

じんだい

第28号

2012.4.13

発行：医療法人社団 欣助会 吉祥寺病院

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



深大寺だるま市

contents

| | |
|-----------------------|----|
| 日々の診療から..... | 1 |
| ケアの現場から (B1 病棟)..... | 3 |
| 職場紹介 (B2 病棟)..... | 4 |
| 新人コーナー | 6 |
| スーパーエースをねらえ！..... | 8 |
| 東八道路 | 9 |
| 当院のおすすめメニュー | 10 |
| 外来担当表／当院略図／編集後記 | 11 |

日々の診療から

医師 佐藤 明信

昨年の4月のちょうど院庭の桜が満開となった頃に私は吉祥寺病院で働き始めました。来たばかりの頃は東日本大震災や福島原発事故といった未曾有の大事態が起きて間もない頃で、世間が自粛ムード一色となり、国力にも人心にも多大な影響を及ぼしました。あれから早1年が経とうとしています。

こうして何もかも日々目まぐるしく進歩・変化していく中で、医療の世界も日進月歩であり、iPS細胞の臨床治験など話題に事欠かない昨今ですが、精神科領域はどうでしょうか。治療の面では新薬の開発も盛んであり海外では脳深部刺激や磁気刺激などが積極的に臨床に用いられ有効性や安全性が確認されています。また国内でも近年光トポグラフィーを用いてうつ病や統合失調症などの診断に応用されています。しかし、治療も実際には型にはまったものではなく個々の症例に応じて多種多様であり、病状をコントロールしながら長期間付き合っていくものも少なくありません。

吉祥寺病院では統合失調症の症例を数多く経験し、学ばせていただきましたが、患者さんと日々接して治療や社会復帰への道を考え頭を悩ませているうちに色々なことに気づき始めました。治療経過中にふとしたことがきっかけとなり症状が再燃・増悪することがあります。このような時は、心構えとして前向きな態度で本人と接し、訴えや状況をありのままに受け入れることでその後の治療関係に深く影響を及ぼし状況が好転するきっかけとなります。その上で病気の症状や治療法に対し理解を深めていくようインフォメーションすることが、患者さんの病

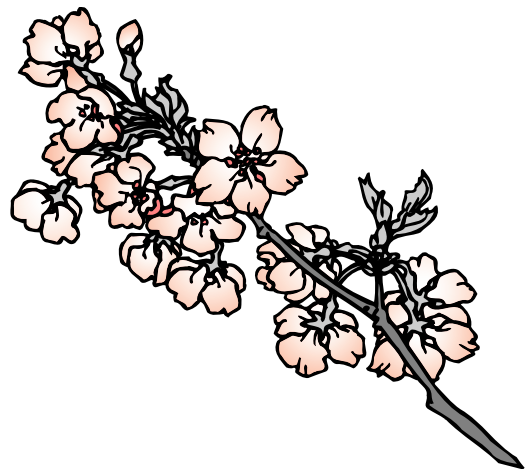
気の苦しみを減じる第一歩だと考えています。「医は仁術なり」と古くから言われています。仁とは思いやりと解釈していますが、精神科ほどこの言葉を求められる科はないと思います。また自分自身が病んだ患者さんの身になり考えてこそ、患者さんも病から脱して社会生活を営めるようになるのではないのでしょうか。

統合失調症の急性期の症状が軽快すると、病状の安定を維持させ患者さんが地域社会で安心して過ごせるように、ケースカンファレンスを通してスタッフ同士の意見を交え取り入れながらプランニングし、デイケアなどのリハビリテーションを積極的に活用していきます。一人の患者さんの今後の人生に深く関わるため責任も感じますが、社会に出て人と接したり、ストレスに上手に対処することなどを通して患者さん自身の自信に繋がることを考えれば、退院支援に関われることはとてもやりがいのあることだと感じています。また、ご家族によるサポートも重要であり、再発を繰り返さない為にも患者さんの症状の訴えに耳を傾けつつ、病状による言動には振り回されないように対応を心掛ける必要があります。

いかなる疾患においても、病気であるか否かの議論に終始せずに、患者さんの苦痛を救うことが本質的に大切であると臨床を通して痛感しています。精神科のケアを考える上で、患者さんの感じている苦悩に共感し、治療者として誠実に患者さんと向き合い、その中でのやりとりを通して患者さんや家族をより深く理解することが重要だと考えています。ここでいう「ケア(care)」とはcure(病気を治す医学的な処置)

とは区別して、より広い意味で患者さんへ気持ちに向け医療行為を含めトータルにサポートすることを意味します。寛解後も薬物治療と社会復帰へ向けてのリハビリテーションを長期間にわたり必要とする多くの精神疾患の特性を考える上で、治療関係を良い方向へ動かすなど治療のために常に工夫し、再発の防止やより良い社

会生活について患者さんと共に考えることに精神科医療の奥深さを感じています。私はまだ精神科医としての実践も浅く、日々の診療では先生方やスタッフの皆様から貴重な意見や御指導を得て何とか前進しつつあると実感しています。



ケアの現場から

B1 病棟ケアの現場

B1 病棟看護師 林 初枝

当病棟は、5年以上の長期入院患者が3分の2、また70～90代の高齢者が3分の1の割合になっています。病棟では、社会復帰をめざす退院促進と同時に、高齢者の介護の役割が多くなっています。

長期入院患者さんは、退院したい気持ちと自立して暮らすことに対する不安をかかえています。

Aさんから「〇さんみたいに年寄りになるまでは入院してたくない」「一生入院は嫌だ」「1人でアパートで暮らしたい」という希望が聞かれた。その反面「夏は暑いから嫌だ」「冬は寒いから嫌だ」「鍵をなくしたらどうすればいい?」「サイフをなくしたら・・・」「風呂が爆発するから1人じゃ火をつけられない」と、退院はしたいが20年の入院生活で頼りきっていたために自立して暮らすことに対する不安は大きいものでした。年齢60歳、今が社会に出て生活してみる最後のチャンスと考えて退院への働きかけを開始しました。以後1年6ヶ月の間、病院の内と外との違いについて話し合いました。また、Aさんの願いが叶うようみんなが職員が応援する事を伝えました。主治医、看護師、精神保健福祉士、作業療法士、地域移行推進室スタッフ、市の退院促進支援相談員、福祉相談員など多職種で何度も話し合いを重ねま

した。一大決心をしての本人の頑張りの結果、念願どおり退院できました。このように、ねばり強く根気よく働きかけた結果でした。Aさんは病院で会う度に笑顔を見せてくれました。残念ながら地域の方の誤解を招き、再入院となりました。再入院後はじめて私に彼はすまなさそうに「僕が大きな声を出したって言うんだよ」と言った彼に、私は何も言葉を返せずに（あなたの味方になれずごめんなさい）という思いで胸がいっぱいでした。本人の気持ちを考えるととてもつらく、現実を思い知らされました。

患者さんが社会に出て生活できるように、退院促進と同時に、地域社会への理解を得る活動を行う事が大事だと思います。

高齢の患者さんは、身体機能の低下とともに認知力の低下もきたしており、食事・排泄・入浴など生活全般にわたって、注意深い見守りと介助の必要性が生じています。作業療法参加が熱心な声かけで病院一番の参加数です。そして、「ドンドンパンパン・ドンパンパン」と今日もにぎやかな声とともに円陣を組んでの下肢訓練、「パタカラ」「バンザイ」の大声とともに昼食前の嚥下訓練と、現在の機能を維持できるように、日々職員一同一丸となって笑顔で元氣にとり組んでいます。

職場紹介 第9回

B2病棟の紹介

B2病棟 師長 高木 裕二

当病棟は病床数が63床ある男性閉鎖病棟です。差額料を頂いている個室と差額料を頂いていない2人部屋と4人部屋、急性期の病状にある患者様を安全に保護する保護室があり、慢性期から急性期までの幅広い病状の患者様が治療を受けられています。ご自身の意思で入院されている患者様と強制力を伴った医療的保護が必要な入院の患者様との割合は約半数ずつで、休養を目的とした短期間の入院から退院先がなかなか決まらない5年以上の長期にわたる入院まで入院形態や入院期間も様々です。

当病棟は閉鎖病棟なので常にドアが施錠されているわけなのですが、そこに勤務する私たちは行動制限を受けている患者様の対応を通して、患者様の安全を守るための施錠が患者様の自由も制限してしまうことへのジレンマに直面し、この二つの感情が葛藤することも良くあります。閉鎖病棟の閉鎖という響きにも私自身抵抗感を感じてしまうので、利用されるご家族や患者様は尚のこと抵抗感を持っておられると思います。先日、塚本院長が朝の会議で「欧米では今の厚労省のように開放病棟と閉鎖病棟を区



別する概念はなく、個別性を重視した開放的処遇が当たり前になっている。厚労省にそのような区別をやめるように働きかけている」との話がありました。当病棟も閉鎖という言葉に捉われない個別性を重視したより開放的な処遇を目指して努力していきたいと考えています。

また、当病棟は退院促進モデル病棟としての役割も期待されており、地域移行推進室や他職種のスタッフと連携しながら長期入院されている患者様の退院を積極的に推進しています。昨年は7年間入院していた患者様を地域に退院させることができましたが、そこから多くのことを学ぶことができました。通常の場合は退院先を見つけるために行政の退院促進事業を利用したり、グループホームなどの社会資源に繋げたりするのですが、何のあてもなく一から不動産屋を回り、物件を探しました。しかし、近隣とのトラブルを心配して断られるケースが殆どで、想像以上に世間の偏見が根強くあることを痛感しました。やっと良心的な対応をしてくれる不動産屋に巡り合え、幾度も不動産屋に足を運び説明を行いました。患者様の退院がこの契約にかかっていると思うと契約を勝ち取るのに必死でした。そんな折れそうな気持ちのときに心を支えてくれた言葉があります「能力あるも

のより、志あるものが多くのことを成す」これは不動産屋で掲げてあった社訓なのですが、そのときの心境にカチッとハマってしまい、その後私の座右の銘になったことは言うまでもありません。退院された患者様も今では地域で落ち着いて生活できるようになり、入院中には想像できない程のポテンシャルを発揮して独り暮らしを楽しんでいる姿を見ると、他の病棟では味わうことのできない達成感と自信を得ることができ、この経験は次の退院促進に向けての貴重な財産になったと思います。

最後にこの原稿を書くにあたり、病棟の若手スタッフ3人に当病棟の印象を語ってもらいました。B病棟は昭和51年の施設基準で開設された病棟なので今となっては古さと窮屈さを感じさせますが、その分患者様がにぎやかで、そこで働くスタッフのアットホームな雰囲気が働きやすいとの感想でした。また、当病棟は男性スタッフと女性スタッフの割合が程よいバランスで、個性派揃いの先輩スタッフから常に良い刺激を受け、若手スタッフも勉強になっているようです。今後も病棟全体で良いスタッフを育てながら、良い看護支援を継続できるように頑張りたいと思います。

新人コーナー

吉祥寺病院に入職して

A4 病棟看護師 HG

入職して一年経過しようとしています。私はこれまで他院の精神科救急で働いていました。主な業務は措置入院と精神科身体合併症の入院の受け入れが主体でした。急性期治療期間での*寛解や社会復帰には至らずに慢性期病棟に移動せざる負えないケースも少なくありませんでした。日々多忙の中、一人一人に合わせじっくりとした看護ができず、悩んでいました。徐々に、患者様が社会に戻るため直接的に関わり、役立ちたいと考える様になり、社会復帰へ向けた支援に関心を持つようになりました。その時、知人から吉祥寺病院は* SST や家族支援、訪問看護等地域移行に力を注いでいる病院だという話を聞き、魅力を感じ、今現在に至ることになりました。

入職して、先ず、率先してベッドサイドに向かい患者様との関わりを大切にされる方々が多いと感じました。病棟内では日々、カンファレンスや* CC 等積極的に行われ、コメディカルの方を含むスタッフが、治療の方向性や妥当性等意見を交換しています。社会復帰を見据えた個別性のある社会復帰に向けた取り組みと意識の

高さを感じさせられました。

精神疾患は客観的に観察できることは限られてきます。病状を理解するには、患者様の生い立ちや社会でどの様に暮らしてきたのか全体像を掴むことが大切です。その為には書面での情報だけでは不十分であり、やはり患者様との関わりや信頼関係が大切だと思います。信頼関係といっても性格が違う様に、患者様の病状もそれぞれ違う為困難なケースも多いと思います。その中でも、同じ目線に立ち、考えや希望を尊重し、患者様にとって何が一番良いのかを考えていきたいと思っています。そして、その人らしく、より良い生活を迎えられる様な関わりができる様に、努力していきたいと思っています。

どうぞよろしくお願いいたします。



*寛解（一時的あるいは継続的に軽減した状態）

* SST（社会生活技能訓練）

* CC（事例検討会）

吉祥寺病院に入職して

B1 病棟看護師 MS

吉祥寺病院に入職して、9ヶ月が経ちました。B1 病棟に配属となり、開放の慢性期病棟という特徴をもった病棟ですので高齢の患者様が多く、始めは戸惑う事も多々ありましたが、師長をはじめ先輩方、他職種の方々からのご指導、アドバイスをいただきながら、今日までやってきました。個々の患者様の精神状態の波や、* ADL、認知機能の低下、また長期に入院されている患者様の生活スタイル等、B1 病棟で様々な面から患者様を見てアセスメントし、先輩方と相談しながら1人1人の患者様にとってより良い看護とは何か考え看護計画を立案していく事が、とても大変である分やりがいを感じています。個別性をもった看護が必要である為、患者様と話し合いながら短期目標を決め、時には修正しながらステップアップしてい

く過程も、精神科看護ならではの感じ、自分自身も患者様と一緒に成長させていただいています。

患者様との触れ合いは、相手の事を考える事で常に自分自身を振り返らせてくれます。その度に、どのように看護していけば良いのか壁にぶつかります。B1 病棟では、そんな自分の考えを聞いてご指導して下さる先輩方が多いので、毎日反省を重ねながら、新しい発見の中で自分が得られたものを、今後も患者様に提供していけるよう努力していきたいと思います。



* ADL (日常生活動作)



スーパーエースをねらえ！

B3 病棟看護師 山田 元希

私は7年前からテニスをしている。以前勤めていた職場の近くにテニススクールがあり、先輩に誘われたのがきっかけだった。テレビでテニスの試合を見たことは何度もあったが、実際にやってみると想像以上に難しいものだった。そしてテニスの奥深さを知り、段々と夢中になっていった。

はじめは相手のコートにボールを打ち返すことができなかったが、スクールでコーチに教わるうちにラリーが続くようになった。サーブやネットプレーも少しずつ上達した。

ストローク、ボレー、スマッシュなど一通りのショットをある程度打てるようになった頃、テニスの仲間ができた。練習をするうちに自分たちの実力を試してみたくなり、試合にエントリーするようになった。試合ではいい結果を残せることもあれば、全く自分のテニスをできないまま負けてしまうこともある。しかし、仲間たちと共通の目標に向かって努力することは、私にとって非常に有意義なことである。

テニスにはグランドスラムと呼ばれる四大大会があり、その一つがニューヨークで開催されるUSオープンである。去年友達とアメリカを旅行した際、その大会を観戦する計画を立てた。しかし私たちが訪れていた間のニューヨークは悪天候で、試合はすべて中止されてしまった。去年は実現できなかったが、いつかはトッププロが集うグランドスラムを生で観戦したい。

テニスはどちらかが相手のコートにボールを打ち返せなくなるまでラリーを続ける競技である。勝つためには相手の返球を予想して準備し、状況を判断してショットを選択しなければならない。強力なボールを叩き込むパワーと正確なテクニック、素早くボールに追いつくスピード、プレッシャーに負けない精神力、そして時には大胆に攻める勇気が必要だ。私にはまだ克服しなければならない課題が多いが、努力すればもっとうまくなると信じている。体力と情熱が続く限り、テニスコートで自分を表現していきたい。





「モスクワでは、雪解け跡の平地に小さな青い花をつけたイヌノフグリが群生するのを見て春を実感するのです。」ある新聞社のロシア支局長であった人が、こんなふうに書いていました。遠い昔の記憶なのでこの文章の通りではないかも知れませんが、この後も含めて短い文章に沢山のことが詰まっています、とても印象的でした。そして、自分もそんな文章を書いてみたいと思ったのです。▼このような文章を他所の院内報に書き始めてから、もう三十年近くにもなります。書くことの内容は、大体がその土地の歴史や名所や旧跡を紹介し、四季の風物や植物などの

ことを書き、折々の時事や、院内の出来事にまで及びました。書くことに詰まって四苦八苦するのはいつものことでした。▼ある年の十一月、「霜月」と書いて筆を止め、そのあとをどう書こうかと悩んだすえ、百人一首の歌の中に「霜」を詠んだものの中から大伴家持の和歌「かささぎの渡せる橋におく霜の白きをみれば夜ぞふけにける」を紹介して、遠い昔の宮中と今の病棟の外の霜の白さを夜勤の話に結び付けてみたりもしました。苦しみながらも何となく、締め切りの日までに間に合う幸運をえました。▼このごろは、原稿もパソコンを使って書くようになりました。また、インターネットからいろいろな情報を取り出すことができるなど、便利になり大いに利用していますが、百科事典や広辞苑・漢和辞典で確認するようにしています。古びた百科事典が長年の友達のようなものです。▼さきごろ、朝日新聞の

「天声人語ワークブック」というものを見ました。それによると、天声人語は、六つの段落からできていること。改行せずに「▼マーク」を改行の意味に使うこと。全体の文字数は、六〇三字であることの三つのルールがあるといえます。また、最近のニュースを題材とすること。慣用語やことわざを使うこと。比喩を使うことの三つの工夫があるともいえます。こんな良いことは、もっと早く知りたかったものです。▼最後に、ペンネームの「游衍子」について書こうと思います。游衍とは、きままに遊ぶこと。中国古典（詩経）の一句にあります。決して理屈をつけてペンネームとしたのではありませぬ。人から問われると、こんな駄句を詠んで、見てもらっていました。

Ⅱ 行く雲や流れる水に身を委ね
気ままに遊ぶ四季の旅人 Ⅱ と。

(游衍子)

〈当院のおすすめメニュー〉

筍ご飯



1人分栄養成分
Kcal 390kcal 塩分 1.5g

●作り方●

- ①洗米したお米は普段どうりの水加減の出し汁、醤油で炊く。
- ②干椎茸をぬるま湯でもどしておく。
- ③筍、人参、油抜きした油揚げ、干し椎茸を食べやすいお好みの大きさに切る。
- ④③の具材をAの調味料で汁気がなくなるまで煮付ける。
- ⑤①で炊きあがった茶飯に④の具材を混ぜ合わせたら完成。

材料 一合分

| | | | |
|-----|------|-----|--------|
| 精白米 | 1合 | 茹筍 | 90g |
| 醤油 | 小さじ1 | 小人参 | 1/4本 |
| 出し汁 | 1合分 | 油揚げ | 1/2枚 |
| | | 干椎茸 | 1枚 |
| | | みりん | 小さじ1 |
| A | | 砂糖 | 小さじ1/2 |
| | | 醤油 | 小さじ2 |

●筍の下ゆで方法●

- ①皮つきのまま穂先の部分を斜めに切り落とし、皮の部分に縦半分一本の切れ目をいれます。
- ②大きめのお鍋にたっぷりの水と筍、米ぬか一つかみ、赤唐辛子2〜3本を入れて強火にかけ、沸騰したら落としブタをして弱火で1時間ほどゆっくり煮ます。
- ③根本に竹ぐしがすっと通るようになったら火を止めて、ゆで汁の中でそのまま冷やします。
- ④さめたらよく水洗いし、切り目から皮を開くようにして皮をむきます。

●栄養一口メモ●

筍は4月〜5月が旬の春の味覚を代表する食材です。

成長が早く、10日（旬内）で竹になることから『筍』の字があてられました。

独特の食感と旨味があり日本料理、中国料理で広く使われています。

栄養成分としては蛋白質が豊富で、ビタミンB1、B2、ミネラルを含みます。

食物繊維が大変豊富なため、便秘の予防、改善だけでなく、大腸がんの予防やコレステロールの吸収を抑え、体外に排出してくれるという効果があります。

また、わずかですが、カリウムも含まれていますので体内のナトリウムを排出する効果があり、高血圧の予防になります。

外 来 担 当 表

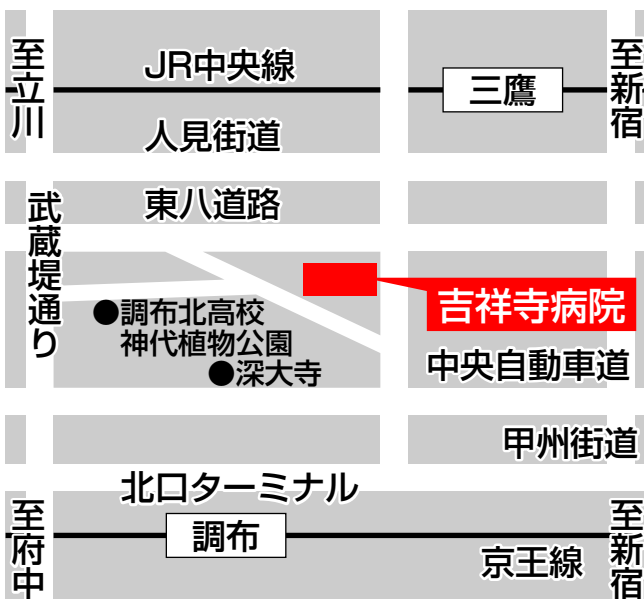
| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------|---------|----|----|-----------------|---------|---------|
| 診察室(1) | 原藤 | 院長 | 原藤 | 小木 | 原藤 | 原藤 / 水落 |
| 診察室(2) | 渡辺 / 岡田 | 市川 | 渡辺 | 市川 | 市川 | 亀山 |
| 診察室(3) | 田澤 | 西岡 | 西岡 | 田澤 | 西岡 | 西岡 |
| 診察室(4) | 森 | 森 | 市川 | 佐藤 | 森 | 森 |
| 診察室(5) | 袖山 / 市川 | 山室 | 山室 | 山室 | 袖山 / 河野 | 袖山 |
| 診察室(6) | 土井 | 土井 | 岡田 | 土井セカンド オピニオン | 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



■吉祥寺病院住所 / 調布市深大寺北町4-17-1

〈編集後記〉

春らんまん、一年中でいちばん美しく楽しい季節がやってまいりました。花の便りもあちこちから、何となく心浮かれる思いがいたします。季節の変わり目、どうかご自愛ください。また、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)

新しく広報委員に加わったTです。書く人も読む人も充実したものができるよう、他の委員の方々と一緒に頑張りたいと思います。

(新人T)