54歳で脳梗塞を発症　● 福田 展宏さん

- 診断名：脳梗塞
- 発症年齢：54歳（2021年7月現在63歳）

●脳梗塞になった時の気持ち

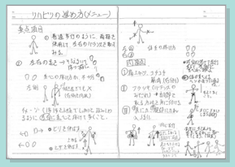
倒れた理由がわからず、まず仕事のことが気になりました。

自宅でくつろいでいた時に突然倒れ、起き上がろうとしても起き上がれなかったので、救急車で大学病院へ。倒れた時は脳卒中ではなく、単なる体調不良だと思っていましたので、診察していただいた先生に「仕事に戻れるまで3ヵ月くらいかかると思います」と言われた時は、理由もわからずショックを受けました。

●前向きになれたきっかけ

リハビリテーションの先生の熱意が私を前向きにさせてくれました。

先生方は本当に熱心に、とても良いリハビリテーションを教えてくださいました。リハビリテーションを忘れてしまってはもったいないと思い、「リハビリノート」を付け、病室に戻った後に見て、自分なりに復習をしていましたね。心に響いた治療法やリハビリテーションの方法を書いたノートは、今、私の思い出のノートになっています。

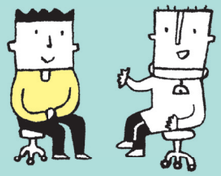


●医師にして欲しかったこと

不安や疑問をもっと気軽に相談できる方法があるとうれしい。

診察の時、質問したかったことをうっかり忘れてしまったり、先生から「何かありますか？」と聞かれても次の患者さんに遠慮して、質問できないことが何度かありました。

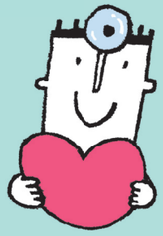
そんな時、看護師さんや相談員さんにお話しできるような、次の診察まで待たなくても解決できる方法があればうれしいと思っています。



●医師にしてもらってうれしかったこと

心が通じ合っていることを感じる温かい言葉。

「足の具合はどうですか？」「調子良さそうですね」など、私を大切に思ってくださる気持ちから出る、温かい言葉をたくさんいただいたことですね。私の治療に当たり、身体の状態を一番知っている先生の言葉は心に響きますし、先生との心のつながりを感じることで、安心して入院生活を送ることができました。



●福田さんの今

元の職場に復帰し、働き続けられていることが何よりうれしい。

復職後のことが心配だった私にとって、職場の皆さんが「お帰りなさい」「待っていましたよ」と迎えてくれたことが、涙が出るほどうれしかったですね。身体の不自由はありますが、働けることが今の喜びです。今後は、脳卒中になっても頑張れる社会を実現するための働きかけに関わっていきたいと思っています。

医師からのメッセージ　病気になった時に仕事を辞める・辞めないの判断はしないで

独立行政法人
労働者健康安全機構
中国労災病院
治療就労両立支援センター 所長
機構本部研究ディレクター
豊田 章宏 先生

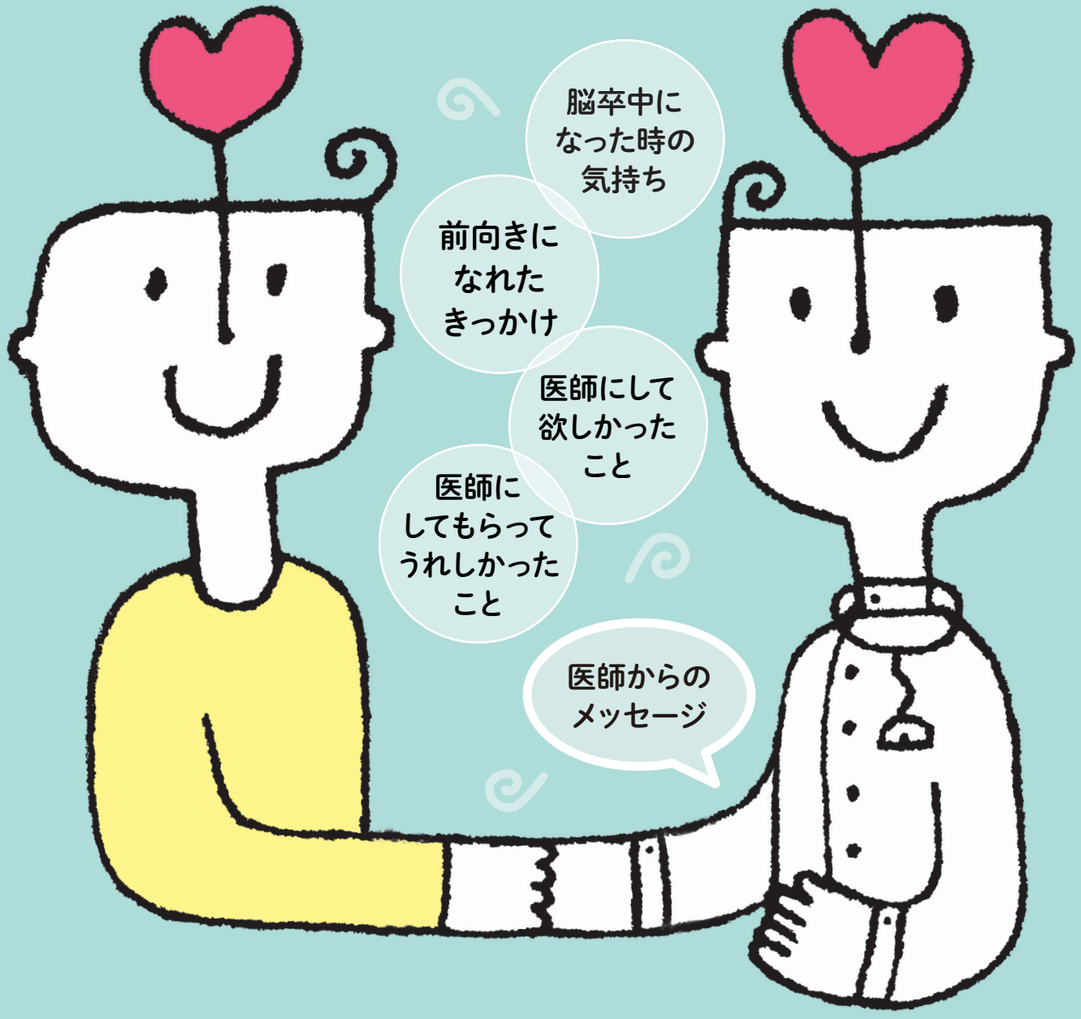
病気になった時、仕事をやっていけるのか、会社に迷惑をかけるんじゃないかと思う人は多いですね。でも、病気になった時に仕事を辞める・辞めないの判断はしないでください。ショックを受けた状態では正常な判断ができませんので、人生の大事なことを決めては駄目です。もし仕事を辞めてしまうと、会社も社員を守ることはできません。治療を続けながら仕事を両立していきたいと考える患者さんは両立支援コーディネーター※が支援します。

※患者さんの治療と仕事の両立に向けて、①患者さん②主治医③会社・産業医などのコミュニケーションが円滑に行われるよう支援するコーディネーター

MAC-MACS-JP-0309-09-09

脳卒中になった時・なった後
あなたはどうする？

知っておきたい医師とのコミュニケーション



脳卒中を発症し、治療・リハビリテーションを経て自分らしく生きる道を見つけた
3名の患者さんとそのご家族にインタビュー。
発症した時の気持ちや前向きになれたきっかけ、医師に伝えたいメッセージなどをお聞きしました。
また、インタビューをご覧になった脳卒中ご専門の医師からもメッセージをいただきました。

公益社団法人 日本脳卒中協会 The Japan Stroke Association
Bayer バイエル薬品株式会社

37歳で脳出血を発症

● 山﨑 信さん ／ペンネーム：ハチマキさん

●診断名：脳出血
●発症年齢：37歳（2021年7月現在39歳）

山﨑さんは“ハチマキさん”というペンネームで、脳卒中患者さんを少しでも元気づけられたらというお考えのもと、SNS等で情報発信をされています。

●脳出血になった時の気持ち

倒れて病院に運ばれ処置している時も意識はありましたが状況が理解できませんでした。

物が見づらかったり、話の内容が理解できないなど、前兆※はあったのですが、疲れているからだと思い、病院には行きませんでした。だから自分が脳卒中になるとは、思ってもいませんでしたね。仕事中に倒れた時、意識はあったけれど周りが何を言っているかまったく理解できず、何がなんだかわかりませんでした。

●前向きになれたきっかけ

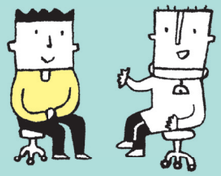
退院前に「これからが勝負の時」と言われたことが励みになりました。

もともと前向きだったのですが、退院が近付くにつれ、社会に戻れるのか怖くなってきたんです。
でも退院前、回復リハビリテーションで会った先生に「あえて退院おめでとうとは言いません。これからが勝負の時なので、負けずにリハビリテーションを頑張ってくれることを願います」と言われたことが、すごく励みになりました。

●医師にして欲しかったこと

医師とセラピストが連携して、もっとスムーズにリハビリテーションを。

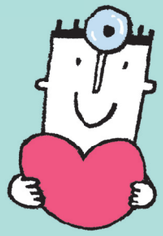
病院でのリハビリテーションは医師の指示のもとに行われます。だから、主治医がお休みなどでいらっしゃらない時は、リハビリテーションがストップしてしまうんですね。できればセラピストの方にもある一定の裁量を与えてくださって、患者とセラピスト、二人三脚でリハビリテーションを進められる方法があればいいと思います。



●医師にしてもらってうれしかったこと

私の今が、未来があるのは先生方のおかげです。

素晴らしい先生方との出会いがなかったら、ちゃんとリハビリテーションをしなかったら、今も歩くことができず、引きこもりの生活をしていたと思うんですよね。でも、先生方のおかげで歩けるようになり、自由に仕事もできています。先生方には、「私の未来を創っていただき、ありがとうございました」と伝えたいです。



●山﨑さんの今

出会いを大切にしながら、新しいことにチャレンジしています。

自宅の近くの河川敷で歩行訓練をしていたら、バランススクーターに乗っている方を見かけたんです。自分は自転車には乗れないけどバランススクーターになら乗れるかもしれないと思い、チャレンジしています。また、今は「ハチマキさん」という名前で、SNSでリハビリテーションの情報を発信・共有する活動もしています。

※一般的に脳出血はある日突然発症することが多く、前兆（前触れ発作）はない場合が多いです。

医師からのメッセージ　チーム医療で途切れのないリハビリテーションができる仕組みづくりを

熊本市民病院
首席診療部長
（脳神経内科 科長・
リハビリテーション部 部長）
橋本 洋一郎 先生

私たち医療従事者の一言の重みを感じました。また医師とセラピストの連携に関して、通常は、私たちはリハビリテーションのスタッフにかなり権限を委譲しています。プランを立てて、そのプランに沿ってリハビリテーションを実施し、毎日主治医の指示が入らないと実施できないということがないようにしています。ご指摘の点を改善するには、病状によって主治医の指示が必要になった場合に、すぐに主治医と連絡がとれなくてもほかの医師が対応できるように、チーム内の更なる連携が必要だと思います。

47歳で脳梗塞を発症

● 岡田 充弘さん ※写真左

●診断名：脳梗塞（左脳の3分の2）
●発症年齢：47歳（2021年7月現在56歳）

本インタビューは主に奥さま（岡田 理砂子さん／写真右）にご回答いただきました。

●脳梗塞になった時の気持ち

人生が変わってしまうという不安しかありませんでした。

脳梗塞を発症した時の症状は心肺停止。職場で突然倒れ、救急外来に搬送されました。先生から、主人は失語症のなかでも全失語で、「言葉のわからない外国に放り出されたような状態です」という説明を聞き、これからどう生きていけばいいのだろうと悲観的な気持ちになりました。

●前向きになれたきっかけ

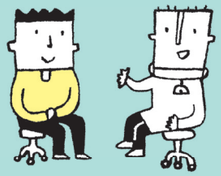
失語症は時間はかかるけど、少しずつよくなる。その言葉に励まされました。

失語症について調べていたら、日本失語症協議会の家族会を見つけたんです。全国の失語症のご家族の方に相談に乗っていただいた時、「失語症は時間がかかるけど、薄紙をはがすように良くなるんだよ」と言われ、本当にうれしくて…。前向きに考えることができるようになりました。

●医師にして欲しかったこと

回診の時、一言二言でもいいから先生のお話を聞きたかった。

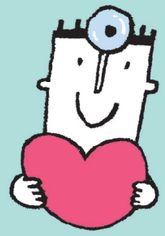
入院中は、主治医以外にもたくさんの先生が病室を回診する時間（総回診）があったんです。でも、総回診の時は家族も看護師さんも、病室に入ることはできませんでした。
できればあの時間、家族も病室にいて先生から一言や二言でもいいから、お話を聞ければよかったと思っています。



●医師にしてもらってうれしかったこと

命を助けてくださって、本当にありがとうございます。

主人は脳の左3分の2が駄目になっていました。そんな状態で生きていてもつらいだけかと思い、「先生、もうこのまま逝かせてあげてください」と言ってしまったこともあります。今は命の大切さを実感していますが、その時は私の覚悟が足りなかったのだと思います。先生には、「本当にありがとうございます」と伝えたいです。



●岡田さんの今

ゆっくり散歩しながら言葉を交わせる幸せを感じています。

退院した時は車椅子だったのですが、少しずつ歩けるようになりました。今は主人、飼い犬と一緒に朝晩ゆっくり散歩するのが楽しみになっています。散歩しながら、主人が「飛行機」「タンポポ」「バラ」など、見かけたものを単語で言って、私がそれに「あ、そうだね」と応える。それだけですごく幸せな気持ちになるんです。

医師からのメッセージ　患者さんの状況について家族にわかりやすい説明が必要

日本医科大学
大学院医学研究科
神経内科学分野
大学院教授
木村 和美 先生

総回診の時、大学病院では患者さんの家族を外にということがあります。確かに患者さんの家族から見ると、自分が除かれたような感じがするのかなと改めて思いましたが、医療者サイドには、そのような意図はないと思います。もちろん、患者さんの状況について、家族も知りたいと思います。家族には、改めて病状説明の場で、時間を取り、専門用語を用いずわかりやすい言葉で説明することがよいかと思います。みんなで寄り添って支えていくことが大事なのかなと思います。