

こもれび

冬

第20号

発行:2009年1月1日
向陽台病院広報委員会



あけましておめでとうございます。本年も作業療法作品を楽しんでください。



院長
横田 周三

皆さま、あけましておめでとうございます。昨年は病院創立45周年および新病棟の竣工など、一つの節目になった気がします。建築では外来部分の改修など少し残っていますが、昨年ほどの慌しさは少ないのでは、と勝手に期待しています。一年間で感じ、気づいた事は、“変化”ということに対する私たちの構えのもろさでした。そしてそれは、人がタイミングによって受け取り方、受け取るもの、受け入れるスピードなどが違う事を再確認する年になったな、と思っています。金融面での変化で株価の乱高下なども昨秋ごろは大きな話題になりましたが、私自身が年を取ったのか、病院の中での変化

において、大きな波や変動は好まない自分もいる事に直面させられた感じがします。今年の目標は、児童思春期、並びにうつ患者さんへの治療および支援を充実させ、役所や企業や学校との連携について模索していくことなど、地域の中の精神科病院を意識できていけるようなスタートの一年にしたいと思っています。院内では細分化、個別化の流れにおいて、院内連携の強化を目標としていますが、さらに充実した人員配置や会合の機会などが生み出せる組織になれるように、努力したいと考えています。今から、4年後の50周年という区切りを目指して、新しい一年を皆さんと歴史を刻んでいく事になりますので、一緒に成長していきたいと考えています。今年もよろしくお祈りします。(2009年 元旦)

向陽台病院の理念

心を病む人の立場に立った専門的精神科治療の提供を行う
地域への精神科医療の啓発活動を通じて心を病む人のみならず、地域住民の心の健康増進に貢献する

- 地域の様々な資源との連携の強化を目指します—医療・福祉・教育・産業・地域社会と積極的な連携が出来るように—
- 良質で安全な医療の提供を目指します—相手の立場に立ち、私達が安心して自分の家族を任せられるように—
- 専門性を高め、より高度な知識・技術の向上を目指します。—新しい技術・知識の習得、研鑽を心がけるように—

不知火病院院長 徳永雄一郎 先生

「増加するうつ病とストレスケア病棟の役割」



平成20年11月22日(土)、数日前から真冬並みの寒さで震えていたのが嘘のような好天に恵まれ、医療法人新光会理事長、兼、不知火病院院長、福岡大学医学部臨床教授の徳永雄一郎先生をお招きして、講演会と新棟見学会を開催いたしました。玄関と新棟とを結んだエントランスの受付では明るい日差しが降り注ぎ、皆さまをお待ちすることができました。医療関係の方々を始め、教育や福祉分野の方、また、熊本県のみならず、大分県からのご参加もあり、88名の方をお迎えすることができました。

先生は、平成元年に日本で初めてうつ病専門治療病棟「ストレスケアセンター・海の病棟」を開設され、常に時代を先駆け、指導的な立場でご活躍中です。大変なご多忙にも関わらず、私ども



の病院においでいただき、「増加するうつ病とストレスケア病棟の役割」と題し

て、時に冗談を交えながら、親しみやすくお話してくださいました。

不知火病院では、カウンセリングナースと呼ぶ、カウンセリングのみを行う看護師を養成し、チームをより重装備にして対応されているとのことでした。総合面接という、患者さんと複数のスタッフが合同で面接し、症状や治療目標を相互に把握し、より効果的な治療を提供するやり方についても教えていただきました。また、患者さんの予後判定に用いるバウムテストなどの心理テストの有用性についても話していただき、大変興味深く拝聴いたしました。

リ・ワークについては、うつ症状が回復しても、必ずしも復職プログラムに導入できるわけではなく、実際の職場や学校などに本人が適応できるかどうかを把握し、それに直面することが必要で

あるとお話されました。

最後に、入院生活の24時間の中で、定期的に見守ってくれる看護師がいることが、「温かさ」のある安心できる体験として感じられると強調されました。チームの力の重要性を再確認でき、私たちの今後の治療の礎になるかと感じています。

ご講演の前後には、多くの方に3階建ての新棟を見学してい



ただきました。慣れないスタッフの案内で多少ご迷惑をおかけしたかと思いますが、皆さまのご協力で終了することができました。新しい建物は、患者さんだけでなく、スタッフにとっても新鮮で快い緊張を伴っていますが、病気に向かう方々にとって、少しでも快適で有効な治療環境の提供に一層の努力をしていきたいと考えています。これからも、何卒よろしく願い申し上げます。

(記念講演会実行委員
リハビリテーション部長 植村 照子)

新病棟のご紹介

前号では新病棟の全体像を紹介しました。今回は、南1病棟と、そこで行われる精神科急性期治療についてご案内します。

南1病棟は、南病棟の1階全体を占める30床(うち隔離室が6床)の閉鎖病棟で、主に急性期の患者さんを対象としています。向陽台病院に入院される患者さんの大半は、最初はこの南1病棟で過ごされることになります(比較的症状の穏やかな女性の患者さんは南2病棟、高齢の方や身体合併症のある方は北2病棟へ入院されることもあります)。

急性期の初期には、緊急的に保護や治療が必要な状況にしばしば遭遇します。個人差や病気の種類にもよりますが、激しい興奮状態、幻覚や妄想に左右されて自分の安全を守れない状態、ひどく気持ちが落ちこんで自殺の危険が迫っている状態など、切迫した状況も想定されます。患者さんと医療者双方の安全を確保しながら、患者さんの状態を改善して、最終的に退院することを目指して、治療が始まります。急性期治療の前半は、さ

し迫った危機からの脱出が急務です。たいていの場合、最初は休息と栄養状態の改善から始めます。というのも、急性期の患者さんは、入院の直前に色々と無理されていて、何日も寝ていない、食べていないような消耗しきった状態の場合が結構多いのです。そして、休息のためには静かで安全な治療環境が必要となります。騒がしい治療環境では、患者さんは安心して休むことができず、薬も効きにくくなります。

さて、入院された患者さんは、最初の段階では1人きりで部屋の中で過ごし、ほとんど活動せずに休んでいて、話し相手は病院の職員だけです(この段階を省略できる人もいます)。次には、時々部屋から出てきて、1~2人の話し相手がいる段階になります。治療が進むと、さらに話し相手が増えて、デイルームという公共の広間で過ごしたり、作業療法などの活動プログラムに参加しても苦にならなくなってきます。とりあえず、ここまでが急性期です。急性期以降もデイケアや就労訓練施設など、精神科リハビリテーションの仕組みがありますが、同様に段階的に課題を難しくしていきます。

このような治療上の要求に応えるために、新しい急性期病棟では、従来の経験を活かして様々な工夫が凝らしてあります。例えば、隔離



【新棟1Fデイルーム】



【新棟1F廊下】

室の並んでいる領域は、他の病室のゾーンとは別のゾーンに分けてあります。この仕組みは、従来の急性期病棟の構造を踏襲したのですが、従来よりも部屋や廊下の幅を広くして、一時的に隔離室外へ出られた患者さんがくつろげるようにしています。隔離室の防音設備も従来のものより改善されています。ゾーンの分離や防音の充実は、興奮状態の方と回復直後の方が直接出会わないようにして、回復直後のもろい状態における静寂と安全の確保に役立っています。

さらに、病室を全室個室としてプライバシーをしっかりと確保した上で、小さな談話室を廊下に面して2カ所設けてあります。これにより、自室からは出られるけれど、デイルームはまだ無理という方が、公共スペースへ段階的に参加できるようにしています。

今後も「こもれび」誌中で何回かに分けて各病棟をご紹介いたします。次号は南2病棟の予定です。

(診療部 医師 田中 亨治)



【新棟1F病室】

うつ病の実態調査 ～高校生インタビューのため来院～

平成20年8月27日、城北高校社会福祉科3年生5名が「社会福祉演習」という授業の中で調査研究を行うため当院へインタビューにきたいといった依頼があり、「地域連携の一環」としてお引き受けさせていただきました。内容は「うつ病について」というテーマで、実際医療機関を受診するうつ病の患者さんの性差や年齢といったことからどのような特徴があるのか、また、社会問題化している自殺についてその対策としてどのような取り組みが行われているのかといった多岐に渡るもので、当日になって発覚しましたがビデオ撮影もあり、緊張感あふれるインタビューとなりました。

医療機関によって患者層は異なりますが、当院の場合、初診患者で最も多いのは「うつ病」で年々増加していること、年齢は20～30代が多かったのが最近では低年齢化、高年齢化が進んでいること。また、「うつ病」で最も危険で心配なことは「自殺の可能性がある」といったことを説明しました。徐々にお互いの緊張感もなくなり、この研究を進めていく中でインターネットなどで自殺に関することが非常に多く取り上げられていたことに驚いたそうです。



実際当院にも「きつくて生きていくのがつらい。いつそのこと死んでしまいたいです」といった相談が直接、または電話でほぼ毎日のようにあります。このような感情は何も特別なことではなく、例えば受験や仕事で失敗した時、家族や友人とケンカをした時に一瞬「あ～もう死んでしまいたい」と思ったことは誰しも一度や二度は経験があるかと思います。ふと思うだけであれば特に問題はないですが、中にはそのような感情が続き、思いが強くなり自分の体に傷をつけたり、自殺しようとする方は自殺する人の10倍はいると言われています(自殺者は3万人を超えていますので、30万人以上ということになります)。私たちは精神科医療機関としてこの問題から避

けては通れませんし、その対策に今後も力を入れていきたいと考えています。

今回のインタビューをとおして、今の若い人たちがさまざまなことを真剣に考え、しっかりと社会の問題を正面から考えている(他のグループでは児童虐待や「こうのとりのゆりかご」を題材として挙げているそうです)といったことがわかり、うれしく、また頼もしく感じました。また、人に伝えることで自身も多くのことを学ぶことができ、貴重な経験となりました。

少しでも、「頼りになる大人がいたなあ」と思っていたらいいのですが…。

(地域連携室 精神保健福祉士
杉本 篤史)

精神障がい者 作品展示&作品販売会

デイケア レポート

平成19年11月16日(日)、熊本市上通りアーケード街で第16回精神障がい者作品展示&作品販売会が開催されました。このイベントは、障害をもつ方への正しい理解、多くの方との触れ合いを目的に毎年1回行われています。今年は県内から36団体が参加し、当院からも地域生活支援センターなどでしこと当院のスタッフが参加しました。当日は少し曇り空でしたが、気温は暖かく過しやすい一日でした。その中で、各団体工夫を凝らした作品の数々がアーケード内の約150mに並びました。アーケードは展示のみで、販売スペースは、めがねの大宝堂の地下(アートスペース)で行われました。販売スペースには、手作りクッキーや野菜などが並び、どちらも多くの人々で賑わいました。当院の展示パネルには、なでしこの活動で作成したポスター作品、作業療法やデイケア活動で作成したビーズ細工や革細工、今年人気のあったフェルト細工を並べました。作品を見に来られた人々からは「すごいね」「店に売ってある物みたい」など、とても嬉しい声が聞かれ、写真を撮って行く人もたくさんいました。ビーズ細工に関心を示す人がと

ても多かったように思います。また、非売品でしたが、どうしても売ってほしいという方もいて、その時は申し訳ない思いでした。大反響だった作品はまだまだほんの一部で、今回並べることができなかった陶芸や木工、シルバー細工の作品は、写真に撮って持っていけばよかったな…と後悔しました。

今回の展示をとおして当院の取り組みを知っていただけたのではないかと思います。日々良い作品ができており、また、来年に向けて取り組んでいきたいと思っています。今回イベントに向けて、作品作りに協力していただいた方々にとっても感謝しています。

(リハビリテーション部
作業療法士 江口 紗代)

なでしこ レポート

地域活動支援センターなでしこからは、大きなリングの木を一人の精神障がい者とし、大地は家族・友人や地域で、しっかり大地に根を張って伸びていく様子をイメージし、地域活動支援センターや就労支援事業所は水や肥料として支援している様子を表現しました。また、リングの実は自分たちの夢や思いをメッセージに



して伝えることにしました。

制作中は、メンバー同士、病気になったことで理解してもらえなかったつらいことや苦しかったことなどの体験談を、お互いカウンセリングしながら、どんなことを理解してほしいかなどを一人ひとりが言葉にされていたことが印象に残っています。

展示会では、他の病院のスタッフやたくさんの街行く人が足を止めて作品を見ていただき、「こんな思いをしているのですね」「かわいい作品でいいですね」「面白いですね」と話され、中には写真を撮られる方もいて、参加者として嬉しく感じました。また、展示コンテストでは、第2位『作品感動賞』を受賞し、一緒にいた利用者と共に感激もひとしおでした。作品は、なでしこの活動室に展示しています。今も、なでしこを訪れる利用者や地域の人が作品を見て楽しまれています。

(地域生活支援センター
精神保健福祉士 辻 由佳子)

地域生活支援交流会

去る9月24日(水)、当院デイケア棟(リュミエール)にて、鹿本地域の精神障がいを抱える当事者や、病院職員、保健師、民生委員、家族会、精神保健福祉ボランティアの方などが集まり、地域生活支援交流会が開催されました。

今年度鹿本圏域では、精神障がいを抱える長期入院患者さんの中で、退院をして地域での生活を希望する方々に、希望にそった退院の準備のお手伝いをする「精神障がい者地域移行支援特別対策事業」というものが行われています。当院では、社会生活についてみんなで考えることを目的として、毎月最終水曜日に社会復帰フォーラムを開催していますが、地域での生活への意欲、関心を高める良い機会として、今回は、同時開催することとなりました。

「地域での暮らしについて考えよう」というテーマをもとに、100名を超える参加の中、精神障がい者地域移行支援特別対策事業のことや、グループホーム、共同住居についての説明がなされた後、利用者より体験談が語られました。多少緊張はされていたようですが、入院から退院にかけての思いや、共同住居



を経て一人暮らしを始めた時のエピソードなどを懸命に話してくださいました。20年以上入院し、スタッフから退院を勧められ、嫌々退院したけれど意外と生活ができていく、という話や、福祉課や役場と相談しながら生活を行っているという話、共同住居では色々な人たちが生活するため、トラブルは起きてしまうけれど、その都度話し合い、一緒に考えていくことの大事さ…などが語られ、当事者の“力”を感じずにはいられませんでした。そして、「退院は怖くありません」という言葉は大変印象的でした。

その後は、小グループに別れて、体験発表を聞いての感想や、自身の体験談、地域で暮らすにあたって考えていることなどディ

スカッションを行いました。さまざまな思いが語られていたようです。最後に、民生委員の方から「普通の人と変わらないですね。偏見ばかりで不満を話すだけではなく、正しい知識を得る必要があると思いました」との感想も聞かれました。

さまざまな立場の方が参加され、当事者の話を聞きながら思いを語り合う大変貴重な会だったと思います。病院スタッフだけではなく、地域の方たちの協力を得ることによって、最終的には、当事者の方たちが、持っている自分の力を生かし、自己実現に向かえるよう一緒に歩んで行けたら、と思いました。

(リハビリテーション部 精神保健福祉科 科長 岩井 佑美)

こもれびプラザ

向陽台病院ではさまざまな情報を発信しています

そよ風

平成20年9月27日、向陽台そよ風家族会が開催され、初めて参加された家族を含めて33名の方が参加されました。

今回は、建設中にご迷惑をおかけしていた新病棟が無事完成したこともあり、開設に先立って見学会を行いました。まず、当院の佐藤診療部長から新病棟の機能などについての説明や既存病棟についての説明などがあり、その後実際に見学された家族からは「個室できれい」「料金が心配」「個室で安全面はどうなっているのか」などの感想や意見をいただき、質疑応答も行われました。その後の家族の集いでは、初参加の家族から「病気は回復するのか」「対応の仕方について」「将来が心配」など、それぞれの家族が抱えている悩みについて話があり、それらの意見に対して何度か参加されている家族が自身の体験談を話したり、アドバイスを出されたりしていました。参加された方の中からは「他の家族から色々な意見が聞けて良かったです」との言葉も聞かれ、大変有意義な時間になったのではないかと感じました。

家族会では、このようにご家族の不安や疑問に少しでも支えになれるよう活動しております。ご家族の皆さまのご参加をお待ちしております。
(看護部 金森千恵子)

■次回の家族会:

新年会: 平成21年1月24日(土)
10:00~12:00
総会: 平成21年4月25日(土)
10:00~12:00

編集後記

新年あけましておめでとうございます。新棟が立ち上がり新たな気持ちで広報活動も行っていく予定です。

また、連載企画の「発達障がい児(者)への手立てとかかわり?」は誌面の都合で次号に掲載いたします。今年もよろしく願いたします。

(濱本 晋也)

栄養だより

おめでとございます。新年を迎え寒さもいよいよ厳しくなっておりますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。寒さもこれからが本番!!寒さの厳しいこの季節に旬を迎える食べ物には栄養がたっぷり詰まっています。季節の食材を食べて風邪を予防しましょう。



風邪をやっつけよう!!

昔からの知恵には、元気のもとがいっぱい!!

緑茶

外から帰った時、寝る前には『緑茶』でうがいを

⇒ 風邪の予防に効果あり!

お茶に含まれるカテキンには抗菌作用・抗ウイルス作用があり、ウイルスの感染力を弱める効果があります。

風邪予防

大根あめ

味は・・・ですが、せきにはとても効き目があります。

<作り方>皮付きのまま輪切り又は1cm角に切った大根をはちみつや水あめと一緒にビンに入れる。

⇒ 2日ほどして大根が浮いてきたら、上澄みをお湯に溶かして飲む(そのままでOK!!)

せきに効果的

ほっとみかん

みかんを皮が黒くなるまで焼いて中身を食べます。みかんにはビタミンCがたっぷり含まれています。ビタミンCには免疫を強化し、ウイルスを撃退して治療を早める働きがあります。

免疫力アップ

旬の食材.....

●鱒(ぶり)・・・『寒ぶり』といわれ、特に冬に美味しい魚です。ぶりには旨み成分のヒスチジンが他の魚より多く、良質のたんぱく質とビタミンB群が含まれています。また、血合いの部分にはビタミンB12が普通の身の5倍も多く含まれており、貧血の方、口内炎のある方にオススメです。

●柚子(ゆず)・・・「冬至にゆず湯に入ると風邪を引かない」という言い伝えがありますが、これは果皮に含まれる油分が温熱効果を高め、皮膚を刺激して血行をよくするためです。ゆずにはクエン酸などの有機酸が多く疲労回復にもよく、香りにはリラックス効果も期待できます。

●大根(だいこん)・・・大根には消化酵素(ジアスターゼ)が含まれているので、胃もたれ、胸やけに即効性があります。ジアスターゼは加熱すると効果が低下するので、生で食べる大根サラダがオススメです。

(管理栄養士 古田 智美)

外来担当医一覧表 ※下記担当医は変更する場合がございます

	月	火	水	木	金	土
午前	松岡	田中(隆)	横田	田中(隆)	横田	週替わり
	大石	松本 横田	松岡	大石 小山	松本 田中(亨)	
午後予約	小山	田仲	橋本	松岡	佐藤	
	田中(亨)	田中(亨)	もの忘れ外来 大石	山田	思春期外来 横田	

(2009年1月1日現在)

- 診療科目 精神科・心療内科
- 特殊外来 水曜日午後：物忘れ外来
金曜日午後：児童思春期（発達障害）外来
- 病床数 220床
- 外来診療時間
月～金曜日 午前9時40分～12時00分
午後2時30分～5時00分
- 土曜日 午前9時40分～12時00分

新患は予約制です。予約受付：096-272-5250
＜平日：午後4時まで／土曜日：午前11時まで＞

祝日は平常通り診療しています



産交バス
向坂バス停から
徒歩3分
明治乳業バス停から
徒歩3分

車
植木ICから10分

JR
植木駅下車
タクシーで6分



日本精神神経学会専門医研修指定病院 日本精神科病院協会認定専門医研修病院
2005年から日本医療機能評価機構の認定を受けています

医療法人横田会 向陽台病院

〒861-0142 熊本県鹿本郡植木町大字鑑田 1025
TEL：096-272-7211・FAX：096-273-2355

<http://www.koyodai.or.jp/>

