

かしま

HOT 通信

4月号 Vol.315

平成31年(2019年)4月1日発行

■編集/かしま病院広報委員会
■発行/社団法人養生会

〒971-8143
福島県いわき市鹿島町下蔵持字中沢目22-1
tel.0246-58-8010(代) fax.0246-58-8088

ご意見・ご感想は...
上記住所へ郵便、またはE-mailでお送り下さい。
かしま病院広報委員会(井沢 宛)まで
k-izawa@kashima.jp

ホームページ <http://www.kashima.jp>

かしま病院

検索



スマートフォンをご利用の方は、
QRコードを読み取り、アクセスしてください。
PCサイトと同じ内容がご覧頂けます。



巻頭特集

「介護中のご家族にも休息を
レスパイト入院について」

認定看護師による勉強会のお知らせ

お宅訪問隊

～住み慣れた 私たちの街で...～
訪問診療課

コラム ひんがら目(142)

『ヒポクラテス宣言と宇沢弘文先生』

呼吸器科 部長 山根 喜男

ようこそ家庭医療へ!

リハビリPOST

イベント開催予定のお知らせ

かしま荘通信



2019年 開催の
かしま病院 「看護の日イベント」 お知らせ

内容

- 健康維持へのレシピ (転倒防止、認知症防止など)
- 栄養相談

体験コーナー



清潔手洗い

手洗いチェッカーを使って
普段の手洗いの洗い残しを
チェックします

もしものための話し合い
もしバナゲーム

縁起でもない話をもっと身近に、
あたりまえに、もしバナのある
世界へ

開催日 5月10日(金)

時間 10時～12時

場所 かしま病院外来待合 授乳室前 周辺

看護師、認定看護師(緩和ケア、感染
管理)、管理栄養士が対応致します。
どうぞお気軽にご利用ください。

巻頭特集

介護中のご家族にも休息を レスパイト入院について

近年、自宅で医療や介護のサービ
スを受け、療養生活を過ごされる方
が増えています。これは、自宅で療
養することが患者さんにとって最も
望ましい環境であることが、世間に
浸透してきたことが理由になってい
ると思います。他方、増え続ける社
会保障費を抑制するため、国による
政策誘導という面も無いとは言えま
せん。

一方で、実際に介護経験のある方
ならよくご存じと思いますが、在宅
で療養をする際に介護を行う家族(介
護者)に掛かる負担は、決して小さ
くありません。医療保健や介護保険
を使って様々なサービスを利用出来
るため、介護者への負担はある程度
軽減出来ます。それでも、精神的、
肉体的負担を完全に無くすることは
出来ません。特に高齢者世帯や介護

2に続く

かしま病院では、2014年10
月に一般病棟三つの内一つを地域包
括ケア病棟に転換し、更に
2017年10月に一般病棟の一つ
を転換し、現在二つの地域包括ケア
病棟を運営しています。
では、レスパイト入院(休息入院)
とは、どのようなものでしょうか。

そもそも病院は、長期の療養生活
には向いていないのです。一日でも
早く病気を治して、一日でも早く家
に帰りたいと思うのは、とても自然
なことだと思います。慣れ親しんだ
自宅で療養生活を過ごせる環境が整
えられるとしたら、患者さんにとっ
てとても幸せなことです。

② 014年に実施された診療
報酬の改定で、「地域包括ケ
ア病棟」が新設されました。地域包
括ケア病棟は、急性期→回復期→慢
性期まで幅広い患者さんを受け入れ
ることが出来る、とてもユニティリ
ティーの高い病棟です。勿論、病院
によって、病態や治療内容によって、
受け入れられる患者像は異なります。
この地域包括ケア病棟の役割の一つ
が、レスパイト入院の受け入れです。

病院での生活は、とても特殊です。
病院は病気を治すための所ですから、
医療者を除けば、周りは具合の悪い
病人ばかりです。大部屋の場合、お
隣は見ず知らずの方で、カーテン一
枚で仕切られています。話し声や物
音など、普段以上に周りに気を遣わ
なければなりません。自宅のように
自由に動き回ることも出来ません。
自宅での生活に比べたら、とても窮
屈な環境です。

レスパイト入院という言葉をお聞き
になったことはありませんか。医療関
係者とはかく、一般の方には耳慣
れない言葉だと思えます。レスパイ
ト(respite)は、英語で「休息」と
いう意味です。



者が少ない場合は、大変な苦勞があると思います。

また、介護者が仕事をしている場合は、要介護者の状態によっては仕事を休まざるを得ないこともあります。旅行はもとより、出張で家を空けることも容易ではなくなります。介護者は、おちおち病気になることもありません。一昨年「育児・介護休業法」が改正され、介護休暇や介護休業が取れる職場環境が整備されていますが、容易に休みが取れない職場も多いと思います。

勿論、家族の介護に大きな喜びと生き甲斐を感じ、負担感などは全く感じていない方も少なからずいらっしゃると思います。

この様な介護者の負担を軽減する為に、レスパイト入院は、在宅介護をされている方たちのニーズから産まれました。レスパイト入院は、介護者が介護疲れで燃え尽きてしまわないために、精神的に追い詰められないために、介護者にレスパイト（休息）を取ってもらうためのものです。

また、レスパイト入院は、休息のためだけではなく冠婚葬祭や旅行、仕事や家庭の様々な都合で利用されることも想定されています。個々の家庭の事情などもあると思いますので、迷われるようでしたら、先ずはかかりつけの先生にご相談ください。



レスパイト入院は、医療保険を使うって行います。 そのために、基本的に左記の様な医学管理が必要の方が対象です。特段の医学管理が必要なく、介護保険によるショートステイが使える方は、こちらをご利用頂くこととなります。また、病院によって受け入れられる患者像や人数に違いがありますので、ご了承ください。

褥瘡(床ずれ)の処置が必要
 麻薬の管理(がんの疼痛管理)が必要
 経管栄養(胃瘻、腸瘻、経鼻)や点滴をしている
 気管切開している
 人工呼吸器を使用している
 痰の吸引が必要
 在宅酸素を使用している

レスパイト入院は、いわゆる社会的入院ではありません。あくまで一時的な、短期間の利用が前提です。そのため、利用に際していくつか注意事項や制限があります。病院によって異なる部分ではありますが、多くは以下のようです。

- かかりつけ医等からの予約が必要(希望日の七日前までに予約が必要な病院が多い)
- 入院期間は概ね二週間以内
- 前回レスパイト入院で退院してから一ヶ月以上経過している(三ヶ月以上もあり)

- 退院先は、住宅または居住施設設である
- かかりつけ医の紹介状・診療情報提供書がある
- 入院期間中に必要な分の薬を持参する

病院によっては、レスパイト入院の他に、地域包括ケア病棟で左記のような入院を受けています。病院によって受入条件が異なりますので、希望される方は、先ずはかかりつけの先生にご相談ください。

短期集中 リハビリテーション入院

高齢者や病後の方は、どうしても活動量が低下しがちです。これを放置していると、フレイル(虚弱)になり、筋力の低下とともに日常生活動作(ADL)が低下してしまいます。これによって活動量が低下し、更にフレイルが進行し、ついには寝たきりになってしまうこともあります。入院して、きちんと栄養管理をしつつ、集中してリハビリテーションを行うことで、ADLの向上を目指してもらいます。入院期間は、二〜四週間が目安です。

検査入院
 介護度の高い在宅療養中の方や施設入所の方は、検査のために何度も外来通院することは大変困難です。かといって、一度

にたくさん検査をすることは患者さんの大きな負担になります。入院して集中的に検査することで、十分な検査が受けられるとともに、患者さんやご家族の負担を軽減することが出来ます。どのような検査を行うかは、かかりつけの先生と相談し、患者さんの状態を診ながら決定します。入院期間は、二週間以内が目安です。

高齢になって身体が自由が利かなくなったり、病気で後遺症が残ったりすると、周りのサポート無しで生活するのは困難になります。

第9回 かしま病院 認定看護師による勉強会

テーマ いきるを支える 看取りケア

～ 心身の変化に応じたケアの実際 ～

講師 緩和ケア認定看護師 鈴木則子

日時 2019年 5月 15日(水) 18時00分～19時00分

会場 かしま病院 コミュニティーホール

対象者 主に医療、看護、介護に携わっている方。参加には事前の申込が必要です。

かしま病院の認定看護師が講師を務める、病院、診療所、施設などの現場で役立つ実践的な内容が盛り沢山の勉強会です。興味をお持ちの方は、**かしま病院地域医療連携室 (TEL0246-76-0350)** までお問い合わせください。

たくさんの皆さんのご参加をお待ちしています。

日本は、高度経済成長期に始まった核家族化から高齢化が進み、高齢の夫婦世帯や単身世帯が増えています。介護者自身も高齢者という例が、これから益々増えていきます。介護者への負担を軽減しつつ在宅での療養を続けるために、レスパイト入院を有効に活用してはいかがでしょうか。



お宅訪問隊

～住み慣れた 私たちの街で・・・～

かしま病院の訪問診療は、常勤の医師と非常勤の医師を合わせた複数名の医師が、外来診療・救急診療・入院診療を受け持ちながら在宅診療も行っています。24時間365日、休日夜間の臨時住診やいつ発生するか予測できないお看取りに対応出来るようグループ診療体制をとらせていただいております。

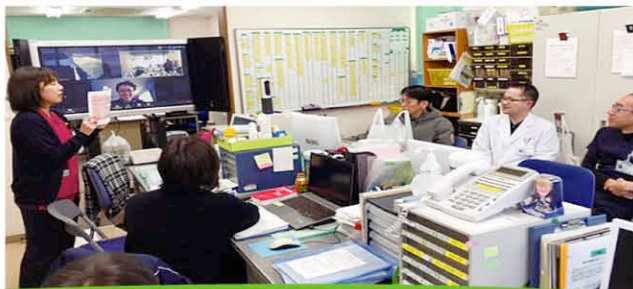
グループ診療体制をとるためには患者・利用者様の情報共有が欠かせません。3年程前から毎月第1水曜日を在宅カンファレンスの日とし、常勤医師と訪問診療課看護師、訪問看護ステーションの訪問看護師などが集まり患者情報の共有、治療方針の確認のためカンファレンスを開いています。合わせて、診察や訪問時に役立つ内容のミニレクチャー（勉強会）も開催され、外部診療所の医師や居宅介護支援事業所のケアマネージャーの参加もあるなど、顔ぶれも内容も充実した集まりとなっています。

最近では回線を利用してテレビ通話ができるようになり、その場になくとも、出先や自宅からカンファレンスに参加することも可能となりました。時短勤務をしている医師も積極的に参加されています。たくさんの医師が参加できる集まりは非常に珍しく、患者様の情報を共有し診療に役立てようという医師たちの意識の高さが伺えます。



今後は、院内のスタッフの積極的な参加を声掛け、必要時は病院外の多職種の方も巻き込んで顔の見える患者情報共有のためのディスカッションの場となればと考えています。こちらから声がかかった場合は御参加のほどよろしく願いたします。

訪問診療課 看護師 阿部めぐみ



ヒポクラテス宣言と宇沢弘文先生

医療は社会的共通資本
医師を育てる社会的費用

高齢者の増加、医療の高度化により医療費はうなぎのぼりに増加しており、国民皆保険制度の存続が危ぶまれるようになってきました。

世界的な経済学者の宇沢弘文先生は、(1)山や森、川、水、土壌、大気などの自然環境、(2)道路や橋、鉄道、電気、ガス、水道などの社会的インフラ、(3)医療や教育、金融、司法、文化などの社会制度を、社会的共通資本と名づけられました。

これらの資本は天から無尽蔵に与えられたものではありません。人類が叡智を集めて作り上げてきた財産です。これらを専門的知見と職業的倫理観に基づいて適切に管理運営していかないと国家は潰れます。人の命は地球より重いとは言え、国家の経済力にも限界がありますので、医療費の適切な運用を国民一人ひとりが考えなくてはなりません。

宇沢先生は鳥取県米子市の出身です。貧しい山陰では医療と教育が尊ばれ、将来は医師か教師を目指す人が多いようで、先生も旧制一高では医学部進学コースの理科乙類に入学されました。

しかし、「医師は人格高潔で、患者のためにすべてを捧げ、名譽や金銭的なものを求めない」というヒポクラテスの誓いに高きハードルを覚えられた先生は医学部進学を断念し、東大理学部数学科へ進学されました。充実した数学科の3年間ではあったようですが、河上肇先生の「貧乏物語」に触発されて経済学部へ進路を変更されました。よりよい社会にするためには、数学よりは

ひんがら目(142)



経済学を深めることが大切だと判断されたのでしよう。高名な数学者から引き止められながらも敢然と経済学を身をつけた先生はノーベル賞候補者になる程の世界的な業績をあげられました。

あまり優秀でなかった数学科の學生は進路変更をして医学部に進みましたが、ヒポクラテスの誓いは知りませんでした。もし編入試験にヒポクラテスの誓いが出されていたら即刻不合格だったと思います。幸か不幸か、無知ゆえに厚顔無恥に医学部に編入させてもらいました。

宇沢弘文先生は、初志を捨てて医学部進学を断念したことが心に重苦しくのしかかっていたそうでした。東大教授を定年退官したのち医者になるうと決意してひそかに準備していたそうです。

家族会議を開いて相談したところ、慈恵医大を出て国家試験に合格したばかりの娘さんに、「60歳半ばを過ぎて医者になってもほんの僅かな年月しか医師として働くことは出来ない。一人の医師を育てるのにどれだけ社会的費用がかかっているか考えたことがあるの？」と諭され、自らの不明に恥じ入ったそうです。

医師不足といわれ、医学部定員は増加し、医師免許取得者は増えています。しかし、現場の、特に地方の病院の臨床医は増えて来ません。われわれ医学部卒業生は、自らにかけられた社会的費用を重く受け止めて、臨床に励まなくてはならないと、改めて肝に銘じるべきです。

宇沢先生の娘さんの占部まり先生は現在、内科医のかたわら、宇沢国際学館の取締りを務め、「社会的共通資本としての医療」という考え方の普及に取り組まれています。

(呼吸器科 部長 山根喜男)

ようこそ 家庭医療へ!

～いわきに生きる家庭医療への挑戦～

第110回

家庭医を育んだ言葉たち

診療部 石井 敦



2019年3月16日、晴れて福島県立医科大学 家庭医療学専門医コースを修了する森園健太郎先生の研修修了記念講演が行われました。当日の彼の清々しい表情から、かしま病院を含む福島県内各地での後期研修を通して、多くの人たちの支えを得ながら、深く充実した研修ができたことがうかがえました。

森園先生は、研修を通して指導医からかけられたアドバイスや地域住民との会話など、心に残った言葉を書き留めておいたところ、200程がリストアップされたそうです。研修修了記念講演では、この中から厳選6つを発表してくれましたので紹介します。

①「カルテを置く位置を意識しなさい」

紙カルテであれ電子カルテであれ、カルテの位置は医師と患者との心の距離を支配します。カルテの位置を意識することは、患者さんと向かう心の位置を意識することに他ならないのかもしれない。

②「医者を演じる」

悩み立ち止まりながらも、それでも何時でも医師として生き続けることが、医師の本分であり役割なのでしょう。

③「家庭医のところは何しにいくんだい?」(シドニーのタクシードライバーの言葉)
家庭医療先進地視察のために訪問したシドニーでは、電気・ガス・水道といったライフラインと同様に、家庭医は生活必需の当たり前の存在であり、一般市民にもその役割や重要性が広く理解されていることを目の当たりにした一言だったそうです。

④「海の見えないいわきってなんだ!って思いますよ」(いわき市民の言葉)
減災のために建設されているスーパー防潮堤が、いわきの景観を一変させています。これは本当に正しい海への向き合い方なのでしょうか?

⑤「安心を処方する」

自分は患者さんの不安を取り除く行動ができているだろうか? 自問自答しながら常にそれができる医師を目指していきたいものです。

⑥「Be there」(そこにいなさい)

医学的には何もできなくても、とにかくそこにいて、患者に寄り添うことはできます。これは普遍的な医療の原点なのだと思います。

かしま病院では、2008年度から家庭医を志す研修医や地域医療実習を行う医学生を受け入れています。このコラムを担当する医師の石井敦は日本プライマリ・ケア連合学会認定指導医として、研修医・医学生の指導を行っています。



第97回

退院後のリハビリについて

前 月号は在宅で利用できる福祉制度についてお話ししました。今月号は介護保険を利用した退院後のリハビリについてお話ししたいと思います。退院をしたら身体が動かしにくくなった、入院中には出来ていたことができなくなると経験することもなくありません。また、病前の生活と比べ、喪失感を感じる人もいます。このような様々な場合に対して介護保険を利用することで退院後もリハビリテーションを継続して行うことができ、問題点に対応することが可能となります。

介護保険の中で行えるリハビリには訪問リハビリと通所リハビリの2種類があります。訪問リハビリではリハビリスタッフが自宅へ伺いリハビリを実施します。この場合の何よりの利点は自宅

でリハビリが行え、外出が出来ない方、生活の中で困っていることに対して直接の対応が可能なお話です。再度生活動作の確認や指導を行い、また家族には介護方法の指導などを提供していきます。一方通所リハビリでは施設に通い食事や入浴などの日常生活上の支援や運動機能・生活機能に対する個別訓練が可能です。また外出の機会ができ、集団で行うため、他の方との交流をすることによって認知機能・精神機能の向上に役立つようになります。

私達医療スタッフは入院中に自宅に帰ってからどのように生活していくかを考え、必要に応じた介護保険サービスの利用について案を出させていただきます。また病気やけがの再発を防ぐ点からも退院後に介護保険サービスを利用していくことは重要です。

理学療法士 布施航



かしま荘通信

誕生会

3/22(金)



3月は、5名の利用者様が誕生日を迎えられ、施設長よりお祝いの言葉と花束が贈られました。

今回は、なつメロ会の皆様に慰問いただき、「さくらさくら」「荒城の月」など、馴染み深い唱歌や懐メロをフルートと琴の伴奏で聴かせていただきました。利用者の皆様も一緒に口ずさみ、マイクを向けられた方はさらに大きな声で歌っていました。

イベント開催予定のお知らせ

糖尿病教室 時間 10:00~10:30 ・5月15日(水)
会場 かしま病院外来棟会議室

家庭医療セミナー 時間 19:00~20:00 ・4月25日(木)
～実践家庭医塾～ 会場 かしま病院コミュニティホール

ゆる体操教室 時間 1回目 13:30~14:30 ・4月14日(日)
2回目 15:00~16:00 ・5月19日(日)
会場 かしま病院コミュニティホール

乳がん患者のつどい 時間 14:00~15:30 ・4月17日(水)
アイリスの会 会場 かしま病院コミュニティホール

認定看護師による 時間 18:00~19:00 ・5月15日(水)
勉強会 会場 かしま病院コミュニティホール

興味のある方は、お問い合わせください。