐらぐらしている歯があると気管チューブなどに当たり歯が脱落したり、折れたりすることで、気管や食道内に入ってしまう危険が生じます。



また、口の中にはたくさんの細菌が住んでいます。口腔ケアを怠ると細菌の数がどんどん増えてしまいます。プラークや歯石などでひどく汚れていると、気管チューブが入る際に、口の細菌まで一緒に気管や肺へ押し入れられることとなります。特に手術後では全身状態が弱っていますので、口の細菌が肺まで入ってしまい誤嚥性肺炎にかかる可能性が高まります。

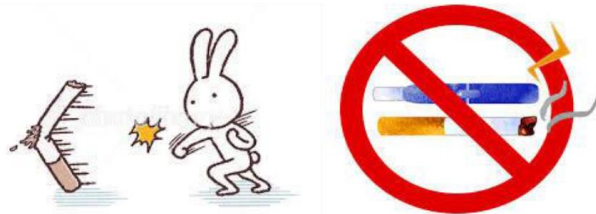
状態の良くない歯を放置していたり、汚れが付いたままの入れ歯をずっと使うことで、細菌感染により口の中が荒れたり（口内炎）、口腔内が乾いた状態となり細菌の数が増える危険性も高まります



喫煙も口腔内に影響を及ぼします。喫煙者は歯周病にかかりやすく、悪化しやすいことがわかっています。口は体の中で最初に喫煙の影響を受ける場所です。煙草の煙や成分は、口

唾液の分泌量を減らしたり、血管を収縮し歯ぐきの血流量を減少させます。血管の収縮によって歯ぐきに十分な酸素がいきわたらなくなると、免疫機能を低下させ、炎症が起こりやすくなり酸素を嫌う歯周病菌が増殖しやすくなります。

手術後に起きる合併症の中で、肺炎は死亡などにつながりかねない病気として知られています。喫煙者は手術前に禁煙することで合併症の発症リスクを低くすることができます。



肺炎などの感染症予防のために口腔細菌を除去し、口腔ケアをしておくことが手術予後のためにも重要です。

- ぐらぐらした歯がある。入れ歯が合っていない。
  - 歯ぐきが腫れている。
  - 歯垢や歯石がついている。
  - 口内炎や舌炎など口の中に炎症がある。
- などの症状がある方は歯科受診を検討してください。



口の不快感を除去しぐらぐらした歯や虫歯の治療を済ませている事で、安心して手術を受けられ、生活の質を下げずに治療に集中できます。

手術予定の有無に関わらず、常日頃から口腔ケアに心掛けましょう。





## 自動車シリーズ①

### 「手動運転装置」について

中央リハビリテーション部  
理学療法士 高浪 亮太



自動車を運転することは、行動範囲の拡大につながる大切な移動手段です。  
手動運転装置を活用することで自動車による移動の自由を手に入れることができます。  
今回は手動運転装置についてご紹介いたします。

#### <手動運転装置とは>

基本的に手動運転装置は画像のように、①旋回ノブと②アクセル&ブレーキに分かれます。  
アクセルとブレーキを手で操作するため、ハンドルは片手で操作しなければなりません。



(FUJICON の HP より引用)

#### <旋回ノブ>

ハンドル操作をサポートするために①の旋回ノブを取り付けます。旋回ノブのグリップ部分の形状は種類が多くありますが、大きく分けると2種類あります。左下の画像の旋回ノブは手でしっかりと掴むことができる方が使用するタイプで、右下の画像は手で掴むことが難しい頸髄損傷の方でも操作可能なタイプとなっています。



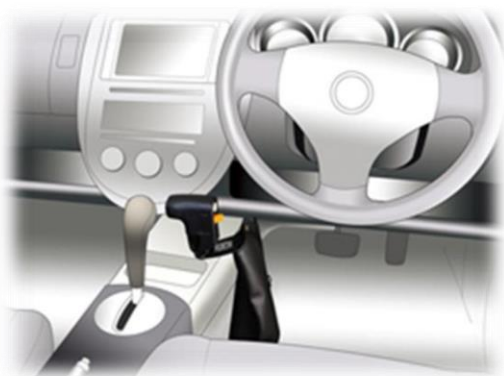
(FUJICON の HP より引用)



## <アクセル&ブレーキの種類>

アクセルとブレーキを操作する装置は主に**フロア型**、**コラム型**、**リング型**の3種類があります。

### フロア型



フロア型は手動レバーが体の横にあります。利点としては、運転中の座りの支えとして丁度良い位置にあります。また、フロア型は左右方向への強度が強く、カーブの時に体幹の横方向の動きを支えやすいです。欠点としては、車両フロアに固定されているため、足元のスペースが狭くなります。

(FUJICON の HP より引用)

### コラム型



コラム型はステアリングコラムの下方に本体を固定したものです。利点としては、レバーが横向きになっているため足元のスペースを広く確保できます。体格の大きな方やシート間を乗り移りする方に適しています。欠点としては、車種によってハンドルのチルト機構が使えなくなる場合があります。

(FUJICON の HP より引用)

### リング型



リング型はアクセル部分だけがハンドル外周に沿ってリング状に取り付けられており、リングを手前に引く、または前方に押すことでアクセル操作ができます。そのため、指での操作が必要となります。ブレーキはステアリングの右または左に設置したレバーを下に押すことで作動します。利点としてはアクセルとブレーキが分かれており、両手でのハンドル操作が可能となることです。欠点としては価格が高いことです。

当センターでは身体の状態や退院後の生活などを考慮し、患者さんが安全に自動車の運転ができるように情報提供を行っています。手動運転装置についてわからないことや困ったことがありましたらお気軽にリハビリスタッフに相談してください。

～福祉用具の豆知識～

## サウンドバーを楽しむアルテク

医用工学研究室主席研究員

寺師良輝



### アルテク

身の回りにあるテクノロジー「アルテク」をうまく使って、障害のある方を支援することを東京大学中邑先生らが10年ほど前から提唱されています。ここでは、障害の有無に関係なく楽しめる便利グッズであり、「楽しむ」+「アルテク」を実現するスマートスピーカー付属サウンドバーでのスマートホームデバイスの利用をご紹介します。

### サウンドバー

2011年の地デジ放送への完全移行でハイビジョン、さらに4K、8Kとテレビの高画質を楽しむようになってきました。画質への注目一方で、デジタル放送ではCD並みの高いクオリティで音声を聴くことができるのですが、あまり知られていないように思います。テレビの薄型化が進んだことで、テレビの中でスピーカーに使える容積が小さくなり、高音質を体感することはないのではないでしょうか。テレビの音をもうちょっと良くしたい、いい音でテレビを楽しみたい、というニーズにサウンドバーは最適です。筆者は、9年前のBOSE社の製品を買い替えたところですが、さらなる音質向上を体感しています。サウンドバーとは主に薄型テレビの前に設置して使用するパーティタイプのスピーカーです(図1)。一般的にはテレビの前に置いても画面を邪魔しない10cmほどの高さで、長さは50cmから1m程度という、横長でパーティタイプのスピーカーです。テレビとベーススピーカーをケーブル1本でつなぐだけで、すぐに高音質な再生が楽しめます。HDMI (ARC) 端子

か、光デジタル端子のあるテレビであれば接続できます。またサウンドバーはテレビや映像コンテンツの音を楽しむという使い方以外にも、音楽を再生するスピーカーとしても楽しめます。たとえば、Bluetooth対応のサウンドバーではスマホやタブレット、パソコンの音をワイヤレスで気軽に再生できるので、リビングルームに専用のオーディオシステムがない場合は便利です。ここまではサウンドバーの話ですが、スマートスピーカー機能を付属する製品(表1)では、テレビの音を「楽しむ」+「アルテク」としての利用ができます。

### スマートスピーカー

スマートスピーカーでは、聴きたい音楽の再生、IoT機器・家電との連携、検索・情報の収集、読み上げ・データの送信ができます(図2)。「アレクサ」と呼びかけて操作するAmazon Echoが最大シェアで、スマートリモコンなどのスマートホームデバイスの対応製品が最も多いです。

### スマートホームデバイス

スマートリモコン Nature Remo は、家電をスマートスピーカーから操作できるリモコンで、既存の家電を声で操作できるようになります。赤外線方式のリモコンを備えた家電であれば、メーカーや型番・年式などに関係なく使用可能です。スマートロック Qruo Lock は、両面テープでの貼付取り付けだけでスマートスピーカーでのサムターン開閉ができます。合鍵、ハンズフリー開錠、オートロックも可能です。

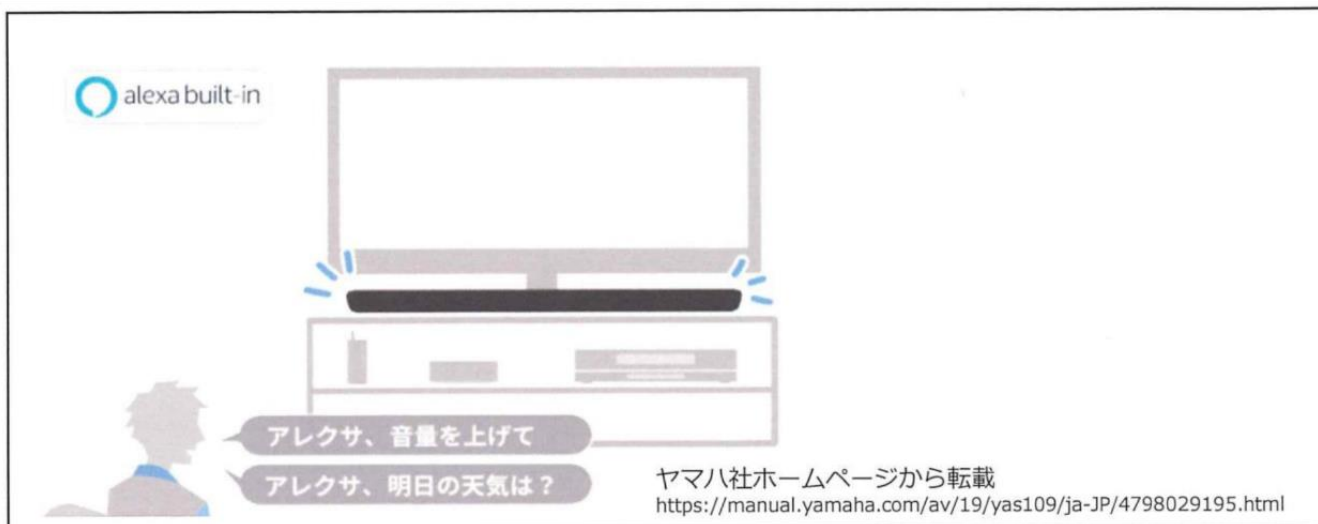


図1 スマートスピーカー付属のサウンドバー

表1 5万円台までのスマートスピーカー付属のサウンドバー

メーカー	品名	参考価格	HDMI (ARC)端子 テレビとケーブル1本で接続できる。おおむね2015年以降のテレビが対応。	光デジタル端子 地デジテレビは、ほぼ対応。まれに付属しないテレビがある。	Bluetooth スマホやタブレット、パソコンの音をワイヤレスで再生できる。
ヤマハ	YAS-109	20,800	○	○	○
Polk Audio	REACT	22,200	○	○	○
Bose	Smart Soundbar 300	52,800	○	○	○
Sonos	Beam (Gen 2)	57,800	○	△アダプタ	×

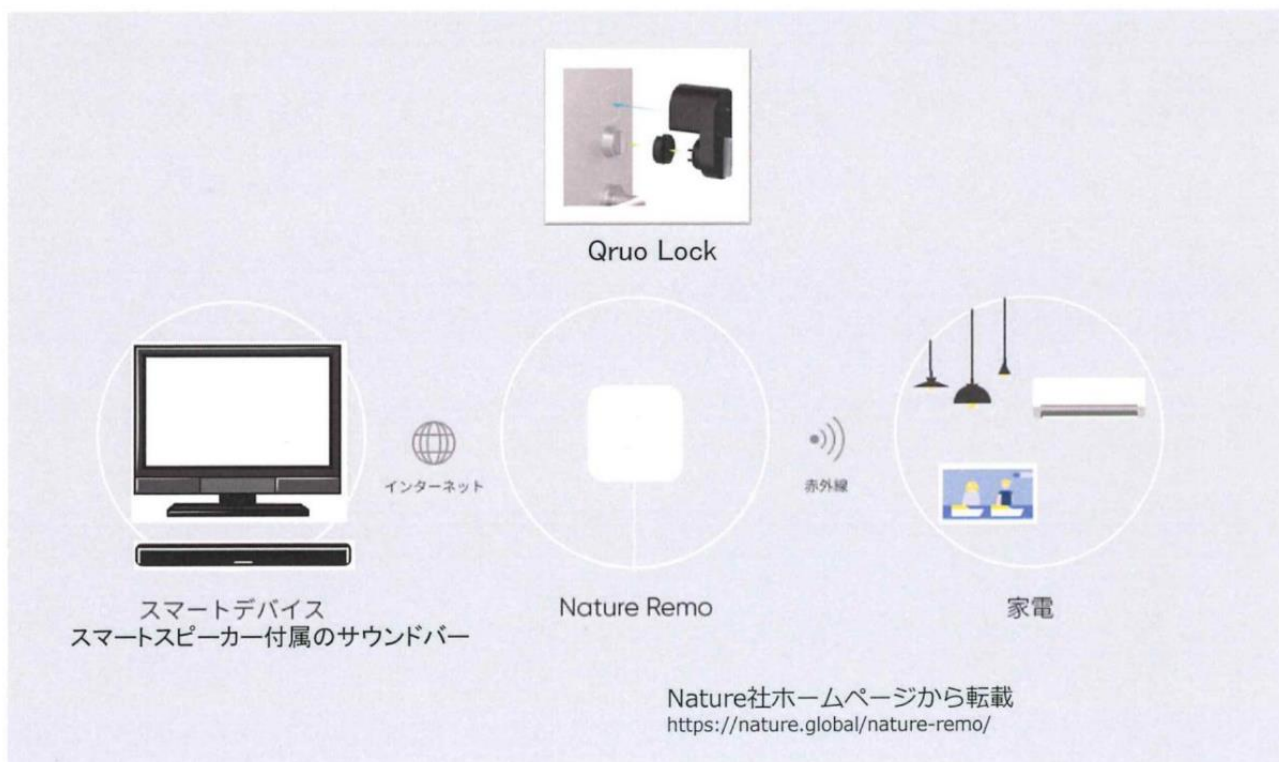


図2 サウンドバーとスマートホームデバイス



# ～看護週間～

5月12日は看護の日です。看護の日とは21世紀の高齢社会を支えていくためには看護の心、助け合いの心を老若男女問わず国民一人ひとりが分かち合う事が必要であると考えナイチンゲールの誕生日にちなみ制定されました。今年は5月8日～5月14日が看護週間です。

毎年、看護の日には全国各地で看護に関するイベントが行われていますが、今年は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、規模を縮小してイベントは行われませんでした。



職員の子供さんに募集し「せき損センターで働くお父さん・お母さんの絵」を展示しました。皆さん、お上手ですね。



13日の昼食は栄養管理室からの愛情いっぱいの祝膳です。受け持ち看護師からの手作りのメッセージカードを病棟師長が患者さんの元へ届けました。



今年も、昨年と同様コロナウイルスが流行している中の規模を縮小したイベントでしたが、患者さんより多くの喜びの声をいただきました。

ご協力いただいた皆様本当にありがとうございました。

来年は、新型コロナウイルスが収束し、例年通り看護週間のイベントが開催できることを願っております。

看護の日・患者サービス委員会

患者様へのせき損広報誌『はなみずき』では、患者様からの記事を募集しています。記事の投稿はお気軽に当センター職員までお声かけください。

ご意見・ご要望等ございましたら、ふれあいポストまでお寄せください。