

じんだい

第26号

発行：医療法人社団 欣助会 吉祥寺病院



2011.10.31

調布市深大寺北町4-17-1 ☎042-482-9151
URL www.kichijoji-hospital.com

基本理念

患者様やご家族の側に立った医療
患者様の社会復帰を目指す医療
全職員相互の力を発揮できる医療



院内運動会 (H23. 9. 28)

contents

ケアの現場から (作業療法科)	1
職場紹介 (A4 病棟)	2
新人コーナー	4
薬のお話	6
東八道路	7
当院のおすすめメニュー	8
外来担当表/当院略図/編集後記	9

ケアの現場から

患者様とのコミュニケーション

作業療法師 山本 宗彦

個人OT、レクリエーション、料理、訪問看護 etc、と日々目まぐるしく活動をするなかで、癒されるのは長く入院している高齢の患者様との交流です。時に微笑ましく、時に果たしてこの年齢になって私もこの患者様みたいに元気でいられるかしら、すごいと尊敬の念を抱いたりもします。

私が担当している入院患者様のAさんは、先日90歳を迎えました。3・4年前は一人で調布に外出して入れ歯ながらフライドチキンにかぶりついていました。今では活動範囲が狭まってしまいましたが、まだまだ元気。バス旅行や運動会などの行事には必ず参加しています。お菓子作りや料理のプログラムも声をかけると笑顔で参加してくれます。できない患者様が多い中、普通にみじん切りや卵を割ったり、手が空くとボールを押さえてくれたり、テーブルを拭いてくれたり、今の普通の若い子よりよっぽど頼りになります。ただ、元気過ぎて困ってしまうのは、歩いて片道30分かかる深大寺の散歩に参加しようとしてしまうことです。ところで、Aさんに若さの秘訣について聞いたところ、「25歳で病院に入院してから歳を数えるのをやめたんです。」とのこと。90歳になった時、私が「誕生日おめでとう。」と声をかけると、「誕生日？この前やったばかりじゃないですか。」と憤慨した様子。確かに、米寿の時にお昼をお寿司とケーキでお祝いしましたね。

つづいて、Aさんの2歳年下のBさん。個人OTでは野菜作りや、ぬか漬け作りをおこなっています。ぬか漬けではぬか床を混ぜるとなぜか、ぬかの団子を作りはじめてしまいます。Bさんは88歳にして喫茶カトレアで洗い場の仕事を続けています。

最後に、私の担当ではないのですが、78歳のCさんのこと。「俺はもうダメだ。死ぬ。」と言い続けながら、5年以上経ちます。以前担当していたA看護師さんを女房と慕い、2ヶ月に1回はカレンダーのぬり絵を完成させてプレゼントしています。ある日のこと、私がCさんを個人OTに誘いにゆくと、Cさんは「もうダメだ。」と。そこへ、男性患者様を車椅子にのせ院庭に来たA看護師さんが偶然その様子を窓越しに見て、Cさんに声をかけてくれました。すると、Cさんは急に元気になって院庭へ。そして、A看護師さんと楽しく談笑。その後、A看護師さんと別れ個人OTに参加。しかし、少し怒った様子で、「あの（車椅子の）男はいったい誰なんだ。」とつぶやいていました。

この様な長期入院の高齢の患者様達はいづれは老人ホームへと退院されていきます。その時私は伝えたいです、「今までありがとうございます。退院されても、お元気で、もっともっと長生きして、退院先でも心温まるエピソードを沢山作って下さい。」と。

職場紹介 第7回

A4 病棟職場紹介

A4 病棟師長 角田 悦子

急性期治療病棟になって1年半が過ぎ、日々3～4名の即日入院受けや、日によっては入院・転出入で7～8名の出入り対応に追われながらも、スタッフ達は入院患者様に対してゆっくりに関われない事に心を痛めていました。そこで社会復帰に向けたアプローチを考え、作業療法士と連携して心理教育プログラムを立ち上げましたので紹介したいと思います。

【クローバー】

〈開始日〉：H23年7月より

〈プログラム〉：週1回 毎週木曜日

10時～11時（4回で1クール）

A4 病棟 デイルームにてオープングループ

〈対象者〉：作業療法活動の一貫として行うため、主治医より許可になったA4病棟入院患者

〈内容・担当者〉：①入院中の過ごし方（月替わりで病棟看護師2名）

②薬との付き合い方（薬剤師）

③ストレス対処方法（作業療法士）

④退院後の過ごし方・社会資源について（精神保健福祉士）



急性期治療病棟において、入院期間が短くなっている患者様に対して①心理教育のプログラムを体験して退院後の生活に役立てられる②病棟で行うことで患者様が参加しやすい③参加することによって再発予防・再入院の減少に繋がられることを狙い、幅広い患者様に参加していただけるように工夫しました。

心理教育を行うにあたり、患者様より事前アンケートで講義内容を確認してからプログラムを開始しました。毎回参加者は14～15名であり、参加した患者様からは、たとえば「もっと早くから(クローバーを)して欲しかった。」「気持ちの切り替えをすることが出来ました。ストレスをためるのは良くないことが分かりました」「やはりひとり暮らしでは不安だから、話し相手がいないとダメだわ。施設の利用を考えるわ」と言うような前向きな声が聞かれ患者様同士で悩みを共有し問題解決の方向性を見つけられる治療環境を提供出来たと思っています。又「このまま薬を飲み続けなければならないのではないか」「再発するのではないか」と不安を訴えた方もいましたが、個別で薬剤師による服薬指導を行い、看護面談や医師の診察によって不安に対するサポートができ退院に繋がりました。心理教育がそれだけで終わらずに日々の関わりに繋がられた結果だと思っています。

今回クローバーを実施して集団で行う事で普段見られない患者様の様子が見えてきたこともあり、スタッフも良い気付きになり日々の看護に生かせております。それと同時にスタッフは患者様に分かりやすく説明するために学びを深めて準備を行っており、仕事に対するモチベーションを高めている様子がうかがえます。

急性期治療病棟としての役割を遂行する中で新しい試みを取り入れて、ますます病棟は活性化し安全に効率良く看護が提供出来ているの

は、スタッフ達のチームワークの良さだと思っています。又、医療チームとして関わってくれた他部署にも感謝しています。今後も良い連携を取っていきチーム医療を推進していきたいと思っています。



新 人 コ ー ナ ー

吉祥寺病院に入職して

A4 病棟看護師 TS

院庭に咲き誇る満開の桜が昨日のように思い出されるが、時の流れは早くして気がつけばもう半年が過ぎようとしています。

私が思い描く看護像のひとつには人と人との繋がりや信頼関係、とりわけそれらをコミュニケーションによって築いていくといった理想の形があり、日々の業務に反映させるべく努めてきました。しかしかつて勤務していた救急救命・集中治療の分野においては信頼関係構築のためのコミュニケーションを実践するには時間的な制約から逃れられない上に、精神的な余裕も生まれづらいという現実との葛藤に悩まされ続けました。何よりも優先されるべきことが、今にも消えてしまいそうな生命の灯を如何にして繋ぎ止めるか、という事に救命の性格上ならざるを得ないのです。

人間が言語を通して進化を遂げ、それを通して自己なるものを意のままに表現し、他者との関わりの中で互いに認め合ってきたという事実にあってみれば、終局的には人間同士の信頼関

係のひとつの形である看護においても、患者との抽象的或いは言語的な関わりは決して見過ごせないはずでありますし、それは冒頭に述べた私の理念に限りなく近く、その実現を目指してかねてから興味を抱いていた精神科看護の道を志しました。



同じ看護業務とは言え、新たな病院・診療科で業務に当たるのはやはり不安も抱き緊張もしましたが、病棟のスタッフの皆様温かに歓迎して頂き、先輩方の手厚い指導のお陰もあって、今日もこうして業務にあたることができおり、感謝しています。

日々反省の連続ではありますが、患者との様々な関わりの中で新しい発見が毎日のようにあり、その経験が看護師の枠を超えた私自身の活力になっています。今後も患者との日々の関わりを大切にしながら、決して焦らず、たゆまず、明るく楽しく業務にあたりたいと思います。

吉祥寺病院に入職して

B1 病棟看護師 DS

吉祥寺病院に2月に入社し、7ヶ月が経ちました。精神科に勤務するのは初めての経験であり、精神科の臨床の実際とはどういったものかと不安でしたが、師長・主任をはじめ先輩方の適切かつ丁寧なご指導のもと精神看護を日々学んでいます。

B1 病棟は慢性期病棟ということもあり、長期に入院されている患者様が多くいらっしゃいます。患者様の精神状態や自立度の変化を理解し、患者様の個別性に適した日常生活を確立していただくことで、長期の入院生活がより快適なものとなり、精神的負担の軽減にもなることを知りました。そのためには観察力とコミュニケーション能力が充実していなければなりません。先生方や先輩方からご指導やアドバイスを頂きながら、それらの向上に努めています。

B1 病棟には高齢の患者様も多く、ADL や認知機能が低下しているため、患者様の安全面にも配慮しなければなりません。患者様の状態を適切にアセスメントし、先輩方と相談しながらその患者様に適した対策や看護計画をたて、患

者様の安全を守れるようこれからも努力していきたいと思います。

以前担当させて頂いた患者様が先生や師長をはじめ先輩方や他職種の方々のご協力のもと退院されました。指導を受けながら退院準備を進めたこともあり、担当でありながら皆様に頼ることが多くありました。しかし、一端ではあると思いますが退院準備の流れを見ることができました。カンファレンスを重ね退院後も患者様が安心して生活できるよう検討していくことで、患者様やご家族の負担を可能な限り軽減し、地域に移行することができると学びました。作業療法や SST 、服薬指導などを含めたチーム医療により患者様の生活を整え、関係機関の方々との連携や訪問看護など退院後も患者様と病院側が継続して深くつながっているのは精神科の大きな特徴だと思います。

これからも多くを学びながら成長していきたいと思います。よろしくお願いいたします。



薬のお話 第1回

－水虫について－

薬剤科科長 山田 紀夫

身近で皆さんが長い間治療出来ずにいる水虫のお話をさせていただきます。

男性に多い病気と思われる水虫ですが最近では暖かい季節でもそのままファッションとしてブーツを履いている女性にも確実に増えています。

水虫に感染しやすい足の形があります。指と指の隙間がなくピッタリとくっついている人、足の指があまり動かさず指を開く事ができない人、土踏まずと地面との隙間があまりない扁平足の人、の足などが挙げられます。

このような事から指と指の間の隙間が無い様な細身の靴を好んで履く女性の方も要注意です。

さて、水虫の原因菌ですがカビの1種の白癬菌でこの菌が水虫の原因菌と分かってから100年しか経っていません。この白癬菌による感染は頭先从から足の爪まで体中至る所に感染します。ちなみに頭にできた場合は、シラクモ（頭部白癬）と呼びますし体部にできた場合はゼニタムシ（体部白癬）と呼びます。

話を足白癬（水虫）に戻しましょう。水虫に

は幾つかのタイプがあります。趾間型：足の指の間にできるタイプで特に4番目と5番目の指の間が白くふやけて皮がむけるタイプ。小水疱型：梅雨時に増えるタイプで土踏まずや足の側縁に軽い赤みを伴う小さな水疱ができます。角化型：まれなタイプで足のかかとの部分が厚くなりザラザラになります。爪水虫：爪の中に白癬菌が入って爪が白く濁ったり、厚くなりぼろぼろとかけることもあります。

爪水虫になったら塗り薬ではなかなか治りませんので飲み薬のお世話になる事になります。

白癬菌自体の感染力は弱く、白癬菌が長く皮膚に密着した上で多湿環境が維持されないと感染はしません。しかし垢として落下した白癬菌は数日は生存できるため家族のなかに水虫の人がいると感染する可能性があります。

塗薬りは1日1回のタイプであれば1日1回で十分効果があります。塗るのはお風呂上りに患部だけではなく広範囲に塗るようにしてください。症状が出なくなってから少なくとも1ヶ月は塗り続けて下さい。



昨年は今頃だっただろうか。病院の職員通用口を入ったところで、「この匂いは、金木犀（きんもくせい）のようですが、金木犀の木がこの辺にあるのですか。」と訊ねられた。一瞬、この辺りにそのような樹木があったらどうかと記憶をたどって見たが、思い当たらない。兎も角、通用口の外に出てみると、建物を背にして右側の垣根が金木犀だった。そう言えば、A棟建築のとき、「金木犀の垣根なんてあるのですか」と業者の人に聞いたことがある。こんもりとした樹形ばかりを考えていたからだ。実際、介護老人保健施設花水木の東側の道路際の垣根も金木犀

である。▼今回は、秋も今頃になると小さいオレンジ色の花を数多く咲かせ、良い匂いを放つ金木犀を題材とした。その花は木の葉の中でひっそりと咲く。決して艶やかとはいえない。しかし、その匂いは、この樹木のある場所を知らせるかのようである。花が終わって散ると、地面がオレンジ色になる。また、この香りは、ジャスミンの香りと並んで化学的に合成され、芳香剤として利用されポピュラーな香りとなった。この木を県の木に指定しているのは、静岡県。市区町村の木に指定しているのは、関東・中部と近畿以西の二十数ヶ所もある。▼金木犀は、モクセイ科の常緑樹で、ギンモクセイの変種といわれている。ギンモクセイは、葉がやや幅広く、花は白色で、芳香があるが、金木犀の方の芳香が、ギンモクセイより強い。この樹木は、中国南部の桂林地方が原産で、中国

語では「桂」はモクセイのことを指し、桂林という地名も、もくせいの木がたくさんあることに由来したという。わが国には、江戸時代に渡来した。雌雄の株があるが、わが国には雄株しか入っていないので実がならない。これを増やす方法は、主に取り木による。▼病院には、職員通用口前の垣根のほかに、二本の金木犀の木がある。一本は、玄関前の西北の角にある。もう一本は、リハセンターの南西の角にある。二本とも、こんもりとしたものである。特に、リハセンターの角にある木は、A棟建築前には、旧A棟とB棟の間にあったテニスコートの西側の渡り廊下の脇に、あったものである。ちょっと懐かしさを感じながら紹介してみた。

金木犀 風の行く手に 石の塀
〔沢本欣一〕
(游衍子)

〈当院のおすすめメニュー〉

もずくとなめこと長芋の和え物



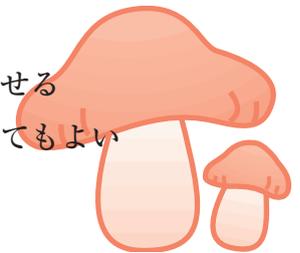
一人分
Kcal 27kcal
塩分 0.7g

1人分 (分量)

市販のもずく	30 g (1ヶ)
なめこ	20 g
長芋	30 g

●作り方●

- ①なめこはさっとゆがいておく
- ②長芋は短冊に切る
- ③①と②とモズクをあわせる
味をみてポン酢を足してもよい



●一口メモ●

長芋は古来、不老長寿の薬として使われ、消化のいいスタミナ食品として知られています。

10月頃から旬を迎えます。

最近、長芋に含まれるディオスコリンという成分に、インフルエンザを予防する作用があることが、明らかになりました。

また、ネバネバ成分であるムチンも、のどや鼻の粘膜を保護し、結果的にインフルエンザの感染防止に役立ちます。ほかにも、ビタミンB群やC、ミネラル類や食物繊維が豊富で、栄養的にすぐれた食材です。

粘り成分のムチンは胃壁の保護の効果があります。

胃壁の保護だけでなく体内の粘膜保護も行える為、それによって風邪の予防にもなるのです。

ムチンは他にもたんぱく質の吸収を促進する作用があります。

外 来 担 当 表

	月	火	水	木	金	土
新患 ()は担当週	岡田(第1・3・5週) 渡辺(第2・4週)	森	市川(第1・3・5週) 山室(第2・4週)	田澤	西岡(第1・3・5週) 土井(第2・4週)	袖山(第1週) 佐藤(第2・3・4・5週)
外来管理医師	田澤 森	山室 田澤	岡田 渡辺	西岡 岡田	佐藤 市川	森 土井
診察室(1)	原藤	院長	原藤	小木	原藤 / 金井	原藤 / 水落
診察室(2)	渡辺 / 岡田	市川	渡辺	市川	市川	亀山
診察室(3)	田澤	西岡	西岡	田澤	西岡	西岡
診察室(4)	森	森	市川	土井	森	森
診察室(5)	袖山 / 市川	山室	山室	山室	袖山	山室
診察室(6)	土井	土井	岡田 / 長谷川	佐藤	岡田	佐藤 / 袖山



— 受付時間 —

月 - 土

午前 9時00分～11時

午後 1時～3時

〈編集後記〉

さわやかな季節になってまいりました。収穫の秋を迎えて美味しいものをついつい食べ過ぎてしまうこのごろです。皆様も体調管理には気を付けてください。

発行に当たり、お忙しい中、原稿依頼を快く承諾して下さった皆様、本当にありがとうございました。(K.U)