10月

2018年

みやま

第245号

病院理念
『患者さまの不安をとること』
当院の基本方針
「地域に根ざした安心できる医療」
「精神科医療の充実」
「老人医療」医療と福祉の結合

病院目標『時代が求める価値ある病院づくり』～ネットでつなごう医療の和～

医療法人社団　光生会　平川病院
〔ホームページ〕http://www.hirakawa.or.jp/　〔e-mail〕hhsp1966@violin.ocn.ne.jp

平成３０年度　平川病院「文化祭」の様子　（平成30年10月12日・13日）

「人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン」について

以前は、高齢化社会とか、超高齢化社会などと言っていましたが、今は高齢多死社会という言葉が使われています。我が国の死生観については様々な考え方があり日ごろ、私達も悩むところです。報道によれば、厚労省で昭和62年以来4回行われてきたとのことです。もう食べられなくなった状態に胃ろう、中心静脈栄養などの医療行為を行うことは諸外国では虐待であるという批判がありますが、それでもどんな方法でもとにかく生きていてほしいと願う家族の気持ちも痛いほどわかります。一方で、入院もしないで施設でお看取りしてほしというご家族も増えています。国民的なコンセンサスがないまま、30年以上も議論だけが続いてきたようですが、今年、厚労省がガイドラインとして初めて公表しました。概要は以下の通りです。

病院における延命治療への対応を想定した内容だけではなく、在宅医療・介護の現場で活用できるよう、 医療職だけでなく介護従事者が含まれることを明確化。また、心身の状態の変化等に応じて、本人の意思は変化しうるものなので本人の意思が繁栄されるよう日頃から繰り返し話し合うこと。さらに、本人が自らの意思を伝えられない状態になる前に信頼できるご家族（単身者の場合は家族等の親しい友人等）と繰り返し相談し、その都度文書にまとめておくことなどが記載されています。

当院でも、これを踏まえて、体制を強化していこうと思います。最後を迎えることというのは少し宗教的な考えも必要かと考え、八王子のお寺のご住職にも相談し、場合によっては、ホスピスの神父さんのように、患者さんやご家族にも会っていただけるような仕組みを作っていこうと思います。最後まで、人として大切に、幸せに過ごせるように、そしてご家族様にもご納得いただけるように努力していきたいと思います。

院長　平川 淳一

【表紙】院長挨拶【Ｐ２】病棟たより（南2病棟）【Ｐ３】検査科から【Ｐ４】地域生活支援科より【Ｐ５】急性期病棟入院患者様の診断分類及び精神機能健康度【Ｐ６】こころの扉【Ｐ７・８】急性期スタッフの仲間力【Ｐ８】電話の保留音を変更しました・東３、４病棟 家族懇親会のお知らせ

入職して半年が経ちました ～患者様との関わり～

4月から平川病院へ入職し早半年が経ちました。新入職オリエンテーション後に急性期病棟へ配属され、忙しいイメージのある急性期ですが、チームワーク良く和やかな病棟です。先輩方は病棟業務や患者様との関わり方など、丁寧に時折ユーモアを交えながらアドバイスされ楽しく業務に取り組めています。急性期では私を含め3名の新人が入職し、共に日々切磋琢磨し、同期ならではの悩みを言える仲間として大切な存在となっています。

日々の業務の中で患者様から力を貰う場面もあります。病棟内では患者様達が作業療法でカラオケやＷｉｉＵでダンスゲームなど楽しまれていて、時々こっそり覗き見すると画面とリンクして踊ったり、１テンポ遅れて結果の点数を見て悔しがっている姿など、夢中になっている姿がとても一生懸命で輝いて見えました。「すごく難しいけど皆より高い点数取れたよ」「若い子には負けちゃうよ」と笑顔で楽しそうに話され、次は何の曲で踊るのか、歌うかなど一緒に考えることが楽しみになっています。見ていたことを伝えると「見てたの？恥ずかしい」と照れながら返答されますが、ダンスや歌について患者様それぞれが何を好きなのか知ることもできます。何よりコミュニケーションが図れるため患者様の背景を知るきっかけになる事も学ぶことができました。

４月頃は新入職員ということもあり患者様から「大丈夫、すぐ慣れるよ」、「新人さん頑張れ」と応援して下さる時もありました。今でも「夜勤始めたの？頑張って」と声を掛けてもらい、とても嬉しい気持ちになり、私にとってこの言葉は大事な元気の源になっています。

入職してまだまだわからないことも多く、迷ってしまう時もあります。しかし、患者様のために何ができるか、病院の理念である「患者様の不安をとること」には、患者個別に応じて何が必要なのかを常に考え、患者様の退院支援に繋げていけたらと思います。

同僚と（筆者：左）

南２病棟　看護師　今田 有香

入職から４ヶ月たちました

検査科から

５月に検査科へ入職しました吉田彩乃です。
入職をして４ヶ月経ちましたが、まだまだ分からないことも多く上司や先輩に病院のことや検査のことを教えてもらい日々勉強させていただいております。

入職したての頃は、初めての精神科の病院勤務でしたので緊張していましたが、院長先生から「大丈夫？」と声を掛けていただき、上司や先輩、他職種の職員の方からも「慣れてきた？」「焦らなくていいよ」と言っていただき、とても優しい職場と安心したことを覚えています。
先輩方の検査の行い方、看護師の方たちの患者様への接し方を見習って、私も入院中不安でいっぱいの患者様への検査で安心して検査を受けてもらいたいと思いつつ、心電図に伺うと患者様から話しかけていただき、先生方のことや病院のことをいろいろお話していただくうちに逆に私のほうが患者様方から笑顔にさせていただきました。

検査科では検体検査・心電図・脳波・超音波検査・肺機能検査・内視鏡検査補助と様々な業務があります。
私にとって平川病院で初めて行う検査もあり毎日が勉強の連続です。
今は心電図や脳波を主にやらせていただいているので、外来・入院患者様方と会う機会が増えたことはとても嬉しく思います。後々は全ての検査に関わっていけたらと思います。

平川病院では院内の勉強会や外部の研修会に行かせていただいたりと、学ぶ機会をたくさんいただけているのでそれに答えられるように、日々学ぶことは多いですが１日でも早く多くの検査に関われるように一生懸命頑張っていきますのでよろしくお願いします。

中央検査科　臨床検査技師　吉田 彩乃

健康診断受けていますか？

地域生活支援科より

健康に関するテレビ番組が毎日のように流れており、世の中の健康に対する意識が高まっていることを感じます。いつまでも健康に暮らしたいというのが皆の願いでもあるかと思います。しかし、食習慣、運動習慣、喫煙、飲酒など、日々の習慣が知らず知らずのうちに私たちの体をむしばんでいるかもしれません。こうした習慣の積み重ねによって、引き起こされる生活習慣病は、日本人の死亡原因の5割を超えています。この生活習慣病を早期に発見し、改善を図るためには、毎年の特定健康診査を積極的に受診することが重要です。

当院外来において今年度から大腸がん検診も行えることとなりました。（大腸ファイバーは実施していません。）その他には、メタボリックシンドロームに着目した健康診査、肺癌検診、肝炎ウイルス検診があります。八王子市では平成30年度は6月1日から開始されています。八王子市市以外の方はお住まいの市町村にお尋ねいただければと思います。

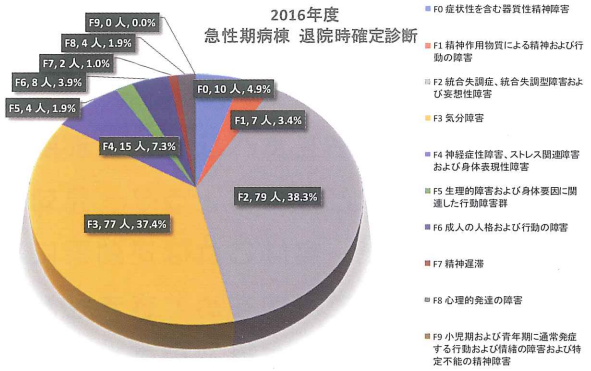
訪問看護でも健康診断をお勧めしています。しかし、当院以外へ受診しなければいけない乳がん検診や子宮がん検診、また、他院での検査が必要な場合は行き慣れていないこともあり不安になるかと思います。当院訪問看護では健康診断についての相談も受けています。どんな検査なのか？検便の採取はどうやって行えばいいのか？検査の準備は、朝食べてきていいのか？交通手段は？どうやって予約をとればいいのか？など困ったことがあれば訪問看護でご相談ください。

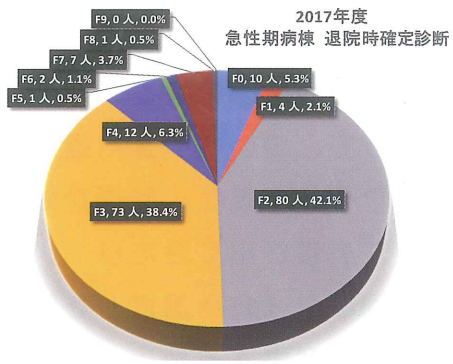
今年は特に暑い夏でした。ようやく涼しくなりほっとしているところかと思います。寒くなるとインフルエンザ、ノロウイルスと感染症の時期となります。
『手洗い・うがい』を行い健康管理していきましょう。

外来・訪問看護　主任　高木 路子

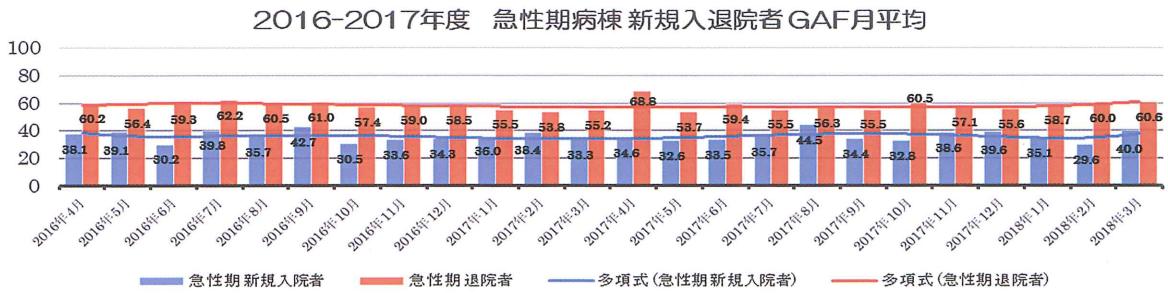
急性期病棟入院患者様の診断分類及び精神機能健康度

今月号では、ICD-10（国際疾病分類）による当院の入院患者様の診断の比率をご紹介します。今回のデータは当院において入退院が一番多い急性期病棟の2016-2017年度データです。年度途中ですので、最新が昨年度データとなりますことを御容赦ください。





急性期病棟に入院される患者様の多くはF2（統合失調症とそれに類する精神障害）、F3（気分障害）の診断に該当する方が多く、ここ2年では急性期病棟への新規入院患者様のおよそ75%～80%を占めています。そのため、急性期病棟の全体的治療的構造はこれらの診断に当てはまる方を標的に作られており、他の診断に該当する患者様には個別のアプローチで対応する形となっています。当院では、F0（器質性精神障害）に関しては認知症治療病棟が、F1（精神作用物質による障害）に関しては、アルコール病棟がそれぞれその入院治療に関してメインの機能を果たし、同様にその診断群を標的とした病棟の治療構造が作られています。



急性期病棟　GAF 年度平均

	2016 年度	2017 年度
新規入院者	36.0	35.9
退院者	58.3	58.5

次にお示しするのは、各月の新規入院患者様、退院患者様のGAF（機能の全体的評定）のデータです。GAFは症状に加え、心理社会的機能や状態が考慮された健康度であるため、入院治療を終えたのみでGAFが100（満点）に該当することはほぼありません。急性期病棟を入退院する患者様の平均GAFは各月ともさほど大きなばらつきはなく、一定の精神的健康の回復を示していることがわかります。

上記のデータから、2016、2017年度とも当院急性期治療病棟は安定した治療実績をあげているといえます。今後の課題としては、退院者のGAFをいかに上げていくかという点が挙げられるでしょう。簡単なことではありませんが、当院はチャレンジを続けて参ります。

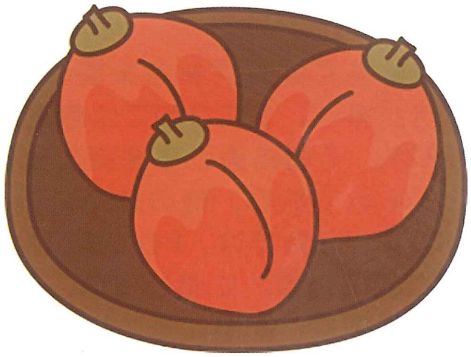
医療の質向上促進委員会

こころの扉 その194 ～お菓子を我慢するには？～

みなさん、こんにちは。涼しい風が吹くようになり、すっかり秋の気候になってきましたね。

さて、秋といえば“食欲の秋”ですね。秋はさつまいもや栗、柿など、旬のものがたくさんあって、ついつい食べ過ぎてしまいませんか？そうすると、気づかぬうちに体重も増えてお腹が出てきたり…。

そこで今回は、「食べ過ぎ」を防ぐために、「おかしを我慢する方法」について心理学的に考えてみました。



ここでは、なるべく間食を我慢しているけどついお菓子を買って食べてしまうという行動に着目してみたいと思います。外に出ると、気軽に食べ物が買えるコンビニがたくさんあり、さらにテレビや電車の広告で頻繁にそれらの宣伝をしています。そうすると、ついCMで流れていた商品を買いたくなってしまったり、いつも行くお店でよく見るお菓子があるとなんとなく買ってしまったりする、ということがありませんか？これは、アメリカの社会心理学者、ザイアンスが提唱した“単純接触効果”が関係しているといえます。単純接触効果とは、何回も同じものを見たり聞いたりすることで、人はその対象を好きになる傾向がある、という効果です。これでお菓子を買いたくなる理由が少しわかりましたね。ではどう我慢したらいいのでしょうか？「CMを見ないようにする」などの対策だけでは少し難しそうなので、他にも考えてみます。

例えば、「お菓子を食べない」と部屋に張り紙をする事はどうでしょう？一見効果がありそうですが、実はこれは逆効果になる可能性があるのでおすすめできません。心理学では“思考抑制の逆説的効果”というものがあり、これを提唱するアメリカの心理学者、ウェグナーらが行った実験では、「白くまのことを考えないでください」と参加者に教示したところ、参加者はかえって白くまの事を考えてしまう傾向にあったのです。つまり「お菓子を食べない」と考えると、逆にお菓子について考えてしまうものなのです。これらをふまえた対策としては、なるべくお菓子を売っている場所に行かない、「三食しっかり食べる」と意識するなど“お菓子”というキーワードから離れて考えるという行動や思考が効果的だと思われます。

なかなか難しいですが、今回お伝えした知識を意識して、この秋は健康的な生活を送ってみましょう！

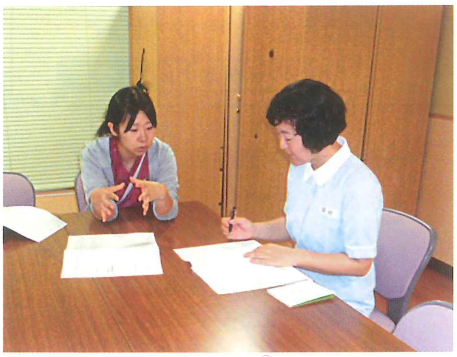
心理療法科　臨床心理士　小室 阿里紗

急性期スタッフの仲間力 ～インターンシップを通して～

「実習のときには見えないリアルな現場が見れて嬉しかった」以前インターンシップの受け入れをしたとき、学生に言われたことが忘れられない。実習指導に携わるようになって3年、実習指導やインターンシップで関わった学生の多くは臨床に出ている。私が看護学生だった10年ほど前は、同級生が全員高校を卒業したばかりだった。先日まで実習にきていた八王子市立看護専門学校3年生のうち、そのような学生は全体の1割だと聞き、看護や医療を取り巻く情勢も変化していることを実感する。そのような背景もあってか、同校からインターンシップにみえる学生はみなとても真面目で、素敵な人間力を持ち合わせている。8月24日にも、実習校である八王子市立看護専門学校からインターンシップの学生1名を受入れたが、保護室で点滴ラインの確保をする私の傍らで、患者さんの不安を感じ取り身体をさすって声かけをする学生の姿に心が温まった。

インターンシップとは、簡単に言うと職場体験である。臨床における実際の看護場面を見学し、ありのまま見て感じてもらうこと、自分の働く姿をイメージして看護師としての心構えや意欲を高めてもらうことが目的だが、卒業後の就職を視野に入れている学生も多いのも実情であり、昨年のインターンシップからも1名が入職に至っている。よって、毎度私はなかなか緊張することとなる。自分の知識・経験など準備不足から、患者さんや学生、病院の不利益にならないだろうかと危惧してしまうのだが、患者さんの協力はもちろん、急性期のスタッフは私の伝えられないところを上手にフォローしてくれるので、インターンシップでも実習指導でも学生はきちんと学ぶべきことを学んでおり、私の危惧は取り越し苦労に終わる。

ウォルト・ディズニーも、“どんなに優れた業績も、多くの人の手と心と頭に助けてもらってはじめて可能になる”と言っているが、主任という肩書がついた私にも、今までと変わらず注意したり支援したり相談にのってくれる仲間がいる。看護は感情労働であると同時に、日々時間内に終わらせなければならないケアに追われる多重課題の中にいる。今話題のコードブルーや救命病棟24時も分かりやすい命の現場だが、自傷他害の危機に瀕する患者さんや家族を素直でまっすぐに見つめ、頭に身体に汗をかき支援する、急性期もリアルな命の現場であると再認識させてくれることに感謝し、今後も最大限できる還元を患者さんやスタッフにしていきたいと感じるインターンシップであった。



南２病棟　主任　中原 世璃子

TOPICS! 電話の保留音が変わりました

先日、当院の電話設備を更新した際、標準の保留音ではなく、当院オリジナル保留音に設定いたしました。『癒し・希望をテーマに』と、作曲家の松野恭平さん（☞）に制作依頼したものです。

松野さんによると『一般的に保留音として使われることが多い電子音ではなく、生楽器の音色で作りたいと考え、ピアノと弦楽器を使用することに決めました。当初、弦楽器を多めに入れたバージョンだったのですが、病院長より「少々抑え目に」とご指摘をいただき、現在の形になりました（笑）』とのことでした。場合によってお電話をお待たせすることもあり誠に恐縮ですが、しばし、ご静聴いただければと思います。

事務部 総務課　藤川 敏男

☞ **松野恭平**さん　作詞家・作曲家・編曲家

フジテレビ系のドラマ「警視庁いきもの係」の主題歌
超特急が歌う『My Buddy』を作曲し、オリコンチャート１位を獲得

TOPICS! 東３・４病棟 家族懇親会のお知らせ

東３・４病棟の家族懇親会を今年も開催いたします。今年度は、お一人お一人のお話をより深めるために、病棟ごとに行ないたいと存じます。詳細は、10月に発送させて頂きますハガキをご覧ください。

テーマ：東３病棟「各職種に聞いてみたいこと・伝えたいこと」
　　東４病棟　ハガキをご参照ください
日　時：2018年11月24日(土)　13:15～15:00頃
場　所：各病棟内　機能訓練室
対　象：東３・４病棟に入院している患者様のご家族等

お問い合わせは、医療相談室の下山・市川、各病棟の師長・主任までお願いいたします。

当院は南多摩医療圏の地域拠点型認知症疾患医療センターです

東京都では、平成24年に指定された「地域拠点型認知症疾患医療センター」12ヵ所（当院含む）と平成29年11月迄に指定されている「地域連携型認知症疾患医療センター」40ヵ所、合わせて52ヵ所の医療機関において、認知症の人とその家族が安心して暮らせる地域づくりを進めています。
認知症に関するご質問がありましたら、各地域のセンターまでお問い合わせ下さい。
尚、センター指定状況や役割の詳細等については、東京都公式ウェブサイト『とうきょう認知症ナビ』でご確認いただけます。

とうきょう認知症ナビ　検索

編集後記

数年前にお菓子のカールが販売を終了し、今度はチョコフレークが生産を終えるという話を聞いた。売上減少というのが理由だが、スマホを見ながら食べる場合、手が汚れるお菓子は敬遠されるのが一因という。その話に追い打ちを掛けるように、若者たちの間ではポテトチップを箸で食べるのが主流になりつつあるという話を耳に‥‥。そんなの「おかしいだろう」と思っているのは私だけであろうか。（驚）

医療法人社団光生会 平川病院
東京都八王子市美山町１０７６
電話 ０４２－６５１－３１３１
FAX ０４２－６５１－３１３３
編集　平川病院　広報委員会
ご意見ご感想はこちらへお願いします
kouhou@hhsp1966.jp

HIRAKAWA HOSPITAL