

病院に関わる人すべての幸せを願う。

2022.1

vol.33

すずらん



目次

巻頭言 / 外来作業療法のご案内……P2

育児休業体験記……P3

クロザピンについて……P4

こころの病気や健康のあれこれ!……P5

健康メニュー紹介……P6

職種紹介 / 外来担当表……P7

訪問看護ステーションめぐみ / 訪問看護ステーションアルモ
/ 訪問看護ステーションセレナ / 定期バス運行表……P8



年頭にあって

院長 金子 尚史



年頭にあたり、新年のご挨拶を申し上げます。日頃より当院の診療にご理解、ご協力を賜わり感謝申し上げます。

昨年は、延期されていたオリンピック・パラリンピックが無観客で開催される一方で、未曾有の感染拡大により、首都圏や大阪などを中心に新型コロナウイルス感染症患者が十分な病状観察や医療を受けられない事態も起きました。当院においても新型コロナウイルス感染症が見られ、入院していた方々をはじめとして皆様にご迷惑、ご心配をおかけしました。幸いにも他の患者様への感染は無く、一人の有症者も出ずに早期に終息し通常の診療に戻ることができました。今後も一層気を引き締めて感染対策を取ってまいります。さて、今年の干支は壬寅に当たり、陰陽五行説では水の兄と木の

陽の相生となり、また厳しい冬から春の芽吹きを迎えるときとされています。世界的な新型コロナウイルス感染症の流行は未だ収まる兆しが見られませんが、そのような厳しい状況下でも春の訪れにそう努めてまいりたいと思えます。

精神科救急基幹病院として、緊急に入院医療を必要とする方の迅速な受け入れはもちろんですが、心理社会的治療のさらなる充実により機能回復および再発予防を図るとともに、訪問看護ステーションや生活訓練施設との連携、さらには地域の支援者や関連機関への啓発や情報共有を通じて、地域生活を支えてまいりたいと思えます。本年もよろしくお願いいたします。

外来作業療法のご案内

外来作業療法 担当 藤田 直

当院では毎週月曜日から金曜日の午前中に外来患者様を対象に外来作業療法を行っています。活動の内容は個人個人のペースに合わせて手芸や運動、カラオケ、ビリヤード、卓球などを提供しています。平均参加人数は10名程です。

外来作業療法の一歩の目的は生活リズムを整えることですが、日中の居場所として利用する方から復職など次のステップの足掛かりとして利用する方など様々です。

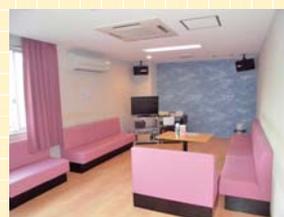
乱れてしまった生活リズムを整える第一歩としては朝決まった時間に起床することが大切です。予定が決まっていれば「何時に起床して」「整容し」「朝食を摂り」「時間に間に合うように家をでて」「日中活動すること」につながります。そういった日が週に1回でも2回でもあることで生活リズムを整える一助となり、睡眠の安定や食事時間の安定、定期的な服薬につながるため、自身の病気の症状を管理し、再発を防ぐ上で大切となってきます。

担当の作業療法士、看護師が同席いたしますので、体調に配慮

し、病気の症状の管理を相談しながら無理なく進められるのも大きなメリットではないでしょうか。その他にも人とのコミュニケーションの場としてや、体力の維持向上、集中力を養うこと等を楽しみながら経験していただければと考えています。診察時等にお気軽にご相談ください。



し、病気の症状の管理を相談しながら無理なく進められるのも大きなメリットではないでしょうか。その他にも人とのコミュニケーションの場としてや、体力の維持向上、集中力を養うこと等を楽しみながら経験していただければと考えています。診察時等にお気軽にご相談ください。





育児休業体験記



「育児休業は気になっているが…」。そんな男性の皆さんも少なくないのでは？
実際に育児休業を取得して復職した職員の育児休業体験記をご紹介します。

最初は、仕事をしながら育児に参加することも考えましたが、妻の希望や、休みやすい職場で、かつ、同僚の理解がありましたので育児休業を取得することにしました。

妻の退院に合わせて育児休業を開始しましたが、子どもの授乳や睡眠など、生活リズムを作るところからのスタートでした。

母乳とミルクの混合だったので、ミルクをあげたり、おしめの交換をしたり、日々沐浴をしたりなど、授乳以外の育児は積極的に行うようにしました。育児休業取得中はもっと自分の時間を作れるだろうと考えていましたが、子ども中心の生活は一日がすぐに終わり、生活リズムが出来る頃には1ヶ月が過ぎようとしていました。

育児休業期間はあっという間に終わりへと向いましたが、子どもの日々の成長が著しく、毎日の変化を間近で感じる事ができたのはとても良かったです。夜間の授乳等、まとまった睡眠がとれないことの大変さ、小さくてか弱い存在を、守り育てていくことのプレッシャーなどを実際に体験することで、妻を支え、ふたりで育てていこうという意識がより高まったと思います。育児の大変さとともに、面白さを感じることでできた貴重な時間でした。

周囲の反応としては、応援の声をいただくことが多く、中には育児休業が取得できること、男性が取得してくれることを羨ましがる人もいました。友人夫婦は育児に能動的に参加している父親が多いため、育児休業取得に関して驚かれることはあまりなく、同世代の中で男性の育休休業取得の考え方が少しずつ普及しているように感じました。



子供の成長の見守りや、パートナーとの信頼関係の強まり、仕事との両立、それが育児休業という制度によって得ることができれば良いな、と感じています。もちろん育児休業を取得する、しないは選択肢のひとつであり、最終的に育児休業を取らなかったとしても、育児休業について話し合うことで、「自分が子供を育てる」事への意識も高まるのではないのでしょうか。

積極的に育児に参加し、二人で子供を育てられるというのは、母親だけでなく、父親にとっても良いことが多く、この機会にさらに、より多くの男性が育児休業の取得について考えてもらえればと思います。



クロザピンについて



クロザピン運用委員会 事務局 鎌田 建

■クロザピンとは

クロザピン(クロザリル)は、さまざまな薬剤を服用しても、幻覚妄想など精神症状がよくなる「反応性不良」や、副作用が出現してしまうため必要な量の薬剤の投与ができないことで病状が良くならない「耐用性不良」といった、「治療抵抗性統合失調症」の治療薬です。多くの国で使用されており、日本には2009年に導入され、国内臨床試験でも「治療抵抗性統合失調症」の方の50%以上は幻覚妄想などの精神症状の改善が認められています。

しかし、クロザピンには重篤な副作用で「無顆粒球症」というものがあります。無顆粒球症は、血液中の白血球のうち、体内に入った細菌を殺す重要な作用をしている顆粒球が著しく減少してしまい、ほとんどなくなってしまった感染しやすい状態をいいます。このような話を聞くとどんなに良い薬だとしても不安だと思われるでしょう。

■クロザピンモニタリングサービス

治療効果は認められるが、重篤な副作用があっては不安だと思われれます。しかし、クロザピンを適正に管理・使用できるようにするシステム、それがクロザピンモニタリングサービスです。クロザピンを使用するにあたり、病院としてクロザピンモニタリングサービス登録医療機関として、項目をクリアし認可をもらう必要があります。当院では2020年5月より登録し運用を開始しています。また、病院内の看護職全員にクロザピンコーディネーターの資格を取得してもらい、副作用の早期発見、対応ができるよう体制も整えています。また、服用患者様もクロザピンモニタリングサービスへの登録が必要であり、日々の身体症状や決められた期間に血液検査結果を報告し、副作用を早期に発見できるようになっています。

■現在の課題・今後の目標

当院でクロザピンを導入した目的として2点あります。①治療抵抗性統合失調症患者の社会復帰の促進、②治療抵抗性統合失調症患者の長期間の行動制限の緩和です。導入し、まだ間もないため目的を達成できたとは言えませんが、少しずつ導入件数も増え地域移行が可能となった患者もおり、今後も適格性などに配慮し、安全に導入していけたらと考えています。また、当院では心理社会療法にも力をいれており、治療抵抗性統合失調症患者の地域移行支援としてクロザピンによる薬物療法のみではなく、クロザピンの薬物療法に患者本人が主体的に取り組めるよう、また適切に管理できるよう公認心理士・薬剤師・栄養士など様々な職種が介入しての個別での心理教育や家族教育を開始しています。

■最後に

クロザピンはよく「最後の切り札」と言われています。様々な薬剤で症状が改善せずお困りになられている方の強い味方となれるよう、今後も適切にクロザピンによる治療を行っていかれたらと思います。

テーマ: 大人のADHD(注意欠如・多動症)

精神科医師

新沢 秀範



発達障害(発達症)の一つであるADHD(注意欠如・多動症)は、かつては子ども特有の行動特徴だと思われていました。しかし最近では、多くの成人がADHDの特性に悩んだり、生活・家庭や仕事上の困難を持っていることがわかっています。

二次的にうつ状態になり受診される人も、少なくありません。しかし本人は「うつ状態では困っているが、仕事でミスが多かったり、忘れ物・なくし物が多いのは、昔からの性格なので」と思い込み、こちらから「ミスの多さや忘れ物など」について聞かない限り、「受診理由」に自分からは含めない人も多いので、見逃されやすいとも言えます。

また、その特徴を生かせば大きな可能性があるとされ、坂本竜馬、エジソン、モーツァルト、ベートーベン、ピカソなどもADHDだったとの説もあります。

最近では、「不登校児の4〜6割が不注意優勢タイプのADHDだが、多くは見逃されている」との研究もあります。

【ADHDとは】

脳機能の不全によって、生活上にさまざまな困難を抱えている状態です。特性は、おもに「不注意、多動性、衝動性」の3つですが、すべてが認められる場合も、一部だけが目立つ場合もあります。

不注意が目立つタイプは「不注意優勢型(のび大型と言われることもあります)」、多動・衝動性が目立つ場合は「多動・衝動性優勢型(ジャイアン型)」、両方を持つタイプを「混合型」といいます。

- (1) 不注意：注意力に欠けミスが多い。集中するのが苦手で、人の話やテストの最中にぼーっとする。その一方で、好きなことには「過剰に集中する」。「予定を忘れやすい」が、メモに書いても「書いたことを忘れたり、メモを見ることを忘れる」ことがあります。(その場合には、ケータイのアラーム機能が便利です。)
- (2) 多動性：じっとしていられず、落ち着きがない。(子供では、「元気な子」とは違って、「静かにしていなければいけない状況」でも走ったり、部屋を飛び出したりする。)
- (3) 衝動性：結果を考えずに行動し、判断と行動が早すぎる。「無遠慮」な行為に見えるために、責められやすい。
- (4) 「その他の基本的症状」として、仕事の先延ばし傾向、感情が不安定、ストレス耐性が低い、対人スキルが不器用、新しい事を追及する傾向(飽きっぽい)、などが上げられています。
- (5) また、「その他の副次的症状」として、

整理整頓・片付けが苦手、事故を起こしやすい、睡眠障害、習癖の問題(爪かみ、抜毛)など。また、嗜好品に依存(タバコ、コーヒー)、のめり込み(アルコール、過食、ギャンブル、異性関係)などがあげられています。

また、女性の場合には、「特徴が現れにくいため、診断が遅れがち」になり、また「女性の場合は、診断基準を下げたほうがいい」との意見もあります。

【原因】脳の構造・機能、体質、生活環境など、さまざまな要素のからみ合いと考えられています。

【治療】現在、大人では3種類の薬が使えます。

【よく聞く】

ADHDの特性を、自身の怠慢や努力不足のせいにしてたり、親の育て方のためには適切ではありません。「脳の機能のアンバランスによるもの」であり、誰の責任でもないということ、まず認めることが大切です。そして、長所にもなりうる「ひらめき、好きなことへの強い集中力、好奇心」を生かしたり、良い点を周囲が評価することで「その人らしい生き方」ができるようなサポートをしてゆくことが望まれます。



健康
メニュー
紹介
No.6

麦飯

当院では、
1日の塩分量を平均6.9g
とし、おいしい減塩食に
取組んでいます。



エネルギー:272kcal 食物繊維:1.3g 塩分:0g

《材料》(1人分)



- 米70g
- 押し麦10g



《作り方》

- ①米を研ぎ、お米の水加減にあわせる
- ②押し麦と押し麦分の水を追加する(押し麦分の水は加える押し麦分の2倍、10gなら20g(20ml))
- ③軽にかき混ぜ、30分程度吸水させてから炊飯する

食物繊維の増加、排便困難改善のために玄米にしてはどうかと病棟からの意見がありました。玄米は調理を委託している会社には取り扱いがなく麦飯を提供しています。麦飯について患者様にアンケートをお願いしたところ3食食べたいと思うかの問いには半数以上が「いいえ」の回答でした。コメントには「カレーのときに食べたい」「おかずと一緒にならなんとか食べられる」といった意見があり、カレーや丼のときに麦飯を提供しています。

押し麦を加えるだけで、食物繊維がいつもの米飯より約3倍に増えています。





モットー
正確・精密・迅速

西田 陽子 平成26年度入職

No.6 臨床検査技師

■ 臨床検査技師ってどんなことをしているの？

病気で医師の診察を受ける時や健康診断の際、血液や尿を採取したり、心電図や脳波を調べますが、そういった患者さんから採取されたものを分析したり、体に電極を付けるなどして生体情報を調べることを行っています。臨床検査は、病気の診断と治療のための情報を得るのに欠かせません。こういった臨床検査を正確かつ迅速に実施し患者さんの診断や治療に寄与するのが臨床検査技師の役割です。



■ この仕事の魅力とは？

臨床検査技師は、直接患者さんに会わなくても、検査結果を見ることで経過がよくなっていく様子わかります。自分が出した検査結果により適切な治療が行われ、患者さんが元気になっていく様子が分かった時にやりがいを感じます。



■ 臨床検査技師を目指す方へメッセージ

臨床検査技師は決して目立つ仕事ではありませんが、病気の診断と治療を左右するための検査を行うという重要な役割を担っています。また、医療に関わる職種は色々ありますが、病気の予防から診断・治療まで広く関わることができやりがいのある仕事だと思います。

外来診療のご案内

診療科目 精神科
受付時間 9:00~16:00(予約制)
診察時間 9:00~17:00
休診日 土曜・日曜・祝日

外来予約(再来)専用

☎025-255-2131 平日(月曜日から金曜日) 受付時間:13:00~16:00

初診の受診相談・医療相談専用

☎025-255-2180 平日(月曜日から金曜日) 受付時間:9:30~16:00

■ 担当医

	月		火		水		木		金	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
再来	澁谷 川嶋	川嶋	熊田 新澤	布川	橋野 川嶋 澁谷	橋野 川嶋	金子 熊田	橋野	新澤 布川	



訪問看護ステーションめぐみ

名称 訪問看護ステーション めぐみ
住所 新潟市北区石動1丁目16-4
 (豊栄病院前、旧とよさかクリニック)
営業時間 9時00分から17時00分(土日、祝日、
 年末年始は休業)
TEL 025-384-1880
 訪問実施地域: 北区、聖籠町、阿賀野市、新発田(一部)



訪問看護ステーションアルモ

名称 訪問看護ステーション アルモ
住所 新潟市東区中島2丁目1番31号
 レ・モンデ新潟2-B
営業時間 9時00分から17時00分(土日、祝日、
 年末年始は休業)
TEL 025-278-8860
 訪問実施地域: 中央区、東区、江南区、秋葉区、西区(一部)、南区(一部)



訪問看護ステーションセレナ

名称 訪問看護ステーション セレナ
住所 新潟市中央区桜木町4-9
営業時間 9時00分から17時00分(土日、祝日、
 年末年始は休業)
TEL 025-288-5907
 訪問実施地域: 中央区、西区、江南区(一部)、南区(一部)



定期バス運行表

*土・日・祝日は運行いたしません。

無料

■北区巡回コース

	南浜病院 夜間出入口	松浜2丁目 バス停	武田整形外科	豊栄病院	豊栄駅 北口	バイシア 北越銀行ATM クリーニング店近く	青木歯科付近	南浜病院 夜間出入口
1便	8:45	—	—	—	9:05	—	—	9:20
2便	9:30	9:40	9:43	9:55	10:10	10:15	10:20	10:30
3便	11:00	11:10	11:13	11:25	11:35	11:40	11:45	11:55
4便	12:00	12:10	—	—	—	—	—	12:20
5便	13:00	13:10	13:13	13:25	13:35	13:40	13:45	13:55
6便	14:00	—	—	—	14:20	—	—	14:35
7便	15:40	15:55	—	—	16:10	—	—	17:05

■新潟駅発着コース

新潟駅前出発	8:00	南浜病院到着	8:40
南浜病院出発	17:05	新潟駅前到着	17:45



ホームページ

<https://k-seikai.jp/>

南浜病院

検索



スマートフォンからご覧いただけます

「子育てサポート企業」に認定され、
くるみんマークを取得しました



医療法人恵生会グループ

南浜病院

〒950-3102新潟市北区島見町4540番地
 TEL025-255-2121 FAX025-255-3532

訪問看護ステーション めぐみ

〒950-3327新潟市北区石動1丁目16-4
 TEL025-384-1880 FAX025-384-1881

訪問看護ステーション アルモ

〒950-0824新潟市東区中島2丁目1番31号 レ・モンデ新潟2-B
 TEL025-278-8860 FAX025-278-8841

訪問看護ステーション セレナ

〒950-0949新潟市中央区桜木町4-9
 TEL025-288-5907 FAX025-288-5908

指定障害福祉サービス事業所 いなほ園

〒950-3102新潟市北区島見町4540番地
 TEL025-255-4434 FAX025-255-4435