

さくら



本庄児玉病院

広報誌第16号

contents

- 精神科コラム・・・・・・・・・・・・・・・・ P 1
- 作業療法室だより・・・・・・・・・・・・ P 2
- 院内行事・・・・・・・・・・・・・・・・ P 3
- 院内研修・キャラバン外出・・・・・・・・ P 4
- 部署紹介 外来・・・・・・・・・・・・ P 5
- 外来患者延数・入院患者数・・・・・・・・ P 6
- 栄養課「ひなまつりメニュー」・・・・ P 6

〒367-0212

埼玉県本庄市児玉町児玉 720

Tel.0495-73-1611

Fax.0495-73-1616

「多様性について」

生物の本質は、「多様性」であると考える。生物には極めて多様な種や亜種が存在する。その「多様性」により、「環境の変化」に対する種の保存が担保されている。隕石が衝突するほどの環境の変化と大絶滅が起きても、全ての生物種が滅んだわけではない。そのことが後の哺乳類の繁栄につながり、我々人類の誕生にも繋がっている。現生人類という一つの種内においても多様性がみられ、同じ日本人でも多様である。顔がみな異なるように、考え方や価値観もまた多様である。人それぞれ、十人十色、千差万別である。なお、様々な身体疾患にしても、うつ病や認知症等にしても、個々の病態や治療方針や薬の効き方等は皆それぞれである。もちろん共通する部分もあるが、臨床現場で大事なものは個性である。

「縄張り争い」というのは、生物種に共通した本能的性質であるが、多様な種の「共存」も生態系にとっては大事なことである。多様な人種、多様な価値観、多様な個性を認め合うことも大切である。知識としては、「天動説」が誤りで、「地動説」が正しいと分かっているが、日常では、地球の周りを太陽や月や星々が回転しているように見えてしまう。同様に、極論的には誰もが多かれ少なかれ「自分中心」、「自分ファースト」の価値観に囚われてしまっている。完全な客観的視点など持ちえないし、自分や自分の家族（血縁者）ファーストとなってしまうのも、他の霊長類を始め、多くの生物種に普遍的にみられる現象である。

しかし、「英知を持つもの」という「ホモ・サピエンス」を名乗る以上、限界を知りつつも、個々の違いや多様性を認め合うべきであろう。社会の安全との兼ね合いはあるが、多様な人種、宗教、思想、価値観、個性を認め合わなければ、今後争いや憎しみ合い、さらには障害者等の社会的マイノリティへの差別や偏見等も無くなりようがないように思われる。

そして、「人類ファースト」であっても十分ではなく、多

様な生物種への配慮も大事である。今懸念されるのは、人類という一つの種の個体数（世界人口）の急増と生態系への過負荷である。人類の増加が多くの生物種を絶滅させている。また、どの生物種でも、食糧がある限りは、その個体数を指数関数的に増加させることがあるが、食糧を食べ尽くしたり、あるいは何らかの感染症の蔓延等によって、その個体数の増加に急ブレーキがかかったり、急減することがある。もし人類全体がそうした悲劇的事態に見舞われたときに、人類の英知がそれらをどこまで克服できるのだろうか。もしくは既に一部地域ではそうした事態が見られ始めてはいないだろうか。

さて、「多様性」について、少し視点を変えると、個々人の有様もまた多様である。人は常に変化している。年齢でも異なるし、その時々でも異なる。家と職場での意識や振舞いも異なるだろう。病的なものとは区別されるにしても、誰もが多かれ少なかれ「多重人格」的であると考えている。

また、認知症でなくても、老化により記憶力、理解力や判断力等は多少なりとも低下するし、うつ状態に限らず、過労や睡眠不足等でも理解力や判断力等は一時的に低下する。易怒性等が亢進することもある。お酒を飲めば、当然それらは大きく低下する。時にそれが交通事故やわいせつ事件等の犯罪に関わることもある。

本人を本人たらしめているのは、主観的には長期記憶を中心としたものだが、その長期記憶自体も変容することは脳科学の常識である。脳の記憶は、デジタルなハードディスクの記録とは異なるので、健常状態でも過去の記憶は常に変化している。様々な自言自语等において、故意の嘘ということもあろうが、本人にも「正しい記憶」が、客観的事実とは異なるということもある。それ故の冤罪というのも発生しうる。

己自身の多様な変化と、多様な環境の変化を受け入れ、さらには常に化する多様な他者をも受け入れられない限り、人類全体の幸せはないと考えている。無論こうした考え方もまた多様な考え方の一つである。

作業療法室だより

認知症患者様の介護者への支援について ②

前回に引き続き、「介護者支援」について書いて見たいと思います。

「ゆとりを持つ」

介護が長期間続くと「この辛さはいつまで続くのだろう」などと次第にゆとりが無くなり、体の疲労も重なりちょっとした事で怒りやすくなったり、憎しみを感じるようになっていきます。このような状態では笑顔すら無くなり、認知症の人と介護者の両者に危機が生じます。ゆとりある在宅介護を持続するには家族間の協力だけでなく、早期から適切な介護サービスを利用することが大切です。介護サービスを利用するには、まず、最寄の市町村で手続きをし、介護支援専門員（ケアマネジャー）に相談してサービスを決定する必要があります。サービスの利用は認知症の人にとって、専門的なケアを受けられるという点で症状の緩和に役立つだけでなく、介護者がゆとり休養できるという点でもメリットがあります。心身ともにリフレッシュしてゆとりを持つことで、在宅介護は継続できることを忘れてはいけません。このような介護者に息抜きをもたらすケアのことをレスパイトケアといいます。しかしながら、家族介護者にとっては望ましいレスパイトケアも、認知症の本人はショートステイ（短期入所施設）などの見知らぬ別世界に預けられて混乱を深め、帰宅後の症状が悪化する場合がありますので、配慮が必要です。

「突然の変化に対応できる場所を確保しておく」

日頃から、急変したときにすぐ入院や往診をしてくれる医師や病院を確保しておく、いざ必要なときに対応できます。また、介護者の具合が突然悪くなった場合は、ケアマネジャーや短期入所施設に直接連絡して、相談してみましよう。大事なことは、何もない時からこのような居宅サービスを利用して被介護者がその場所に慣れておくことです。

「介護サービスを利用することに罪悪感や偏見をもたない」

家庭崩壊や共倒れにならないよう、上記の介護サービスの利点を理解し、介護サービスを利用することに介護者が罪悪感や偏見をもたないことが大切です。サービス提供事業者には不満がある場合は、直接苦情窓口担当者に相談することができますし、ケアマネジャーに相談して事業者を変更することもできます。また、担当のケアマネジャーに不満があれば、変更することも可能です。

ガトーフェスタ角田さまによる 慰問演奏

素敵な演奏におしゃべり楽しかったです！！ありがとうございました。



患者さま皆が知っている曲を選曲して下さり、患者さまも一緒に口ずさみながら、それぞれの楽器の音色に、夢中で聞いていらっしゃいました。



「この曲は何かな～??」いろいろな曲当クイズをしました。患者さまもはりきって答えていました。



「幸せなら手をたたこう♪」では、一緒に手をたたいたり、足をならしたり、大変盛り上がりました！！

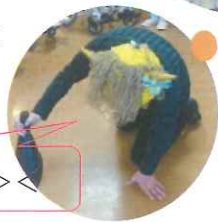
節分

豆まき

豆まきの代わりに丸めた新聞紙で鬼退治！！鬼に扮した職員目掛け、「鬼は一外！」手加減なしです(笑)鬼退治大成功！ちよっぴり痛かった鬼の職員も患者さまの楽しそうな笑顔に痛みも吹き飛びます！！



射的



玉入



もうダメ。・・・参りました><

ひな祭り写真撮影・音楽療法



写真撮影会
お内裏様とお雛様に大変身～



患者さま手作り作品「ひな祭り」の前で



音楽療法 写真撮影会の後は、音楽療法で春の歌を楽しみました。

東京福祉大学さま 慰問演奏会



生徒さんを真似て一緒に身振り手振り♪身体を動かしてリズムをとって、患者さまとも楽しんでいらっしゃいました！！

素晴らしい演奏ありがとうございました！！

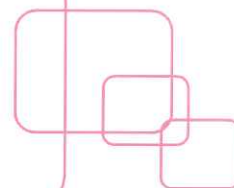


老年期精神障害看護について

- 精神科看護の役割 → 対象者が望んでいる生活がおくれるように支援する。
 自分自身を知ること → 患者さまを知る前に、まず自分自身を知ること。
 エンパシー(共感力) → 幻覚、妄想、不穏、緊張、恐怖、痛み…相手を知ることにつながる。
 患者さまを理解する上で大切なこと → 患者さまの持っている強みと弱みを掴む。患者さまのより健康的な部分を見る。
 情報の整理・分析 → 生活背景や病歴をもとに、全体像をイメージし、対象との関わりの中で確かめていく。
 ※患者さまの背景(過去)と現在の状態をつなげて理解



他、症状や特徴、ケアまで、老年期精神障害看護について学びました。身体的・精神的・心理的状态を把握し、患者さまの思いを尊重できるように関わり、看護していきたいと思いました。



薬剤に頼りすぎない排泄ケア ～水溶性植物繊維を用いて～ 食物繊維の最新の話について

排便のしくみや高齢者の便秘について、下剤が腸に与える影響についてなど排泄ケアについて学びました。

【下剤に頼らずに便秘を解消する7つのケア】

1. 水分……………1日1500ml以上(特に起床時の冷水)
2. 歩行・運動……………歩行練習・体操
3. 常食……………食物繊維が多い
4. 食物せんいの補填…ファイバー(水溶性食物せんい)
5. 規則的な生活……………睡眠覚醒リズム
6. 定時排便……………朝食後の排便・便意
7. 座位排便……………トイレ排便、腹圧をかける



腸の健康状態は全身に影響！！
 とにかく便を出すのではなく、
 腸を健康にすることが大事です！

キャラバン外出 ～初詣～



神川町にある金鑽神社へ初詣に行きました～！

きちんとお作法を守って、手水で、手や口を清めてから参拝です。



みなさん何を願ったのかな？

初詣の帰りにヤオコー児玉店にて、お買い物！！各々好みの物を買ってお楽しみのおやつタイムです！！



外来



外来では、認知症を患う方と精神一般の症状を患う方が通われています。精神科を初めて受診される方や、過去の体験を知られたくない話したくないなどの理由で情報収集には難しい方、認知症の方、また支える家族にとっての不安は様々です。特に診察前は緊張されている事が多い為、リラククスして落ち着いた雰囲気や、プライベートの配慮はかかさず、話しやすい環境づくりを心がけています。また、県外から受診にこられる方も増えており、より安全に、安心して検査・診察ができるよう個々の情報収集と傾聴、接遇面の丁寧な対応を大切にしています。

認知症状にて興奮、暴言、攻撃的、妄想、介護抵抗や疎通困難などの場合、患者様の理解と検査等にも苦戦しますが、尊厳を守り、なるべく負担のかからない様、対応にも工夫しています。時には外来患者様がそのまま病棟へ入院となる事もあります。その場合もスムーズに入院生活に入れるよう、検査から病棟移動まで同じスタッフが対応するようにしています。

日々一生懸命外来の診察をして下さる先生方に、患者様から「先生に会えるのを楽しみにしていました」や「症状が良くなって調子がいいです」という声も多く、日常で自分なりにこんな風に頑張ったと教えて下さり一瞬でも笑顔になれる方もよくみられます。また初診時と比べて表情が良く、目に見えて軽快されたと感じる時や評判を聞いて来院の運びとなったという時はとても嬉しく感じます。

医療従事者は患者様にとって顔みしりでもあり、経過を知っている相手でもあります。今後もコミュニケーションを大事に適度な距離感持つて接することで、私達も信頼関係や患者さん治療への意欲に繋げていく為、他部署との連携や調整を密に携わって行きたいと考えます。

外来看護師

松本 美加

福田 由美子

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----|----|----|----|----|----|
| 午前 | 高野 | 高野 | 齋藤 | 新谷 | 新谷 |
| 午後 | 齋藤 | 高野 | 齋藤 | 新谷 | 新谷 |



栄養課

ひなまつりメニュー

3月3日ひなまつりの日にちらし寿司をご提供しました。えび、田麩（でんぷ）、絹さや、錦糸卵などを散らし、華やかになるよう盛り付けをしました。また春が旬である菜の花を辛し和えにしました。

おやつには甘酒とひなあられをご提供しました。甘

酒はほんのり生姜を効かせ風味豊かに仕上げました。ちなみに甘酒に使われる酒粕にはたんぱく質やビタミンや食物繊維などが豊富に含まれていて、生活習慣病の予防や美肌効果などが期待できる今注目の発酵食品です。



- ・ちらし寿司
- ・五目巾着の煮物
- ・菜の花の辛し和え
- ・すまし汁

患者さま手作り作品

- おやつ
- ・甘酒
- ・ひなあられ

患者さま手作り作品

理念

患者さまの権利と尊厳を尊重し、笑顔と愛の心で
 全人医療へ奉仕します

基本方針

1. 私達は、地域に密着した精神科医療の提供との確かな認知症のケアを実践します。
2. 私達は、患者さまの意思と人権を尊重し、心の通った、愛の心で医療を提供します。
3. 私達は、患者さま並びにご家族の信頼を得、満足度の向上に努めます。
4. 常に医療技術の研鑽と知識の習得に努め、安全で良質な医療を提供します。
5. 私達は、理念達成のため、健全経営の維持向上に励みます。

患者さまの権利

当院では、患者さまと信頼関係で結ばれた「患者さま中心の医療」を行うことを目指しています。ここに「患者さまの権利と責任」を掲げ、これを尊重致します。

- ・ 安全で適切な医療を公平に受ける権利があります。
- ・ 人権とプライバシーに配慮される権利を有します。
- ・ 検査、治療、その他の医療行為に同意し、選択あるいは拒否することができます。拒否した場合においても不利益を生ずることなく、同様な治療を受けることができます。
- ・ 医療の情報を知り、セカンドオピニオンを受ける権利があります。
- ・ 精神保健福祉法等の法律に基づいた適切な手続きが保障される権利があります。
- ・ 患者さまは、以上のもと、治療上のルールを守り、医療を受ける権利があります。



一診療科目一

精神科 平日 AM 9:00~12:00
 PM 2:00~5:00
 TEL 0495-73-1611
 FAX 0495-73-1616

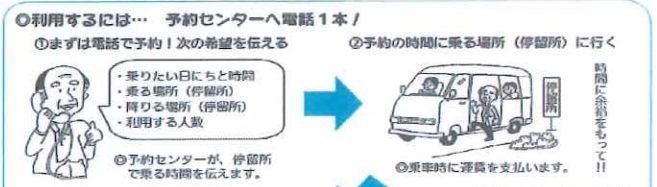
一診療時間一

休診日 土曜日午後・日曜日・祝日・祭日
 (土曜日午前)
 入院随時 各種保険取扱い
 完全予約制となっております。

はにぼん号・もといすみ号のご利用案内

はにぼん号・もといすみ号とは…予約に合わせて停泊所から停泊所まで送迎する乗り合いバスです。本庄北・児玉山間では9人乗り、本庄南・児玉市街地では4人乗りの車両が運行しています。

| はにぼん号(本庄北・本庄南・児玉市街地)の運行日時 | |
|-------------------------------|--|
| 月~土曜日 (日曜・休日・12/29~1/3は運休) | 午前8時~午後5時 ※最終乗車時間は午後5時 |
| もといすみ号(児玉山間)の運行日時 | |
| 月~土曜日 (日曜・休日・12/29~1/3は運休) | 午前8時~午後5時 ※送迎として、午前7時05分(いろは環状線発)・午後6時10分(児玉中学校発)の運行をしています。席に余裕がある場合、予約のうえ一般の人々も乗車できます。 |



予約センター
 ☎0495-21-7797
 営業時間 午前8時~午後5時
 (日曜・休日・12/29~1/3は休み)

注意

- ・予約状況により、希望に沿えない場合があります(先の予約が優先されます)。
- ・降りる場所を利用するときは、行き予約と一緒に、予約することをオススメします。
- ・ほかのお客様も乗り合わせます。時間に余裕をもって、予約してください。

■予約できる日(予約センター休業日は除く)
 利用日の前週の月曜日から利用日当日

例:ある月の19日曜日に利用したい場合は、下記のとおり、7日曜~19日曜の予約センター営業時間内に予約してください。

| | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 7日 | 8日 | 9日 | 10日 | 11日 | 12日 |
| 13日 | 14日 | 15日 | 16日 | 17日 | 18日 |
| 19日 | | | | | |

※キャンセルする場合は、必ず予約センターへ連絡してください。

編集後記

ようやく暖かくなり、各地で花の便りが聞かれる頃となりました。しかし今年の春も例年通り、スギ花粉が多く飛んでいます。体調が悪いと花粉症の症状は悪化するそうです。バランスのとれた食事を規則正しく摂取し、規則正しい生活で十分な睡眠をとり、お出かけ時は万全の対策で出かけましょう! 今年も患者さまとお花見が楽しみです!

編集発行

2017年4月

医療法人(社団)明雄会 本庄児玉病院

広報誌グループ

〒367-0212 埼玉県本庄市児玉町児玉 720

Tel. 0495-73-1611 fax. 0495-73-1616