

# 真弓

MA

YUMI

September

2 0 1 7

9

PUBLIC INFORMATION PAPER OF UMEGAOKA

No, 81

医療法人圭愛会 日立梅ヶ丘病院





清水英之先生

# BPSDって何？

医師 清水英之

## BPSD とは

認知症の症状は、大きく記憶障害や、見当識障害、実行機能障害といった「中核症状」と BPSD に分けられています。BPSD とは **B**ehavioral and **P**sychological **S**ymptoms of **D**ementia の略で、認知症に伴う、行動症状や心理症状のことを示します。行動症状としては暴力、徘徊、異食、介護抵抗などが、心理症状としては不安、うつ症状、幻覚、妄想などが主な症状としてあげられます。

以前は「中核症状」に対して、「周辺症状」と呼ばれていましたが、認知症患者の QOL や、介護者の負担度は周辺症状による影響の方が大きいこと、レビー小体型認知症や前頭側頭型認知症の場合は、周辺症状と言われる症状の方が「中核」であるとも言えることから、「周辺」という表現が、必ずしも適切ではないと考えられるようになりました。

また、「問題行動」とも呼ばれていましたが、ここでいう「問題」とはあくまで介護者側からの視点であり、患者さん本人が問題を起こそうとして行動しているわけではないので、「問題」という表現も適切ではないと認識されるようになりました。このような背景から、近年は BPSD という名称が一般的になりつつあります。



## 対応・治療

まずは BPSD を適切に評価し、治療対象となる症状を明確にします。評価に関して国際的に最も広く用いられているのは NPI(Neuropsychiatric Inventory)です。これは主たる介護者に対して 10～15 分の面接を行うことによって患者さんの BPSD を評価する尺度です。

幻覚、妄想、異常行動、興奮など計 10 種類の BPSD の頻度・重症度を判定するものです。

その他 NPI の改定版として、介護者の負担度を評価する項目を追加した NPI-D や、面接ではなく質問紙によるアンケートで評価する NPI-Q など知られています。このような評価尺度を用いることで、BPSD をもらさず聴取出来るだけでなく、どの症状が介護者に負担を与えているかを知る事が出来るので、対応を優先すべき症候が明確になります。

また感染症、脱水、便秘など身体疾患が BPSD を悪化させているケースや、内服薬の副作用が原因で BPSD の様な症状を呈してしまうこともあるため、身体疾患の検査や処方内容の見直しも必要になります。

治療は薬物療法と、非薬物療法に大別されますが、まずは非薬物療法を開始し、効果が乏しい場合に薬物療法を試みる事が原則とされています。非薬物療法は音楽療法、自由に徘徊できる環境を作るなどの物理的環境調整、生活リズムを整え昼夜逆転を予防するといった時間的環境調整など多岐に及びます。

薬物療法は患者の苦痛や介護者の負担感、生活背景などを総合的に判断し、薬物療法の効果が期待される症状にターゲットをしばり実施します。

※医学講座シリーズでは、「聞いたことはあるけどよく知らない」、「病気について教えて欲しい」というようなご意見を伺いながらテーマを決めて、ご紹介しています。



## ひたちオレンジカフェ



作業療法士 佐藤邦彦

認知症カフェとは、認知症の方やその家族、専門職、そして地域住民など誰もが集まれる開かれた場所です。また、市町村、地域包括支援センター、認知症疾患医療センターなど公的な機関のほか、介護施設や一般住民なども企画して開催することができます。

日立市では、今年度より月に1回、各地域包括支援センター等を会場とした認知症カフェを開催しています。通称“ひたちオレンジカフェ”です。主な参加対象は認知症の方とその家族、そして認知症を心配している方です。私は、そのカフェに作業療法士の立場で関わっています。そして、誰もが参加しやすい雰囲気作りを心掛け、認知機能が低下していたとしても、楽しんで行っただけのような活動を実施しています。その中で、達成感を得ること、自信をつけるなどの気持ちやモチベーションへもアプローチしています。



本人と同伴で参加している家族の中には、思うように介護サービスに繋がらない上に、介護についての相談を誰にもできずに抱え込んでいるという家族も多くいます。そのような家族には、精神保健福祉士や保健師などの専門職が対応し、家族と一緒に対策を考えています。その他にも、認知症の方を抱える家族同士が話をする時間を設け、同じ悩みを共有する時間も用意しています。その場面ではお互いに励まし合い、アドバイスをし合うなどの良い刺激を受け、悩んでいるのは自分1人だけではないといった心強さを感じる家族も多くいらっしゃいます。

カフェの知名度は地域に浸透してきており、徐々に参加人数も増えリピーターとして毎回参加する方も少なくないです。認知症の方やその家族にとっては、カフェのように気軽に参加でき、地域で支える見本となる場所にすべく、作業療法士の立場としてこれからも微力ながら力になれると嬉しいです。

“ひたちオレンジカフェ”が、今後どのように発展していくのが楽しみです。



今後のカフェの日程は最後のページに掲載しています。



## 実習指導者となって

看護部 櫻村芳博



この度、平成 28 年度の実習指導者講習会を受講する機会を与えて頂きました。  
講習終了後、平成 28 年 11 月から茨城キリスト教大学看護学部 3 年次生の精神看護学  
実習の実習指導を担当させて頂きました。師長・主任および実習指導者の先輩達から貴重  
なアドバイスを頂きながら、実習指導者講習会で学んだことを活かしての指導であったと思  
います。看護師経験が浅い中で、このような貴重な経験をさせて頂いたことに感謝しております。

指導に当たっては、どのようなことを看護学生に伝え、どのように方向づければ看護学生の成長を支  
援出来るのかを、常に考えながらの係わりでありました。また、指導者として、“精神科における看護”  
とはどのようなものであるかを、看護学生に伝えていくことの難しさを感じ今でも大きな不安を抱いて  
おります。

今後も、病棟スタッフ・多職種の方々とも連携し、学生指導を通して自己の医療・看護に関する知識・  
技術の向上に努めていきたいと考えています。

さらに、看護学生からの質問・意見は、日常の看護業務の問題点の発見や  
その改善にも繋がるため、貴重なものとして受け止め、看護・業務の改善に  
も反映させていくことが必要と考えます。実習生への指導を通しての多くの  
学びを、自己成長に繋げることが出来る様に研鑽して行きたいと思ひます。



## 第 33 回 盆踊り大会



7月26日(水)18:00より、敷地内駐車場にて盆踊り大会を行ないました。天気が心配でしたが、患者さんのてるてるぼうずの効力もあり、午後には晴れ、今年も無事に開催することができました。





院長の

趣味シリーズ

## 私の意外な？趣味



院長 岡田正樹

“私の意外な？趣味”とお題目をいただき、何か投稿をと依頼された。意外かどうかは他人の目なので自分では判断できないので、そこそこ深くやっていて趣味と言えそうなものを羅列してみた。

古銭集め、切手収集、

釣り（磯釣り、ヘチ釣り、投げ釣り、ルアー、フライ、テンカラ、ヘラ釣り、カジカ釣り、穴釣り、鮎のドブ釣り、中禅寺湖での船釣り、源流釣り、溪流釣り、毛針巻き）

MTB（トライアル）、サイドカー、車（4WDで河原モーグルや林道走行）、

バイク、バイクいじり（林道、ソロツーリング、整備）、

山登り、岩登り、人口登坂、アイスクライミング、ケービング、

野宿（あえてキャンプとは言わない）、

パラグライダー、クライミングボード、

化石収集、アマチュア無線、素潜り、磯物取り、

きのこ・山菜採り、家庭菜園、庭木いじり、

史跡めぐり（中世城廓跡や神社仏閣など）、

河原遊び（チェーンソーで椎木採取とか）、

温泉めぐり（共同浴場や自然に湧いている所が好き）、

ジョギング（5kmが限界）、

徘徊（自転車やバイクで無目的にウロウロ）、

蕎麦屋めぐり、ラーメン屋めぐり、

音楽（ジャズ、クラシック）鑑賞、

オーディオ（真空管アンプ、レコード）、イラスト、料理、酒蔵めぐり、醸造研究（酒や味噌）、

包丁や刃物（太刀、ナイフ）収集と刃物研ぎ、金継ぎ、その他の修理、

最近やらなくなったものでは、スポーツカイト、ボーリング、峠攻め、燻製作り、溶接、写真現像、

囲碁、将棋、三角点探し、バスケットボール、

色々やっていると自分でも感心する。趣味が多くて徳をしたのは、患者さんと話をする時に同じ趣味

の話題で打ち解けられる事だろうか。損をしたのは小遣いが貯まらない事。でも

まだまだやりたいことはいっぱいある。これから何をしようかと考える時”とりあ

えず海山河川地下は行った。あとは宇宙くらいかなあ”といつも思っている。





あの頃は若かった！？

## 私たちの20代。



### わたしの20代

多機能型事業所まゆみの里 施設長 平塚厚志

祖母は猫のように縁側にたたずみ、外をぼんやり眺めていた。ところが、突然恐ろしい奇声を発しながら暴れ始めた。手当たりしだいに物を投げつけて壊していく。ひどい時は大きな斧を振り回し、家を壊しはじめることもあった。記憶では小学校就学前より、毎回恒例のように繰り返されていた。そして私たち孫3人が成長していくにともない、家族間の関係が祖母の異常な言動により歪んでいく。高校生の頃、この歪んだ家族から逃げ出したい気持ちが9割。何とか理想の家族に再生出来ないかが1割。



高校を卒業後、気が付いた時には精神科病院の看護人になっていた。精神科病院職員であれば、緊急のときに、祖母を入院させてもらえるという安心感を得るためであった。しかし、私の20歳代は家族からの逃避しか考えられなかった。大型バイクに乗れば、すべてを捨てて、日本中どこへでも行ってしまふことができる。昼はまじめな看護人、勤務が終われば毎晩のように歓楽街をさまよった。友達のお店を手伝いながら、浴びるほど酒を呑み、ピアノ曲が聞こえるその子の部屋で眠った。

祖母は数ヶ所の病院での入院生活を経て、最後は私の勤務する病院に入院してきた。そして、20歳代が終わり、30歳代に入ってすぐに、祖母がもう長く生きられないことを知る。私は迷うことなく、祖母が亡くなる1ヶ月前に退職した。すべてが終わった。いつまでも涙が止まらなかったことを覚えている。私の20歳代は歪んでしまった家族関係とともに中途半端な時間を過ごしてしまった。そんな時間への想いが、私の今までの人生を組み立ててくれたように思う。

私は猫のように縁側にたたずみ、外をぼんやりと眺めている。そして一瞬にして過ぎ去ったさまざまな光景を思い出していた。

貴重なお話を  
ありがとうございました。





## 私の青春

生来、歩んで来た人生の思い出を納めた引き出しがある。追憶するには、かなりの時間を要した。

青春時代の引き出しを開くと、中は2つに分かれていた。その中の左側を開くと遠い、遠い昔の高校生活に於ける部活動であった。その当事、バレーボールは排球と言われていた。

私は、入学すると直ぐに排球部に入部した。バレーボールは、今は屋内球技であるが、昔は屋外球技9人制で行なうもので、ポジションは固定されていた。放課後や合宿での練習は、炎天下で鬼コーチのもと厳しい日々数々が脳裏に浮かんだ。試合に負けた時の汗と勝った時の嬉し涙、負けた悔し涙とバレーコート上の砂が混じって白いユニホームは変色した。白球を部員9人で繋ぎ、結束し、優勝を目標に厳しい練習に耐える日々であった。この部活動を通して協調性の重要性を学び、友人との絆を深めることが出来た。

青春時代の引き出しの右側には、看護師への道を歩みだした頃の私がいた。私は早くに父親を亡くした。突然、夫（配偶者）を失った母親は、子ども達を育てるのに大変苦労した。私の将来の方向性を考える頃になると、“女性は手に職を持つ”と言うのが母親の口癖であった。しかし、私には自分で決めた職業があり、その目標を堅持する為に日々努力していたが、母親の懇願に屈して看護師への道を選択することになり看護学校に入学した。

全寮制で、一学年15名、全校生45名で看護教育がスタートした。寮ではあるが、学生寄宿舍と呼ばれていた。寄宿舍には、二人の舎監が看護学生と寝食を共にしていた。舎監の一人は、後に、ナイチンゲール記章授与に輝いた憧れの先輩である。寄宿舍は5人部屋で、一年生の前期は一年生から三年生の混合で編成された。上級生は下級生を指導し、下級生は上級生の教えを引き継ぎ守ることで、必然的に生活の基盤が成り立った。後期になると、同級生のみでの部屋割りとなり、楽しい寄宿舍での生活となった。寄宿舍の生活は、朝の六時に朝礼、夕の18時には夕礼が毎日あった。廊下に一列に並び、舎監の前で唱えたナイチンゲール誓詞・赤十字看護婦10訓を懐かしく思う。この寄宿舍の三年間は、規則正しい生活、時間厳守での集団生活を学ぶことが出来た。私達は、青春時代にこのような生活を送るのは当然と思うことが出来、落伍する者もなく看護師になる事を目指して過ごす事が出来たのであった。

看護学校を卒業し、現在に至る長きに亘り、看護師として人と関わる業務を日々遂行出来るのは、常に周囲の多くの人々に支えられていることに感謝し、私の青春の引き出しを閉じさせていただきます。

※18歳頃のお話です。

看護部 小畑富美子



昭和五〇年代排球部 小畑富美子



看護学校舎監 小畑富美子





# お知らせ

## ★★★オレンジカフェ（認知症カフェ）今後の予定★★★

実施日程	会場
平成 29 年 9 月 21 日	地域包括支援センター福祉の森聖孝園
10 月 19 日	地域包括支援センター成華園
11 月 16 日	地域包括支援センター福祉の森聖孝園
12 月 21 日	日立市保健センター
平成 30 年 1 月 18 日	地域包括支援センター鮎川さくら館
2 月 15 日	地域包括支援センターサン豊浦
3 月 15 日	地域包括支援センター金沢弁天園

当院の職員が参加し、  
相談を受けたり、脳トレ  
や体操の実施をさせて  
頂いております。



お気軽にご参加  
ください♪

※詳細は本紙 3 ページ及び市のホームページを参照下さい。

## ★★★第 44 回 梅ヶ丘祭 開催★★★

**開催日**：平成 29 年 10 月 25 日(水)※雨天時模擬店のみ中止

**演芸会**：10：00～12：00 体育館にて

職員・患者さんの出し物、保育園児の発表、作品展など

**模擬店**：12：30～13：30 新棟 E 棟間駐車場にて

助六寿司、豚汁、フランクフルト、お汁粉、ジュースなど  
バザー（患者さんの手作り品）の実施

※内容は変更になる場合もあります。写真は今年の梅ヶ丘祭です。



## 編集後記

認知症疾患医療センターは、病院内の所属ではないので院内より外部機関と連携することが多い職場です。そのため地域連携機関等で行っている良い取り組みも知っていただきたいと思い今回はオレンジカフェについて紹介させていただきました。今後も外部機関の良い取り組みや最新情報を発信していく、そんな役割を担ってまいります。

認知症疾患医療センター 大場史織



医療法人 主 愛会 日立梅ヶ丘病院

所在地：〒316-0012

茨城県日立市大久保町 2409-3

TEL：0294-34-2103

FAX：0294-33-1800

URL：http://umegaoka.or.jp

E-mail：info@umegaoka.or.jp



広報紙「真弓」部会

富田 加代子

瀬谷 美喜子

大場 史織

花田 龍馬

鈴木 明日美

鈴木 啓之



## 表紙解説

前号に引き続き、療養病棟前の花壇で撮影しました。キキョウは万葉集のなかで「秋の七草」と歌われています。