

彩雲

S
A
I
U
N

【彩雲(さいうん)】とは、縁などが美しく色づいた雲を言います。日光が雲の水滴で回折するために生じるもので、昔からよいことの起こる吉兆の雲とされています。

VOL. **4** 【平成22年9月】



CONTENTS

■ 病院長あいさつ

■ 【TOPICS】 外来作業療法

- 病棟だより
- デイケアだより
- 作業療法だより
- 訪問看護だより

✚ 病院からのインフォメーション

■ 各委員会からのお知らせ

- 院内感染対策委員会からのお知らせ
- 衛生委員会からのお知らせ

■ 心の健康相談

■ 医師紹介

■ 外来診療のご案内

■ 送迎バスのご案内

[写真] ロールピクチャー
患者様の共同作業です。涼しいイメージで作りたいたいという意見から「兼六園」の題材を選びました。

～広報誌「彩雲」の第4号発刊にあたり～



病院長 横山 昇

今年の夏は本当に暑かったですね。熱中症で亡くなる方が3桁になるとは誰が予想できたでしょう。秋を迎えてやっと一息ついてますが、8月までに消耗した体力はもうしばらくは回復しないような予感がする今日この頃です。

話はいきなり変わりますが、我が国の自殺者数が昨年で12年連続3万人を超えてしまいました。総務省などによりますと、日本の自殺者の数は1997年までは年間2万5千人前後で推移していましたが、1998年に一気に3万人を超え、以来その水準が昨年まで12年間も続いているのです。この12年間の自殺者の数は、実に、白河市・須賀川市・西白河郡・東白川郡・石川郡・岩瀬郡の全市町村の人口を上回るほどの大変憂慮すべき事態なのです。バブル崩壊後の日本経済の停滞と長期化した不景気の影響が原因とも言われていますが、果たして本当にそうなのでしょうか…？

注目すべきは、この3万人のうち約4分の3（報告者により60～100%の幅）は何らかの精神科疾患（うつ病が最多）に罹患していたことが明らかで、そのうちの半分に精神科受診歴がないとされていることです。計算すると年間に1万2千人もの方が自分が病気である（＝治る可能性がある）ことに気付かないまま（気付かされないまま）自らの命を絶っていることとなります。もし精神科を受診していたら、きちんとした治療を受けていたら…そう考えると眠れなくなってしまいます。『どうして受診してくれないのだろう？何故気付かないのだろう？どうして受診を勧めてやれないのだろう？』…皆さんは何故だとお考えですか？

私の考えでは理由は二つです。即ち、「学校における疾病教育の不在」と『精神疾患・精神障害者に対する誤解と偏見』です。特に前者について言えば、現在わが国の学校教育では精神科疾患について生徒たちに教えることは一切ありません。昭和52年の学習指導要領から完全に姿を消し、以来ずっと精神障害の教育は行われないうちで来ているのです。精神疾患の好発年齢にあたる中学・高校時代に精神保健福祉の基礎知識すら与えられていないのですから、仮に精神に異常が生じたとしても本人は「自分に何が起きているのか」気付くはずもなく、本人を取り巻く家族・友人・同僚等もそれを察知してやれないのです。それ故に精神科を受診しないし、精神科受診を勧めることができないのだと思います。

早期発見・早期治療の重要性は精神科疾患についても言えることであり、予防の観点からも啓発・教育はどうしても欠くことはできません。10代と20代の死亡原因の第一位が自殺などという国は何処にもないはずですが、ここに来てやっと国に精神保健に関する教育を再開する動きが出てきているようですが、これが実現し若い世代や働き盛りの命を一つでも多く守ることができるような社会になることを祈りつつ筆を置くことにします。

矢吹病院の基本理念・基本方針

基本理念

仁愛 ・ 誠意 ・ 献身

～思いやりと真心で患者さんに尽くします～

七つの基本方針

精神保健福祉法を遵守し、私たちは

- 1.患者さんの人権に配慮し、癒しと回復の場を提供します。
- 2.情報の共有と相互の理解の下、効果的で適切な医療を提供します。
- 3.患者さんの社会復帰の促進を図り、家庭や地域での生活を支援します。
- 4.公的責務を自覚し、救急や治療困難な患者さんの受け入れに努めます。
- 5.積極的に関連機関と連携し、広く地域精神保健活動に取り組みます。
- 6.透明かつ適正な運営により、県民の理解と信頼を得られるよう努めます。
- 7.明るく働きがいのある職場をつくり、真の「こころの治療」を追求します。

TOPICS

● 外来作業療法を始めました

外来作業療法とはデイケア等と同じ回復支援・生活支援を行う精神科リハビリテーションの一つです。自分らしく生き生きとしたよりよい生活が送れるよう指導・援助・支援を行います。

目的は利用される方の日常生活上の不安・課題と一緒に考え、解決することです。詳しく説明すると、再燃・再発の予防、生活リズムの獲得、生活の自己管理、社会生活技能の習得、仲間づくり、社会参加の促進、余暇活動の援助、社会資源利用の学習、就労準備・就労援助、症状に対する不安や生活で困っていることの相談、病気との付き合い方を学ぶこと等です。

具体的には馴染みのある、または興味のあるさまざまな作業活動（軽い運動、手工芸、生活活動など）を行います。さらには自分の病気と上手に付き合うための勉強や茶話会等も行います。

デイケアやショートケアとの違いは短時間のプログラムが適している方や個別活動が適している方が対象になるという点です。仕事や家事の都合で短い時間で活動に参加したい、少人数や個人で参加できる活動なら参加しやすいという方に是非利用していただきたいと



● 個別活動の風景

思います。

外来作業療法を利用するには、主治医の処方が必要です。ご希望の場合は先生にご相談をお願い致します。見学もお受けいたします。また参加費用についてはご利用の保険、制度により異なりますので、詳しくはお問い合わせ下さい。

外来作業療法は利用される方の“やってみたい”“こうなりたい”と思う気持ちと行動を支えます。デイケア・ショートケアと併せてリハビリテーションの選択肢の一つとしてご利用下さい。



病棟だより (5病棟)

from
Ward

患者様の自主性を尊重した対応

5病棟は62床の男女混合開放病棟で、主に慢性期の高齢にある患者様が治療を受けており看護スタッフは17名で受け持ち制と業務別看護を併用しています。患者様が安全で安心して入院生活が送れるように患者様一人ひとりに応じた支援を心がけています。また病棟スタッフはもとより他職種との連携を図りながら家族状況を踏まえて、より包括的な看護が提供できるように取り組んでいます。

開放病棟の特殊性をいかして作業療法（調理実習



● 体操風景

含む)をはじめ服薬自己管理、現金自己管理、院外単独外出・外泊、他施設への試験外泊など患者様の自主性を尊重し地域移行をも踏まえ生活の向上に努めています。さらに社会心理療法として生活技能訓練(SST)や心理教室なども行われています。

また、日常生活面では身体機能の維持と気分転換が図れるように毎月の目標をたてレクリエーション(お花見、流しそうめん、社会見学など)や体操が行われています。



● ミーティング風景



メンバー主体のイベント企画

「猛暑を吹き飛ばせ！流しそうめん」

矢吹病院デイケアでは、毎月の行事を行う際に「行事ミーティング」を行いメンバーが主体となって企画し運営しています。8月には夏の風物詩「流しそうめん」が行われました。デイケアメンバー、スタッフだけではなく、普段お世話になっている訪問看護の看護師さんや医局の先生方に招待状を出し、にぎやかな行事になりました。みんな流れるそうめんが悪戦苦闘しながら一心不乱に食べるため、竹の下の方にいる人にはなかなかそうめんが届かず2ヶ所から流すことに。またそうめんだけではなく、デイケアの農園で採れたスイカ、とうもろこし、枝豆、定番になりつつあるフラン

クフルトなどメニューも豊富で、矢吹の暑い夏を乗り切る原動力になったようです。



● 流しそうめん風景



利用されている方の声から

「作業療法 (OT) ってなにをするところ?」と疑問に思う方は多いのではないのでしょうか。作業療法という言葉を目にしたことがある方は多いと思われます。しかし、具体的な内容や効果までは周知されていないことが現状のようです。そこで、今回は効果についてお伝えしたいと思います。

利用されている方から「OTをやっていて良かったこと」として次のような意見がきかれました。

- ・作品が出来上がった時、達成感を感じる
- ・集中力をつけられる
- ・ストレス発散になる
- ・ご飯が炊けるようになった、簡単なおかずが作れるようになった

このような思いになれるようにスタッフは、次のような考え方で利用者の方に作業療法を行っています。

- ・うまく物事を進められず落ち込んでいた方に対して→達成感を得ることで「何かに挑戦しようとする気持ち」に繋げる
- ・話が広がってしまう方に対して→集中力をつけることで「会話をうまくできる」ように支援する
- ・ストレス発散が出来ることで、「日常生活が穏やかに過

ごせる”ように支援する

・調理や公共機関の利用などで“生活に必要なことが出来る”ようになる

作業療法スタッフは様子をみたり、話をききながら利用される方と一緒にプログラムを進めています。良いことばかりとは限りませんが、「患者様の (O) お役に (T) 立つこと」をモットーに、日々プログラムの検討・実施に取り組んでまいります。



● 室内OTの風景



訪問看護だより

from
Home Visit Nursing Center

訪問看護を利用して自分らしい生活を送る

訪問看護を利用している方の多くは、訪問を自分の生活スタイルに合わせています。

訪問看護の他にデイケアに通所したり、通所施設を利用したり、町のスポーツや行事に参加したりと自分の生活にあった場所や出来事を見つけるのが非常に上手です。また家族や友人と過ごす時間を訪問看護と重ならないように工夫しています。

自分らしく生活を送っている何人かの方から、訪問看護をもっと増やして欲しいという希望が聞かれました。理由を尋ねると「時間があって暇なのが嫌だ」や「訪問看護だったら話しやすいし、いろんな人が来るから面白い」などでした。

訪問看護を利用している理由は人それぞれが違うと思いますが、訪問看護をこれから利用しようと考えている人は訪問看護を受けるといった感覚より、訪問看護を自

分の生活に合わせて利用すると考えた方が気楽であり、無理が生じず良いようです。

訪問看護を利用したいとお考えの方は、どうぞ気軽にご相談下さい。



● 訪問看護スタッフ



病院からのインフォメーション

保険証などの提示についてのお願い

皆様の保険証は変わってはいないでしょうか？

医療費の自己負担が3割の場合、病院では残りの7割は社会保険や国民健康保険に請求しますが、保険が変更になっていると支払ってもらうことができません。このため、社会保険から国民健康保険に変わった場合や、被保険者本人から被扶養者になった場合などは、できるだけその月のうちに、保険証を持参するかコピーをお送りくださるようお願いいたします。併せて、国民健康保険などからも、毎月1回保険証を会計窓口で確認するよう指導がありますので、皆様のご協力をお願いいたします。

また、保険証の他にも、次の受給者等についても有効期限に注意して更新手続きを行い、新しい受給者証等をお持ちくださるようお願いいたします。

・精神保健福祉法に基づく「自立支援医療受給者証」：
外来自己負担額が軽減されます。

・「限度額適用認定証」及び「標準負担額減額認定証」：
入院医療費や食事代の自己負担額が軽減されます。

なお、保険証や受給者証等の確認ができないと、それらの適用がないものとして高い金額の請求をせざるをえないのでよろしくお願いいたします。



● わたしたちが外来の受付・会計を担当しています

● 院内感染対策委員会から

院内感染対策委員会の活動内容について紹介する前に、院内感染とは何かについて説明しておきたいと思います。院内感染とは入院中の患者様が病院内で入院の原因になった病気とは別に、新たに病原体（細菌やウイルス）などに感染し発症した感染症のことをいいます。発生原因は人から人、治療手技や処置、医療器具などを媒介として感染し、特に、入院中の免疫力の低下した患者様は、通常の病原体だけではなく、ふだん感染力の弱い細菌によっても院内感染（日和見感染）が発生する場合があります。日和見感染が患者様の生命や健康に被害を与えることも少なくないうえに、増加に伴い院内感染は社会的な問題を提起しています。

こうした院内感染に対し、当院においては病院長、副院長並びに医療安全管理室などの各専門の部門やICT等の医療チームからなる「院内感染対策委員会」を組織し、発生の予防・その他の必要な対策について検討し院内感染の予防に努めています。

委員会の主な活動としては、『院内感染予防対策マニュアル』の策定・見直し・改定、院内感染が発生した場合の緊急対策など「危機」に対応できる体制作りをはじめ、月に一回定期的に委員会を開催しております。会議の中では、MRSAを含む薬剤耐性菌の検出状況や、インフルエンザ、感冒、肝炎ウイルス等による感染症発生状況、またICTチームからは院内定期巡回の結果が報告されます。これらをもとに院内感染に関連する情報収集・共有化を図り、問題点を評価・分析することにより対応策を検討し指導を行っております。

また、院内感染予防に必要な衛生管理、職員教育の一環として外部から講師を招いての院内学習会、研修会の伝達講習などを実施し、感染予防の徹底と的確な対応がとれる体制作りを進めております。今後も患者様が治療に専念し、また職員が安心して働く事のできる院内環境作りのため、さらに継続した活動を行っていきたいと考えております。

● 院内感染対策委員会の活動について

● 衛生委員会から

当院の基本理念のサブタイトルでもある、思いやりと真心で患者様に尽くす医療を実施するためには、まずスタッフ一人ひとりが健康に留意し、安全・適切な環境のもとで患者様に接することが大切です。

当院の衛生委員会では、各部門及び各職員が100%の仕事ができるよう職員の健康管理や労働管理、メンタルヘルス対策など、労使が協力して様々な取り組みを行っております。また、職員の様々な意見を聞くことが出来るように、病院内に衛生委員会への意見箱も設置しています。

さらに、病院内の巡視活動も実施しており、年数回に渡って次の13項目について確認を行い、順次改善を進めています。

- 1 非常時の対策
- 2 清掃と保管
- 3 機器・設備等の安全防護、危険の回避
- 4 電気設備の安全
- 5 換気・空調等
- 6 照明
- 7 騒音（振動）
- 8 VDT作業
- 9 危険有害物質の取り扱い
- 10 廃棄物等の処理
- 11 保護具
- 12 患者様の移動、重労働の取組、作業姿勢
- 13 衛生施設等

これらの項目は、職場環境の改善や安全対策、衛生対策などに役立っております。

今後も、このような様々な活動により、真の「このころの治療」に寄与できるよう取り組んでまいります。



● 院内巡視風景

● より良い医療サービスを提供するため、自らの健康・安全にも注意しています。



心の健康相談

～統合失調症についてのQ&A～

Q 1 なぜ、精神分裂病を統合失調症と呼ぶことにしたのですか？

A 1 精神分裂病という病名が学問的にふさわしくないということと、病名が悲惨なひびきを持っていることによります。

また、この病気の原因が明らかにされるようになり、治療が進んだ今の時代に、精神分裂病という病名が合わなくなったためでもあります。

Q 2 統合失調症の原因はなんですか？

A 2 脳の機能に障害があって起こる病気であることが明らかにされつつあります。

脳の中では、神経細胞同士の間で様々な情報を伝えるために、神経伝達物質という化学物質が働いています。統合失調症では、その物質が過剰に働いてしまうことで、情報伝達に混乱をきたして色々な症状が出現するらしいといわれています。



Q 3 遺伝しますか？

A 3 遺伝が影響している場合もそうでない場合もあります。一般に統合失調症にかかる確率は100～120人に1人とされ、親族に統合失調症の人がいる場合の発病率はそれよりやや高いといわれています。単純に遺伝だけの問題なのではなく、環境など、多くの因子が関与していると考えられます。



Q 4 親の育て方が悪かったのでしょうか？

A 4 統合失調症は、さまざまな要因が複雑にからみ合って発病する病気であり、育て方の問題で発病するものではありません。ご両親が「育て方が悪かったから…」と自分を責める場合もしばしば見受けられますが、そう考える必要はありません。

ただし、発病後の経過には家族の関与が大きく影響しているらしいという研究報告があります。よりよく病気を回復させるために、また再発を防ぐためには家族の協力と適切な対応が重要なのです。

Q 5 治療にはどのようなものがありますか？

A 5 基本は薬物療法です。薬物療法に加えて、病状の回復や程度に応じた精神療法やリハビリテーションが行われます。



Q 6 よくなった後、薬を飲まないとうなりますか？

A 6 薬を止めると再発の可能性が高くなります。特に、うまくいっていない家族と長時間一緒に生活していたり、種々のストレスにさらされると再発しやすいとの報告もあります。いずれにしろ再発を防ぐためには継続した薬物治療が必要です。

科別	氏名	職名	専門分野
精神科	横山 昇	病院長	精神科一般
	岡 雅男	副院長兼診療部長	精神科一般、精神科リハビリテーション
	山田 康人	科部長	精神科一般
	酒井 修	科長	精神科一般
	石川 大道	医長	精神科一般、児童思春期、発達障害(成人を含む)
内科	宗像 修	副院長	消化器内科

外来診療のご案内

● 外来受付・診療時間

診療科	受付時間		診療時間	
	午前診療分	午後診療分	午前診療分	午後診療分
精神科	8:30~11:00	13:00~15:00	9:00~終了まで	13:00~終了まで
内科	現在休診中			

● 診察日

月曜日から金曜日(祝日を除く)。

● 精神科の新患は予約が必要です。

[予約受付時間] 10:00~12:00 13:00~16:30(月曜日から金曜日)

※なお、新患の診察は、月曜日から金曜日の午前中のみとなります。

● 精神科再診の午後の診察について予約の受け付けを行っています。

[予約受付時間] 8:30~12:00 13:00~17:00(月曜日から金曜日)

※担当医の診察日については、当院のホームページをご覧ください。

代診・休診についてはホームページでお知らせしております。

送迎バスのご案内

● 送迎バス時刻表

迎え	JR矢吹駅 → 矢吹病院
1便	8:40発
2便	9:40発

送り	矢吹病院 → JR矢吹駅
1便	9:25発
2便	10:50発
3便	11:20発
4便	14:30発
5便	15:25発

※病院正面玄関前からお乗車できます。

JR矢吹駅と当院を結ぶ送迎バスを運行しております。ぜひご利用ください。



発行 ● 福島県立矢吹病院

〒969-0284 福島県西白河郡矢吹町滝八幡100 TEL0248-42-3111 FAX0248-44-2551

ホームページ <http://www.pref.fukushima.jp/kenbyou-yabuki/index.htm>