

じんだい

第12号

発行：医療法人社団 欣助会 吉祥寺病院

2007.12.20

調布市深大寺北町4-17-1 ☎0424-82-9151



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



吉祥寺病院は自分が入院したい病院か？

副院長 渡辺 洋文

私は、これまで入院生活というものの経験は殆どない。医者になりたての頃に、急に熱が出て、引き出しの中にあった薬を手当たりしだいに飲んだら、薬が古かったのか…薬疹と肝障害で二週間位入院させられたのがもっとも長い入院生活だと思ふ。適当な病室の空きがなく、自分が勤務していた精神科病棟の個室に入院させられてしまったので、二週間の間病室から一步も出られなかった…というおまけつきだったが、普段観られないワイドショーや夕方のド

ラマの再放送を毎日観ることが出来たりして、あまり辛かったという思いはなかった。突然、入院しなくてはならなくなったご本人やご家族の心境を思いやるにはいささか心もとない経験でしかないが、入院期間が長くなりがちだったり、病状によって様々な行動制限が必要となるという、一般科とは一味違う精神科特有の入院生活について考えなければいけない立場になったときに、真っ先に頭に浮かんだのは、「もし、自分が入院するとしたら…」 「もし、自分の家

族を入院させるとしたら…」というキーワードだった。

自分が病院を選択する立場になったときに、何を基準にするのだろうか？

まずは、「大きな病院」「きれいな病院」などという、施設や設備の問題があるかもしれない。次に、「親切な対応」「優しい対応」など、職員の接遇の良し悪しも大切には違いない。しかし、これらの良し悪しは（大きなウエイトを占めているとは思いますが）、あくまでも入院する以前の問題でしかない。一般の患者様やその家族は、精神科の入院治療についての正しい知識やイメージを持っていることのほうが稀有であろう。いざ入院となれば、「どんな環境なのか？」「どのような治療を受けるのか？」などと様々な不安が湧き上がるのが一般的ではないかと思われる。その不安を出来るだけ解消してくれるような、丁寧な「説明と同意（インフォームドコンセント）」があったか、また、治療者が「ご本人やご家族の意向を取り入れながらともに治療計画を考えていこうとする姿勢」をもっているか否かということも病院選びの大切な要素になるのだろう。

しかし、これらの事柄は一般科にも当てはまる問題であり、病院を選ぶに当たっての精神科特有の基準とは言えない。いざ、精神科に入院したとしたら、一般科と何が一番違うのだろうか？…精神科で入院時にお渡しする「お知らせ」には、「治療上の必要があるときには、行動制限を行なうことがあります」と書かれている。精神科では、病状によって患者様自身の、また他の患者様や職員の「安全」を守るためには（また、治療的方策の一つとして）、この「行動制限」が大なり小なり必要になることは否めない。この、「安全・安心な治療環境」というのも、病

院選びの大きな要素となりそうである。「安全」のためには「行動制限」は致し方ないという考え方にも一理あると言えるのかもしれない。

確かに、適切な「行動制限」が「安全」な治療環境を提供し、治療がスムーズに進むことになれば、それは患者様の利益につながることになると言える。しかし、我々職員は「精神科で行動制限は当たり前…」と考えがちだが、ご本人、ご家族は、「行動制限」が少なからず「快適」な治療環境を損ねていると感じられていることもあるのではないだろうか？また、「行動制限」を拡大していくことによって、事故を未然に防ぐことは可能になるかもしれないが、それは逆に、それぞれの患者様が持っている問題点（症状の個別性）が見えなくなってしまうという治療的なマイナス面ともなりうる…ということも忘れてはならない。

「もし、自分が入院するとしたら…」「もし、自分の家族を入院させるとしたら…」と考えてみると、この「安全」と「快適」という一見相反する問題が、精神科における病院選びの大切な要素と言えそうである。そして、この「安全」と「快適」のいずれもが、ないがしろにできない問題であり、職員全体が問題意識を共有し、今後とも取り組んでいかなければならない問題なのではないだろうか？…と思う。

もし、私が吉祥寺病院に入院することになったら…やっぱり制限は嫌だと思う。でも、制限しなければならない時には、なぜその制限が必要なのか…その訳を教えてほしい。「規則だから…」とか「先生の指示だから…」とかじゃなくて…「治療に、こんな風に役立つんだよ…」って言われれば、がんばって我慢できるかもしれないから…

訪問看護について

外来看護師長 富山 静子

私が訪問看護に携わってから1年が過ぎましたが、昨今国の施策として退院促進が進められ、当院でも社会復帰に向けた動きが活発になっています。訪問看護の対象である長期入院患者様は地域で生活する能力を奪われているため、生活が円滑に行くように支援することが大切になります。

退院が予定されるとまず、

- 住まいを探す
- 日用品や電化製品を購入する
- 日中の過ごし方（作業所に通う、デイケア、ナイトケアの利用など）を決める
- 必要な諸手続きを行なう
- 服薬の自己管理の訓練をする
- 通院の際の交通手段の確認をする
- 食事をどうする

など解決しなければならないことが多くあります。入院生活では受身でありましたが、退院すれば誰かがやってくれたことをすべて自分でやらなくてはなりません。

退院が具体化すると、関係者でカンファレンスを開きます。主治医、看護師、退院後訪問看護に携わる看護師、PSW（精神保健福祉士）、OT（作業療法士）地域の支援団体、作業所やグループホームの関係者、時には患者様本人や家族、などで退院後の生活や訪問看護の方針が決まります。また患者様によっては退院前の試験外泊時から訪問看護を始めます。

患者様により訪問看護に求めるものがちがいます。たとえば話し相手、部屋の片付け、内服薬の相談、糖尿病・高血圧などの合併症のフォロー、生活費管理の相談などです。

私が訪問看護時に心がけていることは

1. 自分の考えを押し付けない
2. とにかく話を聴く
3. 多くのことを要求しない

等でとにかく患者様に信頼してもらえることが一番です。患者様に受け入れてもらえなければ、玄関の扉を開けてもらえません。

訪問看護は定期的に患者様の生活の場を訪れ、そのときの状態に合わせた声かけを行なうこと、患者様がSOSを発信できるような関係をつくる大切だと思います。現在訪問の対象患者様は約70名で、訪問場所は自宅、グループホーム、作業所などです。訪問は看護師、PSW、OTなどの職種があたっています。4月からは訪問件数が増え1ヶ月に延べ100件を超えています。

患者様の中には転倒して歩けない時にもSOSが発信できない方もいて、訪問看護の重要性を知りました。また話し相手として訪問を心待ちにしている方も何人もおられます。生活費を使いすぎてしまうのでどうしたらよいかの相談も受けました。「お金のこと、相談する人が誰もいない。」と言っておられました。そこで1ヶ月の目標を作って取り組むようにしたところ、次の訪問時には目標が達成できていました。「できたじゃない！」と私が言ったときの患者様の笑顔は忘れられません。

今後はますます訪問看護の需要は増えると思います。多くの患者様が地域で普通の生活が維持できるように訪問看護スタッフで協力し合いながら支援を続けたいと思います。

新人コーナー

①吉祥寺病院で働き始めて

医師 YS

4月から右も左もわからないまま吉祥寺病院での勤務が始まりました。今まで処方していた薬とは異なる薬の種類に戸惑い、一人当直や外来など初めての経験でした。当直も外来も経験はしていても科が異なるため全く予測がつかず再び一からのスタートでした。

まず、働き始めて患者様と接して気づいたことは病院によって精神科の患者様の雰囲気も異なるということでした。おかしな話ですが私にとって吉祥寺病院の患者様が癒しになっています。インタビューの際「こんにちは、よろしくお願ひします。」とおじぎをしていらっしゃる患者様。病棟に着くと遠いところから「こんにちは、こんにちは」と声をかけて下さる患者様。いつも同じところに座っている患者様。しかし、外来やご家族の方とインタビューをするとそんな患者様を取り巻く環境は甘くないことを突きつけられます。外来や病棟で患者様のご家族がわざわざ主治医が変わったためご挨拶にいらっしゃって「よろしくお願ひします。私はこの子より1日でも長く生きたいと思っています。」とってお腰を曲げながら外来や病棟を出て行かれます。この現実から少し離れて1日の終わりに彼らの顔を見たり、思い浮かべたりして時々一人で微笑んでしまいます。

そして素人同然の私はスタッフの方々に助けられています。病棟をはじめ、外来、PSW、

OT、薬剤師、事務の方々などです。まず病棟、外来では処方箋の書き方や指示の出し方から始まり、紹介先の見つけ方、処方のアドバイスまでいただいています。

さらに内科や外科などとは違い客観的な指標が少ないため精神療法の際に病棟、外来のスタッフの情報はとても重要でインタビューや治療方針を決定することに役立っています。

精神科であるが故に特にお世話になっているのがPSWのスタッフです。精神科以外で働いていた時から書類を渡されるたびにがっかりしていましたが、やはり精神科は書類の量がさらに多く、その種類に驚きました。同時に精神科の患者様を取り巻く様々な社会とのかかわりを毎日勉強させていただいています。

最後に、周囲に緑が多く、毎朝半分夢の中で通勤していますが病院のそばに来ると緑の香りでだんだん目が覚めてきます。そのような環境で院長先生をはじめ医局の先生方には大変お世話になっています。私が「〇〇という方なのですけれど、」と相談を持ちかけるとインタビューのポイントや処方箋のことなど忙しい合間を縫って答えていただいています。この経験を無駄にしないよう1つでも多くのことを吸収していこうと思います。



②精神科看護師を目指す理由

看護師 KO

今まで、看護師として一般病棟で勤務し、身体的なケアを中心に看護の実践をしてきました。一般科では、病気や怪我を患っている方など様々な患者様を見て来ました。そのような中で、患者様の日常を援助してきましたが、忙しく働いているときに患者様からの病気やこれからの将来のことについての不安などを訴えられたときに、忙しさを理由にしっかりと見てあげられていないのではないかとということに気づきました。

身体的看護については、患者様の身体や疾患についての理解を教科書や参考書から得ることでエビデンスにもとづき、看護していくことが

できます。また、社会的看護については色々な法改正や新しい職種も増えているためそのような場所や人たちから勉強していくことができますが、心のケアや精神のケアはどのように勉強していけばよいのか私には分かりませんでした。実際、一般科に属していた頃にも、鬱病や統合失調症に罹患している患者様が内科的疾患や外科的・整形外科的疾患のために入院されたことがあり、看護実践をしたという経験がありますが、患者様の疾患や身体に対する看護実践は出来ていてもその人





をケアすることは出来ていないのではないかと
思ったことが何度もあります。

看護とは、まず患者様の立場に立ち、受容する
ことと共感することが大切だと私は思ってい
ます。が、その受容と共感とは一体どういうこ
となのか、何をもって受容したこと、共感した
ことになるのか、また、受容と共感を自分自身
が持てることにより、患者様の不安や不満が少
しでも解決することができるのか、受容と共感
を得るための方法とはどのようなことなのか
等、さまざまな疑問が出てきました。そこで、
私は精神科看護や心理的援助について色々と勉
強がしてみたいと思うようになりました。

精神科疾患には、薬物療法が主となっていく
ようですが、患者様を支えて、患者様と一緒に
悩み、一步一步進んでいけるように援助するの
は看護師の大きな役目だと私は思います。また、
そのような関わりは精神科看護だけではなくど
のような看護場面にも通用する技術だとも思い
ます。人間対人間の看護の在り方・看護そのも

のの在り方についての追求に繋がるのではない
かと思っています。

私は吉祥寺病院に来る前まで心理学や精神看
護学の勉強を積み重ねてきましたが、心理的疾
患・精神的疾患に苦しめられている患者様に対
する直接的な関わりをしたことがないため、吉
祥寺病院で実践経験を重ね、より高い知識と技
術を身につけたいと思っています。人間の精神
構造についてはまだまだ未知なところもあり、
エビデンスに基づく看護はなかなか厳しいよう
ですが、少しずつでも患者様のための関わりを
実践できていけたらと思います。

そして、私が看護に必要だと感じている身体
的側面・心理、精神的側面・社会的側面を考慮
しつつ自分自身が求める看護を追求して行きたい
と思います。

まだまだ、未熟な私ですが、これからいろい
ろと勉強していきたいと思っていますので、よろ
しくお願いします。

③ よろしくお願ひします

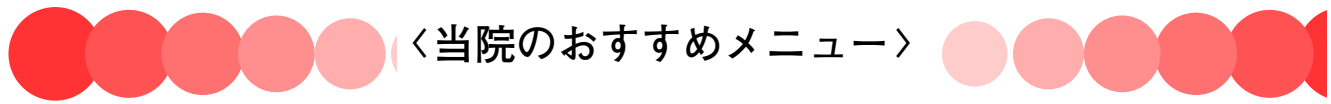
精神保健福祉士 KN

はじめまして野村和美と申します。今年の3月に大学を卒業し、4月に吉祥寺病院に入職しました。現在はA2病棟担当の相談員として患者様やご家族と、経済面の相談や退院の調整などを行っています。私が精神保健福祉分野を学ぼうと思ったきっかけはとても単純なことでした。大学2年の終わりに進路を考えなくてはいけない時、自分の中で色々と辛いことが重なり何もしたくない、決められないという時期がありました。何をしたいかわからなくなった時にたまたま精神保健福祉分野の教授と話をする機会がありました。そしてその教授の話を聞く姿勢や考え方にとても惹かれるものがありこの分野について学んでみようと思ったのです。それまで精神障害について全く知らなかったもので、少し怖いと思う部分もありました。しかし様々な機会を通して当事者の方と会っていく中で、障害を持っていても、社会がもっと変化すれば豊かに生きていける方たちがたくさんいるのではないかと思いました。そしてさらに福祉を学んでいく中で人と環境の相互作用に働きかけるといふ精神保健福祉士の視点に興味を持ち、この仕事をしたいと思いました。精神保健福祉について学ぶ前は、障害者に対して、障害の部分だけに視点をあてて見ていました。私は、障害者に対してだけでなく、普段の生活の中でも何か問題があると1つの原因ばかりに焦点をあててしまい、人と環境の両面から問題を捉えることに気付けずにいました。

そういった中で私が病院を選んだのはどのような方が治療を必要としているのか、どのよう

な方が再発をしているのか、どのような状態であれば退院になるのかを見て、PSWに求められる介入は何かを考えていきたくからです。入職して半年がたちましたが、1番実感したのはチーム医療がいかに大切かということです。教科書の中でのチームでの関わりというのが実際に現場に出て初めて分かりました。医師・看護師・作業療法士などそれぞれが違う視点で関わることによって患者様の問題点・評価する点がより明確になり、方向性や社会復帰を考えていくうえでとても大切なことだと分かりました。しかし今はまだ自分の職種の専門性がはっきりと見えぬような視点で考えていけばいいのか模索中です。働くようになってから学生の時以上に精神保健福祉士とは何かという事を考えるようになりました。今後、多くのケースをこなしながら、専門性を身につけていきたいと思っています。当院は、患者様の社会復帰の為に早くから様々なことを取り入れている病院で、SSTやデイケアなど相談室の方々が関わって作りあげてきたものだということを知りました。そのような良い点をこれからもどんどん伸ばしていけるように私も関わっていけたらと思います。また、地域に住んでいる方々が精神疾患にかかった時にいつでも相談にこられるような病院を皆さんと一緒に作っていきたく思いますので、これからもよろしくお願ひします。





蒸し鶏 きのこソースかけ

1人分 (分量)

}	鶏切り身	70 g (2つ切)
	塩	少々
	コショウ	少々
}	人参	20 g
	干し椎茸	2 g
	しめじ	20 g
	えのき	20 g
A }	砂糖	3 g
	醤油	7 g
	片栗粉	2 g



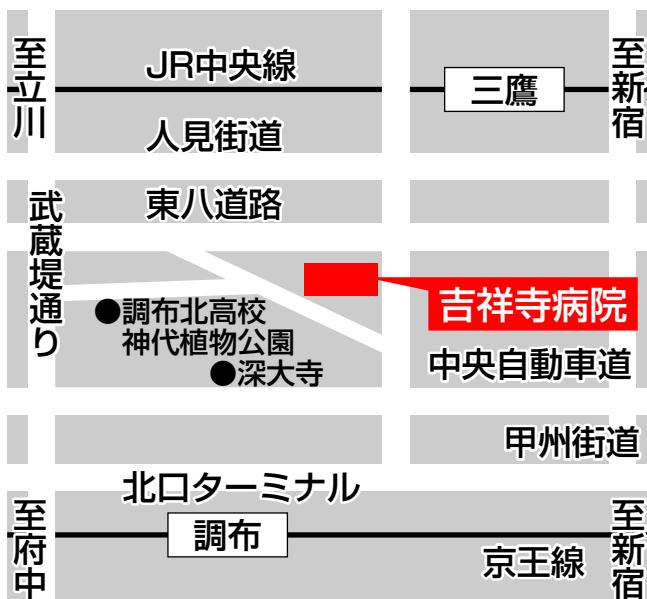
作り方

- ①鶏肉は塩・コショウして蒸す（電子レンジでも良い）
- ②人参ときのこと水少量をなべに入れて煮る
材料がやわらかくなったらAの調味料を入れて味付けする
- ③蒸しあがった鶏肉を皿にとり、その上にきのこソースをかける

ポイント

- ①きのこソースは、鶏肉の他、魚やハンバーグ、豆腐類などどんな物にも対応できる
- ②野菜やきのこは、他の種類でも良い
- ③鶏肉を蒸した時に出るスープはコラーゲンたっぷりなので、味付けしてスープにすると良い

※きのこは免疫力をアップさせるのに効果的である為、寒くなるこの季節にしっかりとっておきたい食品である



■吉祥寺病院住所／調布市深大寺北町4-17-1

〈編集後記〉

編集会議で「早く春が来ないかな」といったら、「冬もまだなのに」と笑われてしまいました。しかしあつという間に冬本番。寒さに負けずに冬を乗り切りましょう。

今号から編集スタッフが交代しました。未経験者の集合体。皆様のご意見をお待ちしています。
(K)

多忙な毎日なのに、快く原稿依頼に応えていただいた皆様、本当にありがとうございました。(Y)