

MA YUMI

MA

YUMI



November 11
2024

PUBLIC INFORMATION PAPER OF UMEGAOKA

医療法人主愛会 日立梅ヶ丘病院

No. 96

第 49 回日本精神科看護学術集会参加

「わくわくドキドキ学術集会 in 熊本」

外来 岩間 和美・心理室 高根澤 和子

私たちは、6月28日～29日に開催された日本精神科看護協会学術集会に参加するために、熊本へ行ってきました。



(茨城空港にて)

九州本土に初めて降り立ちましたが、見渡す限り濃い緑色の山々に迎えられ、日立の山を見慣れていた私たちは、その山々に圧倒されたような感覚になりました。まさに「雄大」の一言です。熊本市内に入ってから、高いビルが立ち並ぶ中、その間から顔を見せた熊本城に、年甲斐もなくはしゃいでしまいました。その足元を路面電車が走っているのですが、なんと路面電車の床は板張りでした。昭和レトロ！新しいものと古いものが上手く混ざり合った印象の街並みだと感じました。

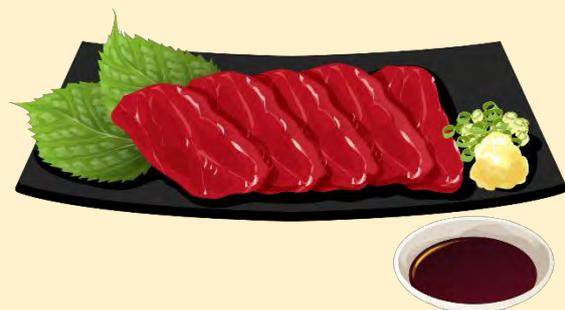
そして、学術集会参加と同じくらい楽しみにしていたことが、熊本の郷土料理を堪能することです。皆さん、前回の真弓 No.95 のふるさと自慢に、OT 神崎さんが熊本を紹介されていたことを覚えていますでしょうか？ 私たちも神崎さんの記事を読んで、熊本グルメ「太平燕（タイピーエン）」と「馬刺し」を目指して食事に出かけました。本場の太平燕は神崎さんの記事通り、魚介類や野菜たっぷりの具材に平べったい春雨が入ったスープで、あっさりとした味であっという間に完食してしまいました。しかし、皆さん注意してください！ スープと言っても丼ぶりいっぱいに出てくるので、それだけでお腹が大満足になります。私たちは残念ながら太平燕（タイピーエン）でお腹が満たされ、馬刺しを食べることができず、それだけが心残りとなりました。



(9200 型・ハイデルベルク号
平成4年からの3年間で5両登場)



(熊本市民に愛されるソウルフード:太平燕)



学術集会では、「産科と精神科の連携構築」について発表をしました。会場からは、「産科と連携を構築することで患者様が安心して周産期を送ることができ、地域への貢献に繋がることが期待される」との言葉をいただきました。私たちも研究を通して、多職種・他機関の連携体制を整備することで、患者様が児への愛着形成や育児不安の軽減を図ることに繋がるとのことへの理解が深まりました。また、安定・安心した妊娠や産後の生活に繋げる支援は、児の健康な発達や周産期医療の発展に寄与すると考えます。今後の課題としては、「研究を通して考えた連携構築のあり方をどのように業務に活かしていくか」や「多職種同士を連携に繋げていく^{かんげきしゆ}間隙手としての役割を院内外で展開していくこと」です。患者様への支援は一人ではできません。連携も一人ではできません。多職種がお互いの視点や価値観を受け入れながら、互いに持っている情報の共有や活用を考えていけるよう、より密な関係性の構築を図れるよう業務に邁進していきたいと思っております。

学会全体を通して印象的だった発表研究は、「コロナ病棟に OT を配置し、看護師と共にリハビリテーションに力を入れ廃用症候群の予防に努めたこと」や、「師長自身が公認心理師の資格を取得し、病棟全体が心理検査の結果を看護計画に活かしてケアしていたこと」です。職員が一丸となり、患者様の利益を追求し、本当に必要なケアとは何かを考え、新たな取り組みを築き継続させている姿勢に感銘を受けました。

このように様々な研究や病院の取り組みに触れ、今の精神科病院の看護について学ぶ貴重な機会となりました。今後、可能であれば研究発表者だけではなく次世代を担う人材も積極的に学会に参加することも良いのではないかと考えました。新たな知見・視点を得られれば、病院全体の質の向上に繋がると思います。伝統を守りながらも新しい風が入ることで、熊本市内のように新旧織り交ぜた新たな情景を紡いでいけるのではないのでしょうか。

最後に、今回貴重な経験をさせていただいたことを心より感謝申し上げます。



(熊本城)



(くまモンと記念に)



(会場入り口にて)

せん妄について



医師 堀口 爽

Q せん妄とは？

A：急性に出現する意識、注意、知覚の障害で、軽度から中等度の意識障害です。例えて言うならば強い寝ぼけのような状態です。身体科病棟でみられることが多く、入院患者の10～15%に発症すると言われており、珍しいものではありません。精神疾患の有無に関わらず、誰にでも起こりうるものです。せん妄は治療や安静の妨げになるだけでなく、時には命に危険が及ぶこともあります。多くの場合は一時的で回復するものではありませんが、せん妄状態では予期せぬ行動に及ぶ可能性もあるため、負担の軽減や命を守るために、せん妄が生じた場合はしっかり対応する必要があります。

Q：せん妄の原因は？

A：①準備因子(起こりやすい素因)…高齢、認知機能障害、重篤な身体疾患、アルコール多飲など
②直接因子(引き金となるもの)…身体疾患、薬剤、手術など
③促進因子(誘発しやすい)…疼痛・便秘・脱水などの身体的要因、不安などの精神的要因、入院や騒音などの環境変化、睡眠障害など
上記が3因子であり、該当する場合はせん妄を引き起こす可能性が高いです。

Q：どんな症状がみられるの？

A：有名なのは夜間せん妄で、言葉の通り夜間に症状がみられます。見当識障害、不眠、声出し、易怒性、徘徊などの症状があり、落ち着きのなさが目立ちます。症状の程度は人それぞれであり、本人は覚えていないこともあります。
上記のような症状がみられる場合は過活動性せん妄と呼びます。一方で、活動性低下や集中力低下などの症状が主体の低活動性せん妄となることもあります。

Q:治療法を教えてください！

A：①予防

3因子を念頭に置き、事前に予防ができればせん妄のリスクを減らすことができます。ただし、高齢者、手術、疾患による症状、薬剤など避けられないものもあるため、あくまでも予防です。生活リズムを崩さないことも必要です。

②原因除去、環境調整

疼痛や便秘、特定の薬剤により引き起こされている可能性がある場合は、その原因を取り除くことで改善することがあります。また、環境調整による改善も期待できます。明るさや騒音、ストレスの原因の除去も大事です。

③薬物療法(向精神薬)

上記の対応でもせん妄の改善がみられない場合は、向精神薬(抗精神病薬、睡眠薬など)を検討します。夜間に症状がみられることが多いため、比較的安全な睡眠薬の使用で改善することもあります。興奮が強い場合や、睡眠薬でも対応が困難な場合は抗精神病薬を使用します。向精神薬を使用する場合は副作用にも注意が必要です。

AED(自動対外式除細動器)の院内設置について

総合業務推進室 高田 美恵子

ご存じの方も多いとは思いますが、「AED」とは心停止を起こしている人を救命する医療機器です。

この機器は心室細動・心室頻拍を起こしている心臓に、必要時電気ショックを与えて正常な状態に戻す事を目指します。

現在、AEDは公共施設、学校、保育園等の教育現場、工場や銀行、コンビニエンスストア等、市中において数多く設置されています。

なぜ、このように設置数が多いのでしょうか？

これは心停止した人の救命率に関係しています。心停止の人が通報から救急車が現場に到着するまでの時間は全国平均で約10分、もちろん地方都市の場合更に時間がかかるかもしれません。突然、心停止を起こした場合の救命率は1分毎に約10%低下するとされており、5分を過ぎると脳の回復が非常に困難になると言われています。傷病者の命を救うためには1分1秒でも早くAEDを使用する事が求められているのです。

上記の内容から当院でも医療水準・看護ケアの体制を考慮、AEDを看護カテゴリーの6部署すべてに設置しました。

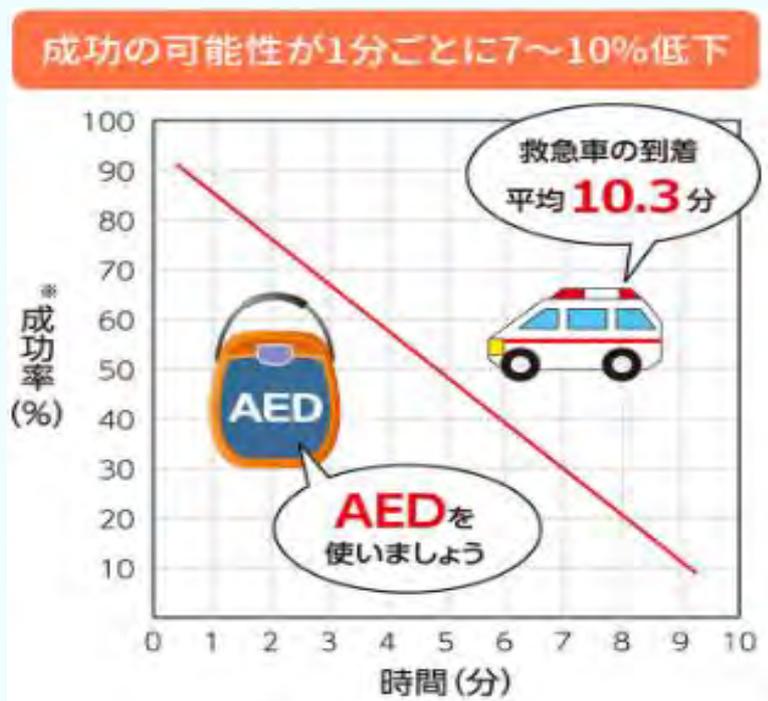
その中でも外来に設置した1台は当院の倫理綱領の一つ、地域貢献の見地からAED財団に登録しています。これにより山側道路で有事が起きた際に市民の皆様が緊急で当院のAEDを使用いただく事が可能となりました。

院内における設置後のAED導入研修も、当院(関連施設を含め)職員の約9割が終了しました。

今後も研修を定期的実施しながら、有事に備えたいと思います。



(AED 導入研修の様子)



出典：日本光電

ふるさと自慢①

ドイツ

グーテン ターク
Guten Tag!

私の第二のふるさととは、仕事の都合で30代のほとんどを過ごしたドイツのデュッセルドルフです。

この都市は、ドイツ西部のライン河畔にあるノルトライン＝ヴェストファーレン州の州都で、日本企業が600社程度進出し、在住の日本人も700,000人を超え約60万人の全人口の1%以上を占めるという、日本人比率が極めて高くかつその大半が駐在員という商業都市です。メジャーな観光地は少ないですが地元のおすすめをいくつか紹介します。

経理課 岡井 滋



出典:Google earth

① ショッピングにおすすめ「ケーニヒスアレー」は、1801年に作られ、一直線に伸びる運河に沿って両岸に高級ブランドのショップやレストランが軒を連ねる世界屈指の“優雅な並木道”です。それなりにお金に余裕のある人にはおすすめですが、ドイツでは日曜日はお店が完全休業ですから、お買い物には気を付けて。

② 日本を体感できる「インマーマン通り」は、多くの日本企業が立ち並びあらゆる日本の物が揃いおまけに日本語標識がある有名なニッポンストリート。ドイツ在住日本人はもちろん、近隣国の日本人たちも買出しに集まり、また気軽に日本気分を味わいたい欧州人たちの観光スポットにもなっています。ここでは、困ったときに“日本語”で叫べばきっと誰かが助けてくれます！



出典:Wikipedia

③ ドイツと言えばビール！飲むなら旧市街の風格のあるレストラン「ツム・シフヘン」に是非。



出典:HP

1628年の創業で1811年にはナポレオンが勝利パレードのあとで将軍たちとこの店を訪れ、ビールをガブ飲みしたのだとか。彼が座った場所は今もナポレオンコーナーとして残されています。

④ お土産に最適「ハイネマン」の世界一おいしいシャンパントリュフは、日本ではもちろん、ドイツでもデュッセルドルフ近郊でしか買えない定番のチョコレート。日本へのお土産で最も評判が良かったものです。でも夏場は溶けちゃうので要注意！



出典:HP



出典:エスピー食品

⑤ ドイツと言えばビールの次はソーセージ！焼いただけでも十分おいしいですが、甘いケチャップ味のソースにカレー粉をこれでもかと振りかけた「カレーヴルスト」が絶品。ドイツ全国で楽しめるB級グルメ代表でまさに大阪のたこ焼きのよう。パンやフライドポテトと一緒に食べるともう最高！

デュッセルドルフは近くに有名観光地はないのですが、アウトバーンを1～2時間走ることによってオランダやベルギーに行け、4～5時間頑張ればスイスにも行けます。中世と近代が同居するきれいな都市で生活するには最高のところで、日本もこんな風に発展するといいのにと感じてしまいます。皆さんも機会があればぜひ訪れてみてください。



ふるさと自慢②



訛りの国“秋田県”

看護部 岸 愛留

私のふるさと秋田県のよし悪しについて紹介いたします。

まず地元が秋田と話すと 120%の確率で秋田美人の話題が振られます。老若男女問わず言われますが、満場一致でそんな人物は俳優の佐々木希さん以降出現しておりません。私は今までの人生で秋田美人は絶滅危惧種ですと、300回は言って参りました。そのため、秋田県の方に「秋田美人」は禁句だと思って頂けると幸いです。

東北はもともと自然が豊かで、雪にあふれ、米、酒が美味しいと有名ですが、秋田県では“あきたこまち”というお米が主流です。私も小学生の時バケツで稲を育てた経験があります。そんなお米にちなんだ秋田の有名なお祭りが“竿灯祭り”です。竿灯を稲穂に、連なる提灯を米俵に見立て、手の平、額、腰、肩などに乗せて農作を祈るお祭りです。

毎年 8 月上旬に開催されており、12mもある竿灯を一人の人間がバランスをとりながら倒さないように行う為、とても見ごたえがあります。バランスを崩すと大きな竿灯が自分の頭上に落ちてくることもあるため、迫力満点です（ちゃんと落ちないように対策がされてます）。皆さんもぜひ秋田へ足を運んでみてはいかがでしょうか。



私の意外な？趣味シリーズ

体型を無視して取り組む社交ダンス

障害者就業・生活支援センター 中居 裕雄

今までの人生で、社交ダンスをすることなど思ってもいりませんが、茨城県に移住してきてから何を血迷ったかダンスにのめり込んでしまいました。

ダンスをやる前は、『Shall We ダンス？』の映画を見て、カッコいいなと思っていましたが、照れくさくてチョット踏み込めませんでした。

たまたま我が家の大蔵省がダンス教室に行っていて、見学に付いたら、なんとダンスの先生に一目惚れしてしまい、次の日からは率先して参加していました。それから 20 年、今ではテンポのズれる“ワルツ・タンゴ・ルンバ”を踊るダンサー？になりました。

体型や歳には関係ありませんから、皆様もやってみませんか？



令和6年度第2回防災訓練

事務部 小野目 智広

晴天に恵まれた10月17日(木)、今年度2回目となる防災訓練を実施しました。



今回の想定は「昼間・まゆみの里の厨房から出火・勤務中職員7名・通所者は14名」です。

火災報知器が作動し火災を確認後に、119番通報を行い、避難場所である管理棟前駐車場に避難し、カドワキ産業の担当者の指導のもと水消火器訓練を行いました。

訓練一つひとつはさほど難しいことではないのですが、いざという時にできるかどうかは別の話です。単純なことでも定期的に繰り返し身体で覚えることが大切です。

次回からもより多くの方のご参加をお待ちしています。

最後に、朝早くから準備に関わった方々、参加者の方々、ありがとうございました。



まるでお手本のようでしたね！
素晴らしいです。



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 : <https://umegaoka.or.jp>

E-mail : info@umegaoka.or.jp



IT委員会 広報紙部会

川崎弘道 富田加代子 佐藤正啓
鈴木啓之 小野目智広 大場史織
佐藤理緒 飛田英明 吉田彩

編・集・後・記 と 表・紙・解・説

一昨年の院内学会から始まり、日本精神科看護協会茨城県支部の推薦を受け、熊本で行われた全国学会に参加した報告を掲載しました。専門知識の共有や最新の研究動向の把握など、精神科看護の分野において非常に重要な機会であったかと思えます。

全国学会参加の岩間さん・高根澤さんには忙しい中、熊本現地を撮影していただきました。その中から熊本といえば…ということで熊本県のイメージキャラクターと熊本城を表紙に選んでみました。発表お疲れ様でした！

事務部 小野目 智広