

2023/1

No. 34



医療法人 成精会

刈谷病院

Harmo-net
ハ〜モネット

2023年の刈谷病院 ～アフター・コロナに向かって～

新年明けましておめでとうございます。ご挨拶がたいへん遅くなりましたが、昨年4月1日をもって刈谷病院の事務長に就任いたしました濱島洋司と申します。

本年も刈谷病院をどうぞよろしくお願いいたします。

さて2023年最初のハーモネットの巻頭言ということで、紙面を明るい展望と抱負だけで埋めてしまいたいところですが、残念ながら今年も新型コロナウイルス感染症の話題に触れないわけにはいきません。

当院では昨年2月と8月に続いて11月にも院内でクラスターが発生し、患者さんとそのご家族にはたいへんなご心配とご迷惑をおかけしました。

3回とも院内各部門の連携と早めの対応によって長期化することなくクラスターは収束しましたが、日ごとに陽性の患者さんが増えていく様子を目の当たりにして感染対策を緩和することの難しさを改めて実感しました。

一方、欧米を中心とした諸外国はすでにアフター・コロナのフェーズに入っているようで、感染対策よりもコロナ禍で悪化した経済の立て直しが最優先の課題になっています。日本もアフター・コロナに向けて少しずつ動き出しているものの、慎重な意見が相変わらず根強く、やはり欧米のような一足飛びの転換は難しそうです。

また日本ではコロナに対して「正しく恐れる」ことが推奨されています。ところが情報量は多くても欧米の緩和策に追随した方がよいのか、あるいは次のパンデミックを意識してもう少し慎重な行動を続けるべきなのか、見解は統一されていません。コロナの研究は世界中で進んでおり、いずれウィズ/アフター・コロナのフェーズに対応した感染対策が示されるとは思いますが、とりあえず感染リスクを抑えるために何かしらの取り組みは続けなければならないでしょう。

当院では患者さんにマスクの着用や出入り口の手指消毒、窓口のパーティション越しでの対応など従来の感染対策に引き続きご協力いただいておりますが、企業の中にはこれに留まらず、デジタル技術を活用して業務の効率化を同時に進めているところもあるそうです。

このように企業がさまざまな取り組みを行っている中において医療機関の多くはもともと閉鎖的でデジタル化が遅れていると言われてきました。そのためコロナ禍においても大きなイノベーションはまだ起きていません。ただ高齢化と地方の過疎化によってオンライン診療の利用は増えていくでしょうし、ここ数年の間にはこれまでよりもはるかに高速で安定した通信網やブロックチェーンの技術が急速に普及するため、いよいよ医療の分野においても大きな変化が現れるので

はないかと期待しています。

近い将来、手術や特別な検査以外では病院に足を運ぶことがなくなり、仮想空間の中の病院で患者さんのアバター（インターネット上の自分の分身）が受診する、SF映画のような光景が見られるかもしれません。

こうした技術の発展は私たちの未来を明るくしてくれるはずですが、医療に関わる全てを機械的な技術だけに頼ることはできません。それに人と人との関わりを完全に代替できる技術の開発は今後も難しいでしょう。精神科医療の分野ではその弊害の方が逆に目立ってしまうかもしれません。しかし、たとえそうだとでもコロナのような未曾有の有事の際に適切な医療を提供するためには、まったく新しい技術や発想を取り入れていくしかありません。

2020年の1月に日本で最初のコロナの感染者が確認されて、とうとう4年目を迎えます。今年こそ「当たり前の日常」を取り戻して、2023年が「コロナ禍はほんとうに大変だったけれど、何とか乗り越えることができた。」と振り返って話せる最初の年になることを心から願っています。



事務長

濱島 洋司

ゆたかな心、こまやかな関わり、最新の医療

法人の理念

- ① すべての人に差別のない目、ゆとりのある態度で接すること
- ② 他者の立場にたった思いやりのある態度で接すること
- ③ 従来の自分たちの技能や実践に満足せず、常に検証と改善を心がけ、時代の要請に応えていくこと

法人の基本方針

- ① 丁寧な説明と意思決定のもとに医療と福祉を実践します
- ② 安心、安全な医療福祉環境作り積極的に取り組みます
- ③ 精神科救急を軸にした地域医療に積極的に取り組みます
- ④ 精神科リハビリテーションに積極的に取り組みます
- ⑤ 障害者の地域生活支援に積極的に取り組みます
- ⑥ 地域の医療機関、行政、福祉施設をはじめ、すべての社会資源との連携に積極的に取り組みます
- ⑦ 精神保健医療福祉についての啓発活動に積極的に取り組みます
- ⑧ 職員の研修と研鑽に積極的に取り組みます
- ⑨ 職員の健康維持と健康増進に積極的に取り組みます

刈谷病院 委員会特集

《栄養管理委員会の活動紹介》

『栄養管理委員会(給食委員会)』

栄養管理委員会(給食委員会)は、医師、看護師、管理栄養士、デイ・ケアスタッフ、給食委託業者が、病院給食の質の向上と患者サービスの改善を目的にし、活動をしています。

〈活動内容〉

嗜好調査の実施と結果報告(年2回)、食事内容の検討、食事提供方法の見直し、行事食・イベント食の企画、院内約束食事箋の見直し、栄養補助食品の検討、衛生管理、非常食、災害時の給食提供マニュアル確認などを行っています。



【土用の丑】



【デイ・ケア クリスマスイベント】



【ソフトクリームイベント】



病院給食では、病態や必要栄養量、適正な食形態、塩分量など、それぞれの患者さんに合わせた食事を医師の指示のもと提供しています。いろいろな制限がある中でも、患者さんの食事に対する満足度が上がり、なるべく喜んでいただけるよう、普段の喫食状況の確認や、嗜好調査の実施を行っています。

入院、通所している方々が楽しみにしていただけるような給食を目指し、美味しく安全、安心な食事を提供できるように取り組んでいきます。

(文責 管理栄養士 大石 眞琴)

知っておきたい精神科基礎知識

【大人の発達障害について】



●「発達障害」とは

発達障害は、幼少期から現れる発達のアンバランスさによって、脳内の情報処理や制御に偏りが生じ、日常生活に困難をきたしている状態のことです。得意なことと苦手なこと、能力の凸凹は誰にでもあるものですが、発達障害がある人は、その差が非常に大きく、そのために生活に支障が出やすくなっています。

こうした特性は見た目では分からないため、周囲はつい「本人の努力が足りない」と思ってしまいがちです。

●大人になるまで見過ごされることがあります。

発達障害のある人は、子どもの頃から集団に馴染めないということが起こりがちです。そのため、苦しい思いをしてきたという人も少なくありません。それなのに、なぜ大人になるまで発達障害があると分からなかったのでしょうか？

考えられるのは、周囲の環境や人間関係によってカバーされていた場合です。家族や先生、仲のいい友達といった限られた人間関係の中では、発達障害の特性も「個人的」ということで認めてもらえていたかもしれません。しかし社会人になると人間関係は複雑になり、いろいろな人とやりとりをしなければならなくなります。相手の表情や態度を読み取ったり、周囲に合わせて行動するなど、高度なコミュニケーション能力や社会性を要求されるようになります。そうした周囲からの要求の変化や高まりによって、社会生活に困難が起きることが考えられます。

ある研究によれば、ひきこもりの人たちの3割に発達障害があったことがわかりました。現在も発達障害に気づかないまま、苦しんでいる人たちは数多くいると考えられます。

●診断と治療

発達障害には、ASD(自閉スペクトラム症)、ADHD(注意欠如・多動症)など、それぞれ国際的な診断基準があり、児童精神科医が面談や検査を行いながら、時間をかけて総合的に判断します。他の精神疾患の診断と大きく違うのは、子どもの頃からの生育歴が重要ということです。現在の症状や困難さが子どもの頃の特性とどのように結びついているかを見極める必要があります。残念ながら、現状では、生育歴に関する客観的な情報なしに大人の発達障害の診断を確定することは極めて困難です。刈谷病院においても本人だけの診察で「大人の発達障害」についての診断は行っておりません。

治療については、主に薬物療法と生活療法の二つがあります。現在のところ発達障害を根本的に「治す」ことはできません。発達障害の特性とは、その人が生まれもった「ものの感じ方・考え方・行動の仕方」と深く結びついていて、それを根本的に変えることはできないからです。従って「治療」の目標は、不都合な症状を検討し、どうすればそれを減らせるかを様々なアプローチ(症状を緩和させる／対処法を身につける／環境を変える／周囲の人にサポートを求めるなど)で探っていくことになります。その過程では、医療機関だけでなく地域のさまざまな支援を活用することが必要になります。

●「苦手なこと」を理解する

確定診断はできなくても、発達障害やその傾向のある人が生活上の困難を軽減していく上では、「自分はどのような場面ですみずきやすいのか」について考えて、それを受け入れることが大切になってきます。自分の苦手なことが整理できると、具体的に何に気をつけたらよいか分かり、今後の対策を立てることができるようになります。苦手なことを完璧に克服することは難しいかもしれませんが、日々の生活における工夫によって、「障害」が「個性」の範囲に収まる可能性があります。

●学校や職場での工夫

発達障害のある人のうち、ASDの人は、耳からの情報処理が苦手です。指示が聞き取りにくかったり、長い説明が途中で分からなくなったりする場合があります。また、ADHDの人は、同時に複数の情報が入ってくると、どれに注意を向けていいのか混乱することがあります。

こうしたことに対する工夫・改善のポイントとしては以下のようなものがあります。

- 口頭ではなく、メモやメールなどの「文書」でひとつずつ伝えてもらうようにする
- 些細なことでも必ずメモを取る
- できるだけ一対一、できれば窓口となる人を限定して、対面で指示をしてもらう
- 図やイメージ、フローチャートなどを使った自分流のマニュアルを作る／作ってもらう

●発達障害があっても成長できる

発達障害がある＝発達しない、ということではありません。能力の凸凹が大きく、発達の早い部分と遅い部分がある、ということです。「ポジティブな経験」が沢山あれば、さらに成長できる可能性があります。

アメリカの大学教授で自閉症でもあるテンブル・グランディン氏は、「私は、人が目の動きで気持ちを伝え合うことを、50歳を超えたころに初めて知りました」と著書で述べています。周りの理解があり、自分の得意なことを伸ばすことができれば、いくつになっても成長は可能であること、さらに、不得意なことを抱えたままでも社会で活躍することは可能であることを、テンブルさんの人生が証明していると言えるでしょう。

参考: NHK福祉情報サイト「ハートネット」大人の発達障害

<https://www.nhk.or.jp/heart-net/hattatsu-otona/about/>

(文責 医師 平野 千晶)

令和4年度愛知県依存症治療拠点機関研修会開催

刈谷アディクションセンター

令和4年9月18日(日)19日(月祝)に刈谷市産業振興センターにて研修会を開催しました。今年度は5回目となるアルコール健康障害の医療従事者研修に加え、今年4月から治療拠点機関に選定された薬物依存症の医療従事者研修、新たに委託された支援者対象のアルコール依存症研修と、3つの研修会を同時開催しました。

県内から56名が参加され、講師・関係者36名と手厚い体制の中、ロールプレイや体験談を含むバランスの取れた内容となりました。2年ぶりの対面での開催で企画、準備も大変でした。当日は台風により公共交通機関に影響が出て、急遽東京からの講師がオンライン対応となりアタフタしました。スタッフ等多くの院内職員の力を借り、無事2日間の全日程を終え、参加者・関係者からは手応えを感じられると感想をいただくことができました。



文責 刈谷アディクションセンター 小島 伴子

令和4年10月14日、長年にわたる地域医療と児童精神科医療への功勞に対し当法人の平野千晶理事長が厚生労働大臣表彰を授与されました。



材料 (1人分)

- 無調整豆乳……………200ml
- 鶏がらスープ……………小さじ1/2
- ★酢……………小さじ2
- ★醤油……………小さじ1
- ★ごま油……………小さじ1/2
- 桜えび……………2g
- ザーサイ……………20g
- ◎パクチー……………適量
- ◎ねぎ(小ネギ)……………適量
- ◎ラー油……………適量

～簡単!台湾の朝ごはん～

鹹豆浆(シエントウジャン)

作り方

- ①桜えびは乾煎りし、ザーサイはみじん切りにする。
- ②器に★の調味料、桜えび、ザーサイを入れる。
- ③耐熱容器に豆乳、鶏がらスープを入れ、600Wで2分(沸騰直前まで)温める。
- ④②の器にゆっくりと流し入れる。
- ⑤お好みで◎のトッピングをして完成。



vol.33

お手軽! レシピ

ワンポイント

豆乳には幸せホルモンと呼ばれる「セロトニン」を作り出すのに必要な、トリプトファンが多く含まれています。朝食に食べることによって日中にセロトニンが作り出されます。また、桜えびには神経の興奮を鎮め安定させるカルシウムがたくさん含まれています。簡単に調理ができ、寒い日の忙しい朝にぴったりのレシピになります。



管理栄養士 岡田 彩花



患者さんの権利

- 人間としての尊厳が認められる権利
- 平等に医療を受けられる権利
- 十分な説明を受け、知る権利
- 医療を選択し、自己決定する権利
- 治療スタッフを知る権利
- 個人情報の秘密が厳守される権利

患者さんの責任

- 治療上のルールを守り、治療に参加する責任
- 治療上で必要な情報を提供する責任
- 医療費を支払う責任

編集後記

あけましておめでとうございます。今年も、コロナとの共存が避けられない日々が続きます。1日も早く、コロナ前の生活にもどれますように。

広報委員 鈴木

今年はいよいよこれ気にせず出かけられるといいなと思います。まだまだマスクとソーシャルディスタンスが必要…なのかな。

広報委員 神谷

神経科・精神科
医療法人 成精会

刈谷病院

編集・発行 /

〒448-0851 愛知県刈谷市神田町二丁目30番地
TEL (0566) 21-3511 FAX (0566) 21-3536
<http://www.kariya-hp.or.jp> 携帯HP / <http://www.kariya-hp.or.jp/i>



交通のご案内

- 車で
野田ICから車で10分
上重原ICから車で10分
無料駐車場 117台
- JR東海道線刈谷駅
南口より徒歩10分
- 名鉄三河線刈谷駅
南口より徒歩10分

