2021年
6月 みやま
第277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

医療法人社団光生会　平川病院
本年の標語『学びと感謝を常に忘れず　医療に対し誠実な病院　～それが平川病院～』
〔ホームページ〕http://www.hirakawa.or.jp/　〔e-mail〕hhsp1966@violin.ocn.ne.jp

新型コロナワクチン接種について

当院でも、スタッフについては5月半ばからワクチン接種を行い、ほぼすべての職員の接種が完了しました。また、同時期から65歳以上の高齢者の接種が全国的に始まり、65歳以上の入院患者さんにはクーポン券が自宅に送られてきていると思います。新型コロナウイルスに感染した場合、高齢者や持病（基礎疾患）があると重症化リスクがあるため、ワクチンの優先接種の対象となります。基礎疾患としては、高血圧や糖尿病、喘息、肥満、心筋梗塞、心不全、腎臓の病気などに加え、精神疾患、知的障害も重症化リスクが高いとして明記されています。精神疾患患者さんへの接種は高齢者の接種の終わる令和3年6月末以降になるようですが、もう直ぐです。

報道で副反応のことが大きく取り上げられ、不安になる方も多いと思いますが、ファイザー社の新型コロナワクチン接種後に報告されたアナフィラキシー（重篤なアレルギー反応）は、2021年1月18日時点で、50例（9,943,247回中）で、100万回あたり5例と宝くじの100万円が当たる確率と同じくらいで、極めて低いと思います。ただ、ワクチンを打ったあとにくる、局所の痛み、筋肉痛は7.8割の人にでるようです。また、倦怠感、頭痛、発熱などは、1回目より2回目の方が多いようで、2回目では頭痛、発熱などは半数の人に、38度という高熱も4割くらいにでるとも報告されています。それでも、ほとんどの人は7日目には症状はなくなること、発生率は20歳代が最も高く、年代が高くなるほど低くなると報道されています。

当院で接種予定のファイザー社のワクチンはmRNA（メッセンジャーRNA）というもので、ウィルスそのものを接種するわけではないので、感染することはありません。ウィルスの中和抗体を作ることが目的です。癌や白血病、HIVなど免疫機能の低下している人のワクチン接種はかかりつけ医に相談が必要ですが、それ以外の人は是非接種することをお勧めします。妊婦さんへの接種も、日本産婦人科感染症学会・産婦人科学会から、「感染リスクが高い医療従事者、重症化リスクがある可能性がある肥満や糖尿病など基礎疾患を合併している方は、ワクチン接種を考慮する」と提言しています。コロナ対策の一つの大きな希望であるワクチン接種までたどり着きました。出口は見えてきた感じがしますが、国民のほとんどの接種が終了し、総理大臣が終息宣言をしてくれるまでは、引き続き、マスクや手洗い、ソーシャルディスタンスの確保は必要です。もう少し頑張りましょう。

院長　平川 淳一

【表紙】院長挨拶　【Ｐ２】病棟たより（Ａ２病棟）【Ｐ３】薬剤科から　【Ｐ４】地域生活支援室より
【Ｐ５】平川病院の心理検査実施と検査結果説明の取り組み　【Ｐ６】新入職医師の紹介

アルコールデイケアに参加して
～患者様と病棟スタッフの橋渡しとしてできること～

私が勤務しているＡ２病棟は、アルコール依存症、またはそれに関する身体的・精神的合併症をもった患者様が入院しています。HARPP（アルコール治療プログラムの平川病院版）への参加、体力を回復するためのリハビリを行い、退院していきます。アルコール依存症の完治はしないが回復する病気であり、一生付き合っていくことになります。私が勤務してからの２年間、何かが引き金となりスリップ（再飲酒）して入院する患者様を何人か看てきました。アルコール依存症の患者様は、自分の気持ちを表現することが苦手なので、私たち看護師に伝えられるようになるには、信頼関係を築くことが大切だと考えます。退院後に患者様が当院のアルコールデイケアに通う方もおり、地域でアルコール依存症を抱えながら生活を送る上で、スリップしてしまう引き金はどんな事なのか、退院後の生活がどのようなものなのかを知りたいと考えていました。

デイケア自体が初めての参加だったので、部屋に入った時の緊張感がありました。いつも通う病院なのに、異空間！でも、入院中に関わったことのある何人かの患者様の顔を見たら安心感が沸きました。自己紹介をすると、覚えているよと声をかけてもらい、嬉しい気持ちになりました。そこでざっくばらんに談笑している、入院中とは違う患者様の一

面を垣間見ることができました。また、女性の依存症（アルコール・摂食障害・その他の嗜癖障害）の入院をA2病棟で受け入れることになり、初めて女クロ（＝女性クローズド、女性の依存症患者のデイケア）に参加しました。

女クロでは皆さんが初対面でしたが、自己紹介してくれる患者様もいて、これからも女クロに参加して距離を縮められることができたらいいなと感じるひとときでした。

私の今までの経験で、再入院される時の患者様は身体的・精神的に落ち込んでいるように感じました。そんな時、あなたがいてくれてよかった、不安なことは相談してみようと表現ができる、そして安心して入院生活が送ることができるよう、デイケアでの患者様と過ごす時間を大切にし、普段の様子を病棟スタッフに還元できる橋渡しができたらと考えています。

A2病棟　看護師　太田 恵

筋肉注射での新型コロナワクチンを終えて

薬剤科から

当院では、職員向けの新型コロナワクチン接種２回目を５月下旬に終え、次の段階である65歳以上の患者さん向けの接種が始まったところです。この新型コロナワクチンは、普段から接種しているインフルエンザワクチンの皮下注射や点滴注射と異なり筋肉注射で実施する事になっております。実はこの筋肉注射、注射を受ける立場としては初めての経験という職員が多かったと思います。そんな状況であったので、筋肉注射って痛いのでは無いか？とか、インフルエンザと同じ皮下注射はダメなのか？等の声が聞かれました。そういう筆者も、子供のころに一回ほど筋肉注射（と今まで思い込んでいた）を受けて、それまでの注射の中で最も痛かった記憶があるのですが、それが実際筋肉注射だったか今となっては定かではありません…。そんな筋肉注射へのマイナスのイメージが先行する中での今回の接種となりましたが、実際に接種してみると思っていたものより針も細いし、針を刺された瞬間はほとんど何も感じないような状況でした。そのため、「あれ、中学時代の注射は筋肉注射じゃ無かったのかな？ 30年前の記憶だから思い込みだったかな？」とある意味拍子抜けでした。

実はこの筋肉注射、持効性抗精神病薬の注射薬に数種類ある薬剤です。持効性と言うのは効果が長く続くという意味で、種類としてはあまり多くないことや、内服薬の方が圧倒的に種類や選択の幅が広い事から患者さんにとってあまり馴染みのない薬剤です。しかし、この『筋肉注射の持効性抗精神病薬』の歴史は長く、日本では1980年代後半から使用され、どんどん進化を続けている薬剤です。現在では、患者さんと主治医、周囲の人たちがお互いに話をしながらどういった薬を使って治療を続けるか検討する上で、この注射薬も選択の一つとなっています。そこで考えなければいけない事は、今回我々が体験した注射薬の怖さや痛いのではないかと言う気持ちです。今回の経験は、患者さんの気持ちを考慮する必要も改めて感じさせられた良い体験となりました。

薬剤科　科長　大塚 晃弘

WRAP（元気回復運動）を通して見えること

地域生活支援室より

デイケアプログラムの一つである地域生活情報館は、病気や服薬、社会資源のことなどを勉強し皆で話し合うプログラムです。これまで心理教育的な側面が強く、スタッフが情報提供するという形になることが多くありました。ですが最近はメンバーの体験から生まれる知恵やアイデアをもっと活かそうと、WRAP の考え方を導入した運営を心がけています。精神科の地域生活支援領域ではリカバリー概念が普及しています。さらに当事者と専門職とがパートナーシップを結ぶ支援の形にも関心が集まっています。WRAP（Wellness Recovery Action Plan）もリカバリーに焦点を置いた当事者主体の回復活動です。専門職はその気づきを促進する手伝いができるように努めます。

WRAP は日常生活管理プラン（気分の良い時の自分とそれを維持するための行動を確認）、引き金に対する行動プラン（不調の原因となる状況や対処法の確認）、注意サインに対する行動プラン（いつもの自分と違う状態と対処法の確認）、調子が悪くなっている時の行動プラン（不調の状態と援助を求める内容の確認）、クライシスプラン（自身の力ではどうにもならない状態の確認とその場合の対処法を事前に準備しておく）、クライシスを脱したときのプラン（普通の生活に戻っていくとのに必要な注意点）の６つから成り立っています。デイケアに通所しながら地域で暮らしているメンバーは、この６つのプランに準じるような体験を多くしています。その大半は症状や障害、周囲から遅れをとったという焦燥感や自信の無さに満ちて、誰かの支援無しにやってこられなかったと考えている方もいます。しかし WRAP はその段階ごとに本人が意識的・無意識的に行ってきた全ての行為を元気につながる主体的な行動として位置づけます。

私は普段デイケアで看護師をしていますが、時々訪問看護にも行かせてもらいます。訪問看護でも WRAP を活かした研究・実践があります。様々な形で WRAP の考えを活かせたらと考えています。

Wellness ＝ 元気
Recovery ＝ 回復
Action ＝ 行動
Plan ＝ 計画

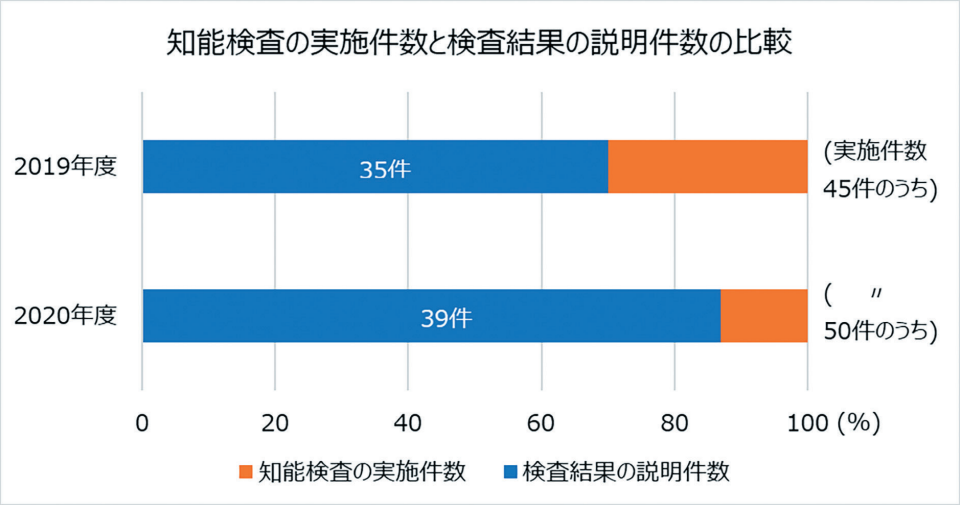
地域生活支援科 デイケア
看護師　田極 順子

平川病院の心理検査実施と検査結果説明の取り組み

２０１８年に発達障害の専門外来を開設し、現在、火・水曜日に専門医による診察を行っております。専門外来では、発達障害の相談、検査、診断、投薬治療を行い、必要に応じてデイケアプログラムへのご参加を提案したり、他機関との連携をいたします。また、診断や治療方針を決めるために知能検査をお受けいただくことがあります。知能検査ではお受けになった方の能力のバランスや問題解決能力などを測定することができます。そのため、検査結果は診断や知能指数を測定するためだけにあるのではなく、自分の能力の強み・弱み、生活の中で気をつけることを知る足掛かりにもなります。

しばしば、知能検査をお受けになった方々より「自分のことについてもっと詳しく知りたい」、「検査結果を忘れてしまわないか不安なので文書にしてほしい」、「職場や学校で検査結果を共有したい」とのお声があります。このご希望に応えるため、当院では検査結果の文書を作成して、公認心理師が丁寧に説明させていただく体制を整えております。これから発達障害専門外来の受診を検討されており、検査結果の説明をご希望の方がいらっしゃいましたら、是非ご利用ください。

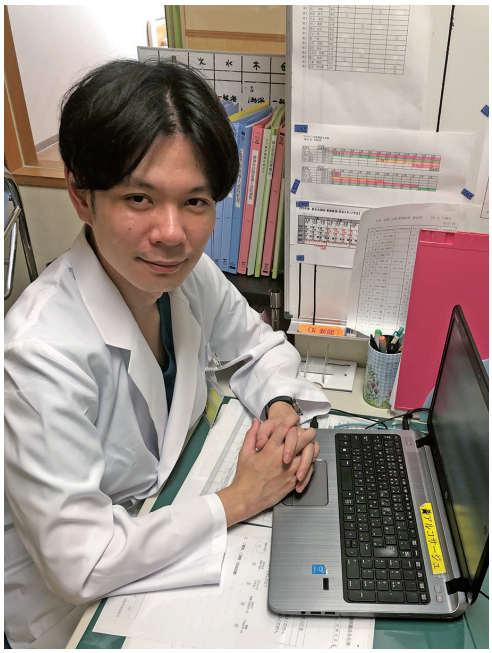
以下の表は、２０１９、２０２０年度に発達障害専門外来に受診された患者様に知能検査を実施した件数と、その検査結果を文書にて説明した件数になります。



ご覧の通り、発達障害専門外来に受診して知能検査をお受けになった患者様の大半が検査結果の説明をご希望されています。また、2020 年度はコロナ禍により知能検査の実施件数自体が減っておりますが、検査結果のご希望は年々増加しております。発達障害専門外来に来られるきっかけとしては、ご家族やお勤め先の勧めで受診される方が少なくありません。それでも、自分が発達障害かどうかだけではなく、自分の能力の特徴や生活の中で気をつけることに対する関心や課題意識を強く持たれている患者様が多いことを表しているとも言えます。そうした患者様の自己理解に役立てるように、心理療法科ではこれからも知能検査の実施からご説明まで丁寧に行わせていただきたいと思います。

平川病院　医療の質向上促進委員会

職員紹介（医局：阿久津 哲）

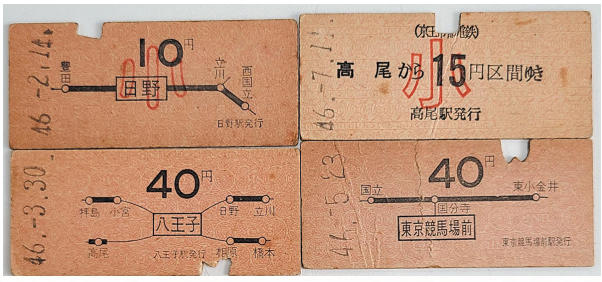


４月から平川病院に入職しました、阿久津哲と申します。当院では急性期病棟を担当しております。以前は都立の精神科病院で、精神科救急に従事しつつ、退院が困難になってしまった患者様の治療、ソーシャルワーク、地域移行支援をしておりました。我が国の精神保健医療福祉の施策が、入院生活から地域生活中心へと方針転換され 10 年以上が経ちました。当科では、薬物療法、精神療法といった「医療」だけではなく、地域の保健・福祉との連携が患者様の健康的な生活に大きく寄与すると考えております。平川病院に勤務させていただき、まだ日は浅いですが、平川病院は精神科の様々な治療が行えるだけではなく、リハビリテーションに力を入れている貴重な病院と感じております。当院に通院、入院される患者様ともに、治療と並行して、多職種と協力し地域と連携し、それぞれの患者様「らしさ」を損なわない生活を送れるよう努めて参ります。何卒よろしくお願い申し上げます。

医局　阿久津 哲

編集後記

シーズンオフやコロナ禍で野球がない時は、運動を兼ねてよく散策に行きます。昭和48年に廃線となったが、中央線の国分寺から東京競馬場前（廃駅）まで下河原線という路線がありました。現在は、府中駅の近くから現在の中河原駅方向へ跡地の多くは「下河原緑道」と呼ばれる遊歩道に整備されています。興味がある方は調べて見て下さい。レアな切符はいかが・・・・・元鉄道小僧でした(^^)



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