



## MST(メディカルショートステイ)のご紹介 外科長 佐藤 武彦

こんにちは。東和病院で外科医師をしております佐藤武彦と申します。

皆さんは当院でメディカルショートステイ（以下 MST）という医療サービスを提供しているのをご存じでしょうか。

MSTとは、医療ケア、処置が必要な患者さんが、在宅療養（施設入所も含む）と MST 入院を繰り返しながら、在宅での療養を支援するシステムです。在宅で患者さんが過ごす場合、介護者となっている家族が、一人（もしくは複数名いるかもしれませんが）でがんばりすぎていませんか。疲れていませんか。当院では、その点に配慮し、MST 入院を岩手では早い時期から導入しております。



佐藤医師と MST を支えるメンバーたち

### 【どんな患者さんが利用可能？】

- ①中心静脈栄養（高カロリー輸液）を行なっている。
- ②経管栄養（経鼻胃管、胃瘻）で栄養剤注入している。
- ③ストーマ（人工肛門）を造設している。
- ④膀胱内留置カテーテルがある。
- ⑤喀痰の吸引が必要（自宅でも吸引している）
- ⑥在宅酸素療法を行なっている。
- ⑦インスリンの注射を行なっている。
- ⑧褥瘡があり、創処置が必要
- ⑨悪性腫瘍などで医療用麻薬などを用いた疼痛コントロールが必要 等

### 【利用する上での条件としては？】

- ①完全予約制。（あらかじめ当院の担当看護師との打ち合わせが必要）
- ②入院期間は 1 週間か 2 週間のどちらかを相談の上、決めます。  
（もしも MST 入院中に病状が悪化すれば、入院期間の延期はあり得ます）
- ③入院日（曜日）：原則水曜日または木曜日となっております。



MST をご希望のかたは外来受診の際に看護師にご相談ください

### 【MST のメリットは？】

- ①入院中に患者さんの状態と医療ケアを整えることで、退院後も安心して在宅療養を継続できます。
- ②日頃、介護をしているご家族の休養をとったり、気分転換をすることができる。

### 【MST を利用するにあたり注意することは？】

- ①入院中は介護保険が利用できないため、入退院時のタクシー利用は自費となります。
- ②退院後、次回入院予約日までの間に体調が悪くなった時は我慢せず受診しましょう。

「MST の利用を新規にご希望される場合は、外来を受診の際に看護師にご相談ください」



## ～院内デイケアとは～

治療を忘れて穏やかな入院生活を過ごしていただくために、日中の治療や療養以外の時間を利用し、看護師などにより企画された様々な催し物に患者さんが参加することを「院内デイケア」と称します。

東和病院では、入院による環境の変化に伴う認知症症状の発症やその進行の予防、日常生活動作の低下の予防を目的に、2018年からデイケアを行っています。季節感や日時を意識できるような工夫や生活リズムを整える援助、レクリエーションなどを面会ホールや病室にて行っています。2020年からは新型コロナウイルス感染対策のため、少人数での開催として継続しています。

## ～参加された患者さんから～

- ・楽しかった、またお願い
- ・あっという間だった
- ・少し気が晴れた
- ・久しぶりに笑った
- ・・・・など、嬉しいお言葉を頂いています。



## ～デイケア活動を行っているチームスタッフから～

今年度東和病院に転勤してきて、初めて院内デイケアに参加しました。これまでは、治療や日常ケアに追われ、高齢の患者さんとゆっくり向き合えていませんでした。東和病院で行われているデイケアでは、参加されている患者さんがベッド上での表情よりいきいきとして笑顔で過ごされています。コロナ流行で集団でのデイケアが行えない時期もありましたが、少人数でも定期的に患者さんが笑顔でいられる時間・空間を作れるようにデイケアに携わっていきたくと思います。

病棟看護師：奥村幸宏

「やっとできた」「昔はもうちょっと上手にできたんだけどね」などと笑顔でお話しされている姿を拝見することができ、とても嬉しく感じています。中には「私は何もできないから」と話され、取り組みに参加されない方もいらっしゃいます。そんな方には無理強いせず、ご家族や趣味、昔のお話を投げかけ、今できている`会話、を楽しんでもらえるよう心がけています。デイケアの中で、その人らしさが垣間見える時もありとても素敵な時間だと感じています。また、患者さんの考え方、生き方に触れることもでき、学ばせていただく場にもなっています。前向きな気持ちで治療やリハビリに取り組むことができるよう、短い時間の中でも患者さんとしっかり向き合っていきたいと思っています。

病棟看護師：伊藤美穂



原子力発電・ラジウム温泉・病院でのX線検査…など全て放射線が関与しております。そして私たちは日常生活においても、常時宇宙や大地からの自然放射線を受けています。放射線は目に見えないので、怖い・嫌だと思うのは当然の感情かもしれません。

今回、病院での放射線検査について述べたいと思います。

一般に息苦しければ「胸部レントゲン（X線）撮影」、腹痛であれば「腹部X線撮影」、もう少し精査してみましょと「CT検査」が行われます。たまに患者さんから言われるのが「この間も写真を撮った/被ばくするのが嫌だ/何回までCT検査をしてかまわないの?」と、たとえ口には出さなくても内心思っているかもしれません。

**そこで皆さんに覚えて欲しい大事なことです！**

**①放射線検査をする上で患者様の受ける被ばくに限度はありません**

→限度を設けると、大事な検査が受けられなくなる可能性があります

**②身体の調子の悪い原因を探る・病気の拡がりを把握する・手術後などの経過を診るためなどに、医師は放射線検査を勧めています**

→被ばくするデメリットより、患者さんの利益が大きいと判断できるときに勧めます

**③被ばくとX線写真の画質を、放射線技師が管理しています**

→X線量を低く抑え画質の良い写真に努めています、安心して検査に臨んで下さい

おおよその数値をお示しします（mSv：ミリシーベルト）

自然放射線（年間あたり）	2.1mSv（日本の平均）
胸部X線撮影（1回あたり）	0.06mSv
CT検査（1回あたり）	2～30mSv（部位や体の大きさで異なる）

●被ばくをしても、細胞には修復機能が備わっています。検査する毎に、被ばく線量が単純に加算されるわけではありません。

●100mSv未満の被ばくでは、身体影響を疫学的に検出することが困難と言われています。

しかし100mSv以下だから安全ということではなく、検査被ばくを最小限にするのが肝要になります。

現代社会はインターネットで、情報が錯綜しており、良いか悪いか自身の判断に委ねられることが少なくありません。気になる事は、検査時でも構いませんのでお尋ね下さい。放射線検査について少しでも不安が払拭されましたら幸いです。



東和病院の放射線検査は  
私たちにおまかせください



## 5年ぶりに地域医療懇談会を開催しました！



当院と東和地域の各コミュニティ会議の共催による地域医療懇談会を8月28日（月）に東和コミュニティセンター多目的ホール、8月31日（木）に小山田振興センターホール、9月7日（木）に成島振興センター会議室の3会場で開催し、延べ73名の住民の方々にご参加して頂きました。

地域医療懇談会は、平成20年から振興センター単位で毎年3地区ずつ開催（一部6地区開催年度あり）してきましたが、新型コロナウイルス感染症の流行等があり今回は5年ぶりの開催となりました。

会は工藤銀河医長による健康講話「健康で長生きするために「健康日本21」」の他、菊池総看護師長による「手洗い教室」、青砥事務局長による「東和病院の現状紹介」を行った後、参加者との意見交換を行いました。

参加者からは、「健康日本21のお話は、食事のグー（握りこぶしくらいのご飯）・チョコキ（漬物1回2切れ、味噌汁1日2杯まで）・パー（片手分くらいの肉・魚・卵・豆腐）や1,000歩の目安が具体的で分かり易かった」「自分の手洗いの仕方です洗い残し易い場所が分かって良かった」などの感想があり、とても好評でした。

一方で、「意見交換の時間が短かった」との感想を複数の参加者から頂きましたので、次年度の参考としたいと思います。

来年度は、浮田地区、谷内地区、田瀬地区での開催を予定しています。

## 土沢七夕まつりに参加しました



編集後記・・・急に秋が進みました。東和病院のイチヨウの木も葉っぱが黄色く色づき、実をたくさん落とす頃です。風邪やインフルエンザ、コロナの予防策をして元気に過ごしましょう。

岩手県立東和病院  
〒028-0115 花巻市東和町安俵6区75-1  
TEL:0198-42-2211 / FAX:0198-42-4417  
ホームページアドレス  
<http://www.towa-hp.com>

