

武蔵野陽和会病院広報部 2020年7月15日  
**むさしの陽和会だより 64号目次**

## 病院からのお願い

副院長 黒田琢磨

今回の新型コロナは、いつ自分が感染するか・いつ自分が伝播者となり他の人に感染させてしまうか、そのリスクは常にたいへん身近なものであります。自粛が解除された後も3密を避けつつの手洗い励行等、自衛の生活はまだまだ続きそうです。



## 痛みは色々あります



体の感覚のひとつに痛み (pain) があります。実は体の機能として痛みは非常に大切です。痛みがあることによって、無意識に回避する行動をとります。そのため大怪我にならないのです。“痛み”の原因で治療方法も異なるため、“痛み”の種類を見極めることが大切となります。

## お薬の用法用量は合っていますか？

お薬の飲み方には、【起床時】【食前】【食直前】【食後】【食間】【寝る前】や、【毎日】【1日おき】【1週間に1回】【1ヶ月に1回】、そして1回の飲む量も患者様によって異なる場合があります。



## レントゲン撮影のなぜ？



健康診断や風邪を引いたときなど胸部レントゲン撮影を経験したことがあるのではないのでしょうか？ その時に息を吸ったり、吐いたりして撮影したと思います。それにより、写真がどう変わるのか、なぜ息をすったりするのか説明していきます。

## NSTの最近の活動

むさしの陽和会だより61号で紹介しましたNST（栄養サポートチーム）は、昨年度過去5年間の対象患者データを基に調査研究を行いました。



## 夏野菜の栄養！



野菜は旬の時期に栄養価が一番高く、その時期に身体に必要な栄養素が詰まっていると言われていています。夏野菜には水分やカリウムを多く含んでいるものが多く、体にこもった熱を冷ます効果が期待できます。

## 介護老人保健施設・ハウスグリーンパークのご案内

2000年7月に開設して満20年になります。要介護認定を受けていて、症状等が安定しており、介護、看護、リハビリの必要な方に『入所』『ショートステイ』『デイケア』の3つのサービスを通じて、在宅復帰や在宅生活の継続をお手伝いします。

