ミサトピア小倉病院広報誌　第４号　発行日　平成24年６月22日

# 安曇野日和

〒399-8103
長野県安曇野市三郷小倉6086-2
社会医療法人城西医療財団
ミサトピア小倉病院
TEL0263-76-5500（代）
FAX0263-76-5501

精神科療養病棟150床
老人性認知症疾患療養病棟50床

## 連載コラム　院長室だより　　病院長　篠崎英夫

### 世界保健デー

1948年の世界保健機関(WHO)の設立日にちなみ、国連は毎年４月７日を「世界保健デー」としています。この日には世界中の、日本を含む２００近い加盟国では、それぞれの言語でその年の決められたテーマでイヴェントを行います。

今年のテーマは「高齢化と健康」で、その副題は「Good health adds life to years」でした。更に「not years to life」とあります。これを日本語訳で「健康であってこその人生」としました。まさに名訳と思います。

６５歳以上の高齢者人口が、５歳未満の子供の人口を上回る時が近づいているのです。国際的に見ると、高齢者の三大死因は、脳血管疾患、心臓血管疾患、そして呼吸器疾患です。そして、三大障害として視力障害、聴覚障害、認知症をあげています。

開発途上国では、老人は白内障の手術は受けられませんし、補聴器も普及していません。認知症は、先進国、開発途上国を問わず、今後の最重要課題です。

**表紙写真**

写真タイトル：「春の常念岳」　　撮影者：　薄井 尚介（ミサトピア小倉醫院院長）
撮影者のコメント：穂高の山麓線から撮りました。

# 精神科病棟だより

## 病識について

副院長　桑村 智

私たちは体調を崩したりすると「具合が悪い」と自覚することができます。風邪を引いて「ひどく咳が出る、寒気がする」といったことから「今日は体の具合が悪いから仕事を休もうか」と考えることができます。こうしたことから体の不調を悪化させることを防ぎ、社会生活を中断するとしても最短時間で済ませようという一連の対応をしているわけです。

これが心の不調だとするとどうでしょうか？「疲れている」「気分がすっきりしない」と感じることは珍しくないと思います。このような状態には原因があるものなのですが、それを突き止めようとはなかなかしないものです。キチンと向き合えば何かしらの要因が見えてくるにもかかわらず、この作業をしようとしないのは、人はそもそも心の不調と向き合うのが苦手なのです。

「怠けたいだけ？」「自分は弱い人間ではないのか？」考え出すとネガティブな発想が次々と自分自身に向けて突き刺さるように湧いて出てきます。これではますます気が滅入ってきます。だからなるべく考えないようにする、もしくは自分の外側に原因を求める方が随分と楽なので悪者探しをする、といった発想になってしまう。結局ちゃんと自覚できた状態にならないため、しかるべき対処には至らずに棚上げ・先延ばしにしてますます不調が深刻になる。

こういった事態には「心の具合が悪い」という自覚が大変重要です。心にせよ体にせよ「具合が悪い」と自覚できることが『病識』です。具合が悪い、自分は病気なのだろう、という自覚があるから治療を受ける、薬を飲むといった行動に結びつきます。

精神疾患は病識を得にくいことが多くあります。上の例だけでなく統合失調症では幻聴や妄想の影響を強く受けたりして医療が「敵」となることも珍しくありません。こういった状態においても「少しでも生活し易くするために」と良い形で病識を得られるように説得をくり返します。これでも受け入れてもらえなければ注射や行動制限といった強制的な治療となってしまうため、精神科治療において病識は重要です。患者さんが受け入れられるように時間をかけて根気良く説明をくり返すことが医療者としての姿勢を問われているといっても過言ではありません。こういったことが精神科医療の重さであり難しさなのだと思います。

## 精神科病棟レク　～お花見～

精神科療養病棟では、4月下旬に病棟ごとお花見を行いました。患者様は、日頃、病院の中では得られない季節感を味わい、満開の桜の下で、満面の笑顔になりました。

あまり外出されない患者様も多く、長期療養中の患者様にとって病棟レクは数少ない外出の機会となっています。

午後は、カラオケを楽しまれました。患者様は、歌うことがとても好きで、歌いたい歌をこぞって歌われました。また、聴いて楽しむ患者様も多く、みんなで歌えるような季節の歌を口ずさむなど、一人ひとり楽しみ方は様々です。

# 介護療養病棟だより

## 認知症療養病棟での認知症治療の基本的考え方　②

副院長　岸川 雄介

認知症は生活場面で現れる症状です。そして、認知症療養病棟に入院されている方たちにとって、生活場面は病棟です。その病棟で働く私たちの務めは、脳機能の低下している方が、その能力範囲内で少しでも充実した生活をできるようにすることで、認知症を悪化させないことです。具体的には、入院されている方の生活を様々な形でサポートしていくことです。でも、生活のサポートを身の回りの世話だとは考えないでください。まずは、体の健康維持が基本になります。認知症の方は、たとえ持病があっても自分でうまく管理していくことができません。私たちの生活サポートの、第一は、早く体調の変化を見つけ早く治療することで、健康を維持させることです。

一方、健康は体と脳を一緒に考えていく必要があります。そこで、健康維持と脳の刺激の両面を考えて、それぞれの方に合った適度な運動をしてもらいます。また、生活なのですから、色々な生活活動をしてもらいます。毎度の食事や洗濯、掃除などは、認知症の方が一番混乱し自己不全感をいだくことですから、それはスタッフが行いますが、時々の調理イベント、おやつの介助などはしてもらえますし、このあたりの方は農家の方が多いですから、畑仕事で“昔取った杵柄”を発揮してもらえます。趣味の活動も大切です。私たちの生活には必ずそういう時間があります。新聞やTVの好きな方もいらっしゃるし、そういうものを見続けることはできなくても、昔から続けてきた趣味を形だけでもやって、その成果を味わうことはできます。音楽を聴いたり歌ったり、手拍子を打ったりすることがお好きなら、毎日やっていただいても良いはずです。つまり、それぞれの人に残されている脳や体の機能を最大限に使って、生活する充実感と満足感を持ってもらうこと、それが私たちの一番の治療目標だと考えています。

このような広範囲にわたる治療のためには、医師、看護師、介護福祉士、作業療法士、臨床心理士、管理栄養士、ケア・マネジャー、精神保健福祉士がチームを組んで仕事をする必要があります。そして、チームにはそれぞれの役割、考え、悩みがあります。皆が自由に話し合えるようになっていることが必要です。私たちは毎月１回の全員参加の症例検討会、２ヶ月毎の作業療法カンファランスを行いながら、日ごろからお互いに意見の言いやすい環境を作ることで、病棟を“より良い生活の場”とするよう努めています。

そこで次回からは、各スタッフの活動や考えをご紹介していきたいと思います。

## 畑作業　～さつまいもの苗植え～

5月末、毎年恒例“さつまいもの苗植え”が行われました。

職員と一緒にゆっくり植えればいいかなと考えていましたが、畑を見るなり進んで行き、苗を渡すと率先して植えていく、また気になるところの植え直しまでしてくれるといった患者様の動きに驚かされました。普段、病棟ではわりと静かに過ごすことが多い患者様が畑では生き生きとしてみえました。畑仕事が日常だった患者様も多く、土いじりは自然なことのようでした。

これからの季節は、畑に出かける機会も多く、秋の収穫と芋煮会が今から楽しみです。

## 医療連携室　開設

この度、当院にも入院と転院の際の窓口となる【医療連携室】が開設されました。
本来は医療連携室というと病病連携・病診連携を主として行う為の部署として設置されているのですが、当院は外来のない入院機能のみの病院である為、当院へ入院を希望される患者様とご家族様からの入院相談を行い、入院の受け入れを行う事を主に行っております。

では、「入院するにはどうしたらいいの？」とお思いになられるかと思います。
以下のような事でお悩みの方、又は関連機関の方は、まずは【医療連携室】へTELか窓口にてご相談ください。ご相談後、当院専門医と検討し、入院受け入れを行います。

≪ご相談例≫
〇認知症症状により、家族では介護が難しくなってきた
〇他の病院に入院中だが、退院先を探す必要がある
〇他の病院での治療が済んだが、認知症症状が顕著になった。または精神症状が悪化した
〇施設に入所中ではあるが、精神科の治療が必要と思われる
〇精神科に入院しているが、もう少し療養が必要
〇入院中の患者様の退院先について相談したい　　など

精神科単科の病院の為、お受け入れできない場合もございますが、まずはお気軽にご相談頂ければと思います。

医療連携室　室長代行　竹澤梨絵（ソーシャルワーカー）
TEL：0263-76-5500（代表）

## ミサトピア小倉醫院　開院

平成24年4月、ミサトピア小倉醫院が開院しました。
週に3日、水・木・金曜の午前中に診療を行っています。

受付時間　9：00～12：00
診療時間　9：00～13：00

**医師担当表**

| 曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 |
|---|---|---|---|
| 診療科 | 内科・精神科 | 内科・精神科 | 内科 |
| 担当医 | 岩本Ｄｒ | 植田Ｄｒ | 薄井院長 |

お問い合わせ
安曇野市三郷小倉2105-1
0263-77-8711（FAX兼用）

## 編集後記

創刊号から１年が経過し、この度無事に安曇野日和４号を発行する事が出来ました。
新年度を向かえ、各職場には新人職員が入職し、業務にも環境にも慣れてきた頃だと思います。笑顔で挨拶したり、明るく振舞える職員は、とても好感が持てます。ぜひ、先輩職員の良い所を見習って欲しいものです。

広報委員長　　樋口　孝