

ハート・プラス通信

～内部障害者・内臓疾患者の暮らしについて考える～

2019年2月20日 No.46<冬号>



【配信元】NPO法人 ハート・プラスの会

【連絡先】事務局 E-mail: info@heartplus.org 携帯電話: 080-4824-9928

【ホームページ】http://www.normanet.ne.jp/~h-plus/

会員様等からの投稿

大阪ミニ交流会に参加して

大阪府在住 黒田有里様

先日、初めて大阪のミニ交流会に参加させていただきました。

新参者でも温かく迎え入れていただき、あつという間に時間が過ぎました。私と同じく弁置換の方が多いのかと思っていましが、そうでもなく、色々な疾患の方がいらつしやるのだと初めて知りました。

私は2017年11月に弁置換術を受けました。

先天性の心疾患(修正大血管転位症)がありますが、手術することもなく経過観察のみで過ごせていました。

帝王切開で無事に出産もし、母はこれで何も心配ないだろうと思っていたようです。出産後に離婚しましたので、フルタイム勤務し、さらにボランティアで地元の鼓笛隊のお手伝いもする、という忙しい日々を送っていました。

しかし2017年2月に風邪をこじらせてしまい、それから調子が悪くなりました。風邪症状が治まっても息苦しくて、自分でもどうなってしまうのかと思いました。受診した結果、息苦しさは弁の働きの悪くなっているのが原因で年内に弁置換術を受けた方がいいと言われました。

この当時は駅の階段の昇降にもとても時間がかかり、駅から徒歩5分とかからない自宅に帰るのも辛く、何回も息子に迎えに来てもらいました。

この年は家のことでも色々あり、手術は秋以降に受けることにしました。

手術に対してはかなりの不安がありました。まず骨折もしたことがなかったので骨を切る手術後の痛みには耐えられるのだろうかと思配でした。

ネット検索で「MICS術」というものを知り、手術までもう時間がないのに主治医に相談に行きました。いつも予約患者でいっぱいの外來なのですが、主治医や部長先生も私の話を聞

いてくれて、納得のいく説明をしてくださり、覚悟して開胸での手術を受けることに決めました。

術後、右の腰の激痛で目が覚めました。訴えたのですが、気管内挿管されているので、話せません。度々看護師が体位を変えてくれるのですが、右下の体位になる度に激痛が走り、必死で訴えるのですが、伝わりません。

抜去後にやっと分かってくださり、痛み止めを注射していただきましたが、その痛みは退院後まで続きました。

あまりの痛みを担当医は結石でもあるのかと検査してくれるほどでした。

当初、胸の痛みをかなり心配していましたが、腰の痛みの方が強くて、胸の痛みは痰を出す時や咳込む時くらいで、他は感じませんでした。



術後リハビリが始まってからは、退院後の生活に困らないようにと毎日病棟内を歩きまわった。

術後2週間弱で退院が決まり、まだ骨がくっついていないので、電車で帰ることにとても不安を感じ、看護師や担当医に何度も話していました。看護師の提案で持つてきていたクッションを抱っこして帰りました。

退院後もしばらくは外出するのが怖かったのですが、中でも通院を含めた電車移動が一番の不安でした。

そこで、胸を防護するものはないかとネット検索し、格闘技の子供用の胸のプロテクターを購入し、装着して外出しました。開胸しているので、胸を張れずに猫背になり、それが後々の五十肩の原因になりました。また、術後しばらくして不整脈が頻発し、2度のカテーテルアブレーション術を受けました。

現在、不整脈は治まっていますが、1年以上安静の日々が続いた結果、体重は増え、筋肉は落ち、体力もない状態に。今年中には就職出来るよう、歩いたり出掛けたり五十肩改善に努め

たりしてはいますが、以前よりも疲れやすくなっていますので、無理は出来ないなと思っています。

手術前は術後の痛みへの心配くらいで軽く考えていたのですが、やはり大手術で大変なことだったんだと実感している今日この頃です。



事務局住所

〒 572-0848

大阪府寝屋川市秦町41番1号

寝屋川市立市民会館4階

寝屋川市立市民活動センター内

携帯電話：080-4824-9928

活動報告等

大同生命社会貢献の会様 から寄付を頂きました

事務局長 徳永周三

登録団体交流会があった同じ日（平成31年2月2日）に寝屋川市立市民活動センター内で寄付の贈呈式を行いました。

2014年以来今回は6年連続でいただきました。大変有り難いことです。

第1回目には寝屋川ふれあいフェスタの開催中に贈呈式を行った以来毎年大同生命さんの本社で贈呈式をさせて頂いていたのですが今回は寝屋川で行いたいのをご希望で寝屋川市立市民活動センターへお越しください。贈呈式を行いました。

このお金は昨年の総会で提案があった発表会や展示会などで使うポスターパネル等の掲示物の作成に使えたら良いなと考えています。

「ハート・プラスの会」 パネル展

理事 岩井伸文

毎年恒例の「奈良市ボランティアインフォメーションセンター」でのパネル展に、（一月十二日～二月九日）参加しました。

今回の展示のメインは、いつも啓発用に配っているチラシを大きなポスターに拡大して展示しました。

もちろん、いつもの「ハート・プラスマーク、知っていますか？」のポスターも展示しました。



【展示状況】

同時に、「あったらいいな...」のチラシと、三つ折りの「内部障害って何だろう？」のリーフレットも配りました。

奈良ミニ交流会を同時開催出来なかつたのが残念です。次回は頑張つて開催致します。

会員に限らず、内部障害者・内臓疾患者の家族や関係各位の皆様を交えた交流会ですので、よろしく願います。

市民活動センターで「たこ焼きパーティー」！？

事務局長 徳永周三

平成31年2月2日にハート・プラスの会の事務所がある寝屋川市立市民活動センターで登録団体交流会が開催されました。

登録団体交流会の目的はたこ焼きパーティーをすることだけではなく、たこ焼きを粉から作りながら他の団体のメンバーと仲良く作り合つて親交を深めお互いの活動内容を知ってもらい、



【説明を聞いています】

協力出来るところは協力し、登録団体全体でお互いの活動を盛り上げようという主旨です。

今回は16団体52名の方々が参加し、5台の調理台で10人くらいに分かれてたこ焼きを焼きました。

グループによってはきれいに丸いたこ焼きになっておもしろいところと、丸い形にならずたこ焼き器の鉄板の上はもんじゃ焼き状態になったり大騒ぎで楽しく、作り、食べながらお互いに仲良くなって親交を深めました。

たこ焼きでお腹がふくれた後は、各登録団体毎にそれぞれの団体の自己PRをしました。



【皆で頑張りました】



ハート・プラスの会では今回は横浜から石川理事も参加し、内部障害者について理解を頂けるようにPRしました。今後も交流会等に参加し、ハート・プラスの会のPRをやっていききたいと思います。

【募集】

体験や近況、活動報告など、皆様からの投稿をお待ちしています。連絡は、事務局まで！！

Mail : info@heartplus.org

