

菊陽病院だより

KIKUYO HOSPITAL NEWSLETTER 2023 NO.33



「菊陽ほっほ保育園の子どもたち」

新年のごあいさつ

院長 橋本 和子

新年明けましておめでとうございます。

皆様、今年のお正月はどのように過ごされたでしょうか？子供の頃、お正月と言えば、年末からの年賀状書き、大掃除やお節作りの手伝いなど、時間をかけて準備する大事な節目であり、わくわく感があつたように思います。が、時代の流れなのか、近年は、そういう特別感は薄れているようにです。

特に、新型コロナウイルスが出現して以来、帰省など人の移動や集まりが制限され、物足りなく、寂しい思いをしている方々も多いのではないのでしょうか。

昨年の菊陽病院を振り返るに、コロナ対応に明け暮れた1年でした。第7波の最中の8月、病棟でクラスターが発生、何とか乗り越えられたと安堵したのも束の間、第8波が心配される12月には、別の病棟で集団感染が起る事態となりました。2度の非常事態において、私たちが最も励まされたのは、一番大変な立場であるはずの患者さんたちの理解と協力でした。関係の皆様には、ご心配やご迷惑をおかけしましたが、今後も最善の対応が取れるよう、職員一同、努力を続けたいと思います。

Withコロナとは言うものの、現実はその甘くもなく、コロナ疲れや孤立の助長の影響で、新たに病気を発症したり、治療中の症状が悪化したりする患者さんもおられます。また、旅行支援など人流を活発化し、経済を活性化しようとする動きがみられる一方で、未だに本来の生活を取り戻せないままの方も少なくないように感じます。

世の中の流れに取り残される人がいないよう、注意を怠らず、患者さんのリハビリを支援できるよう、今年もまた、皆さんと共に歩みを進めていきたいと思えます。



馬着科長が聴く!

若手職員インタビュー

「2023年、今おもうこと」

○氏名(職種・職場・入職年数)

○参加者/三森 遥己(作業療法士・リハビリテーション室・入職1年目) 松田 駿平(精神保健福祉士・ケア・1年目)

松本 一美(看護師・西2階病棟・1年目) 當山 美月(事務・医事課・1年目) 森下 穂風(事務・医事課・3年目)

○インタビュアー/馬着 隆介(生活支援センター・グループホーム科長) 記録・写真/田尻 崇(総務課課長)

馬着 あけましておめでとうございます!

一同 おめでとうございます!

～入職しての感想～ 誕生日に近い順に発表

森下 本日誕生日です。(一同拍手)ありがとうございます。私が3年前に入職したときからコロナ禍の状況で、集まってる研修が無くなって同期の人たちとも会う機会が少なくてさみしい気持ちはあります。職場では受付にはビニールカーテンがあって、患者さんとの距離がありますが、この状況に慣れているので、コロナが落ち着いて環境が変化したとき戸惑うのではないかと。

馬着 入った時からコロナ禍だよな。これまでの新入職員研修は泊りがけで水俣や天草まで行って民医連の医療活動を学んだり、親睦を深めたり出来ていたけど、1～3年目の方たちは同期のつながりが無いのはかわいそうだと思いますね。次は、松田さんいかがですか?

松田 入職してからちゃんと働いていけるかという不安が強かったのですが、無事に9カ月あつという間に過ぎた気がします。今後は専門職らしさをもって意識して働いていきたい。ケアでは患者さんから名前覚えてもらって、頼られて、やりがいを感じることも増えてきました。

馬着 松本さん、當山さんは同じ誕生日(五月一日)なんだね。當山さんからお願いします。

當山 菊陽病院に入ってから精神科という事もあって不安もありました。先輩方の対応や仕事に対する姿勢を見ながら学んでいます。患者さんとの対応で私が困っている場面では代わりに対応して下さるのが本当に心強いです。

馬着 その頼れる先輩の中に森下さんは?

當山 いつも助けていただいています! 森下さんありがとうございます。

馬着 患者さんに関わっていくと、だんだんわかってきますよね。患者さんのことを理解していく中で、自分のことを理解していただけることもあるし。経験を積んでいくことだよな。松本さんお願いします。

松本 22年4月に入職しましたが、2年前まで看護学校に行きながら菊陽病院で補助者として働いていました。患者さんとの接し方がわからない時も先輩方に色々教えていただきました。今度は看護師としてまた同じ職場に入職しましたが、自分の思ったことと違ったり、うまくいかなかったり、自分で抱えてどうしてよいかわからないこともあったが、先輩に相談してアドバイスをさせていただいて、仕事を頑張ることができています。また、部署が変わって患者さんも違い、戸惑いもある

りますが、自分の今後の目標である地域の方と近いところで関わられるような仕事をしたいという目標があるので、勉強だと思って頑張っています。

馬着 今の部署は地域に帰って生活される方も多いので、ご自身の学びとしてプラスになっていくのではないかと思いますよ。三森さんお願いします。

三森 専門学校の最後の年に2カ月間研修でお世話になって、その時に職場の優しい雰囲気がよくて入職したいと思いました。職場の皆さんほんとに仲よくて。コロナ禍で交流が無かったんですが、水俣の研修で会えるのを楽しみにしています。

馬着 誰が一番優しいですか? 誰が一番厳しいですか?

三森 先輩はみんな優しいですよ!

馬着 今は他職場で交流があまり無いですし、研修も久しぶりの集合研修なので貴重な時間ですね。

～民医連活動等について～

森下 以前、水俣病検診に参加したのですが、多くのスタッフがいて医師も4人で診察されていて、これだけの人が関わるんだと。いまだに水俣病と認められていない、症状のある方がたくさんいるのに驚いたし、時間と労力がかかることを民医連が続けていることに感じるところがありました。今後も続けていかなければならない活動だと思っていました。

當山 私は今度の新入職員研修が初めてです。

馬着 三森さんいかがですか?

三森 今年ミーデーに参加しました。その他では広島の世界大会にも参加しましたが、直前にオンライン参加になりました。学習では職場で民医連綱領について朝の読み合わせを行いました。

馬着 すごい! 職場で学習がなかなかできないです。松田さんは?

松田 学生の時から民医連とは関りがあって、食糧支援の活動や仮設住宅訪問など、ゼミを通じて参加していました。人を助ける活動に参加してきたことは大きかったと思います。参加することで学生の頃と今を比べると人の背景や気づきとか、だいぶ違いが出たと思います。聞き取り方も工夫ができるようになりました。

馬着 松本さんは?

松本 今年ミーデーには参加しました。水俣の現地調査に参加したことがあります。もともと県外だったので、教科書でしか聞いたことが無かったので自分の目で確かめてみたい気持ちがあったんです。実際自分の目で見て海はきれいだけれど、コンクリートの塊を見たときに「汚染している状況があった

んだな」と思うとショックを受けました。私の世代でも症状がある方もいるので、簡単に終わる話じゃないと思いました。参加してよかったと思っています。

馬着 民医連に入ると水俣病検診の経験や、菊池恵楓園の事、沖縄の基地の事を知る機会が増えて、実際に経験する事で見方が変わるよね。

～仕事上での悩み～

森下 患者さんに納得していただけないことがあって、2年ごとに障がい者手帳の更新をしないといけない患者さんに、「更新用の診断書が今年必要ですよ」と説明したのですが、その方は「そんなものはもらったことはない」と言われ、でも必要なものだから何回か説明したんですがやっぱりだめで。先生が診察時に説明されたら「診断書お願いします」と受付で言われて、一人での説明では力不足だと思いました。相手はご年配ではありますが、同じ説明でも立場の違う方が説明すると納得されて。よかったと思いましたが、もやもやは残りました。

松本 認知症の患者さんが、薬いらない、飲まない。対応が先輩が変わったら、飲んでおられて。しょうがないと思うことにしています。

松田 私も、先輩が説明するとすんなり解決していることはありました。

三森 病棟のプログラム活動で進行していても活動が思うとおり行かないことがあります。先輩は状況に応じて活動内容をうまく変えていて、とても勉強になります。

馬着 大変ですが状況を楽しんで、うまくいったことを積み重ねていけば自信になっていくと思うので頑張ってます。

當山 医療費の計算業務がむずかしくてまだ慣れていないこともあるのですが、担当の日に患者さんが多い日で、「会計まだですか」と話しかけられて、その対応で自分の業務が止まってしまってます。

森下 そういう時は「あと、何番目ですよ」と伝えると落ち着かれる事もあります。

～ストレス解消法～

森下 親に話します。「私が言っても聞いてもらえないのに～」と

當山 私は先輩に愚痴を聞いてもらっています。

三森 自分へのご褒美として、甘いものを買います。午後ティーを朝買って、夜も買います。

馬着 甘いものって午後ティー？それでいいの？ケーキではなく？

三森 ケーキとかあまり食べなくて。あとは、松田さんに悩みを話したり。

松田 自分は寝たら忘れるタイプですが、時々カラオケやご飯を食べに行ったり、友達としゃべったりしています。

馬着 総務課の裏の畑に向かって叫んだらいいよ。田尻課長が見守ってくれる。

松本 飲みに行ったり、バイクに乗ったりしています。今はレンタルバイクに乗って阿蘇に行きます。

馬着 かつこいいですね。何cc？

松本 250ccです。春と秋はいいですね。

馬着 自分のメンタルヘルスは大切に、自分自身の精神状態

が健康でないといけない。理不尽なこともあるけど、そんな時に対応するときはどうすればいいか自分でうまくいくよう考えて、うまくいって、プラスのことを積み上げることも大切。そういう場を他職種で話をする機会が大切だと思うし、ジャンボリーなども活用してそういう場にできたらいいよね。

～これからの目標、頑張りたい事～

松本 以前は学業を兼ねて仕事していたのですが卒業して少し手持無沙汰の感がある。何か仕事につながることを勉強したいなと思っている。追い込むタイプですね。

馬着 すごい！看護師を目指すきっかけがあったの？

松本 看護師を取るきっかけは家族の看病でした。病院嫌いの父が前向きに治療をしていたことや、週に数回来てくれる看護師さんは、母にも声かけてくれた。亡くなった時もよく頑張ったなと思えた。そういう姿を見て、自分ももっと何かできたんじゃないかと思ったのが勉強したいと思ったきっかけです。

馬着 その時の経験がご自身の学びや、「地域」というキーワードに繋がるんだね。

松田 今年資格を二つ受けたのですが、あと数点足りなくて社会福祉士がとれませんでした。次は頑張ってみよう。うちに帰ったらすぐ横になって寝てしまうので、松本さんの話を聞いて頑張ろうと思いました。

三森 早く一人前に、業務のこと早く覚えて先輩方のように業務ができるようになりたいです。私生活は帰ったら寝るだけです。学生の頃のように目標をもって勉強できたらと思います。

當山 患者さんとの関わりとか、制度のことも説明できるようになりたい。保険のこともわかっていないので、勉強して仕事に取り組みたいです。

森下 入職して3年間同じ医事課ですが、これからもこの部署でもっと頑張りたい。でも今度の4月の人事がどうなるかドキドキしています。プライベートは今充実していて、仕事終わりに友達と食事や温泉行っています。この状況が維持できればいいなと、でもお金も管理できるように。

馬着 楽しむためにはお金も管理しないとね。時間になりましたね。今日は貴重な時間をありがとうございました。こういう機会はよかったと思います。愚痴を言いあつたりできる場がもっと増えればいいですね。



左から松本さん、當山さん、松田さん、森下さん、三森さん

生涯皆さまの人生に伴奏していくー そんな医療を目指しています

精神保健指定医・家庭医療専門医 小林 真一

皆さまは食欲低下や胃痛、下痢、便秘などの症状が出ればまずは消化器内科のクリニックを受診されることと思います。同じく胸痛や動悸があれば循環器内科を、蕁麻疹や肌荒れなら皮膚科、頭痛やめまいなどは神経内科を受診されるでしょう。

しかしそれでもなんとなくすっきりしないため内服がどんどん増えていったり、複数の医療機関を受診されたりしたこ

とがありませんか？

昨今の情報化社会、超高齢化、新型コロナウイルス感染症など目まぐるしく社会は変化しており、適応していくには困難を極めます。当然ではありますが心と身体は一体であり、本人の気がつかないうちに精神的な原因で身体症状に影響を及ぼすことがあります。こんな時、精神科病院は皆さんのお役に立てる可能性があります。

こころと身体を総合的に診る 菊陽病院の精神科医療



例えばうつ病では食欲不振や気分の落ち込み、不眠など典型的な症状だけでなく、腹痛や胸痛、めまいなど一見うつ病とは考えにくい症状のみが目立つときがあります。頻尿や過敏性腸症候群なども精神的アプローチが奏功する場合を数多く経験します。パニック障害、過換気症候群など“自分は死ぬかもしれない”という恐怖に襲われますが、薬剤による適切な対処療法に加え、専門的な精神療法の併用が効果を発揮します。

●当院はアルコールやギャンブル依存症に関して長年の実績を上げてきました。

依存症を形成するまでには様々な要因があり、ご本人のみならず周囲のご家族へのアプローチも重要なポイントとなります。外来で対応できない場合、約3カ月の入院期間を設け、専門治療プログラムをご用意しています。

ここで様々な要因を自ら分析いただき、断酒に向けた学習を集中的に行います。退院前にはご家族も含めたカンファレンスや自宅訪問などを行い、退院後の断酒継続に向けた強力なサポート体制を確認します。

●当院では内科や総合診療科、外科、放射線科、耳鼻科など様々な診療科の経験を持つ精神科医師が多く、精神科一辺倒ではなく内科的なアプローチも同時に重要と考えています。

アルコール依存症に限らず精神疾患には糖尿病や脂質異常症などの代謝系疾患、不整脈などの循環器疾患、胃潰瘍や肝障害などの消化器系疾患、その他慢性肝臓病や膠原病など身体的な疾患の合併を多く認めます。

特に認知症では脳梗塞、脳出血、正常圧水頭症、感染症など内科や外科的処置を要する疾患を見極める医学知識が必要です。精神科といえどもすべてを精神的な原因に求めるのは危険です。こういった内科疾患を除外した上で安心して精神科

治療を行うことが精神科病院として極めて重要な態度であると我々は考えています。

内科治療が必要なケースでは関連病院である「くわみず病院」との連携、また地域性を重視すれば「くすのきクリニック」「平和クリニック」など訪問診療、訪問看護なども含めたきめ細かい対応が可能です。

今後、疾患縦割りの医療は行き詰まりをみせると考えられます。こころと身体は切り離せるものではなく、総合的に診ていかなければなりません。ライフサイクルの変化に合わせ、生涯皆様の人生に伴走していく、そんな医療を我々は目指しています。

精神科専門医を養成する専門研修基幹型病院として

当院は精神科の専門医を育てる医療機関として、「専門研修基幹型病院」の認定を受けています。専門医とは、内科や外科・皮膚科など様々な診療科がある中で、1つの診療科の専門の「研修プログラム」で決められた期間(通常3年間)に決められた症例数を経験し、試験に合格した、その道のプロと認定された医師のことを指します。

当院では精神科の専門医を目指す医師に向けた「精神科専門研修」プログラムを用意し、専門医取得へのサポートを行っています。

2023年1月現在、当院には専門医を目指す医師は5名在籍、日々研鑽を積んでいます。

当院プログラムの特長として

- ・多様な症状の患者さまの診療に携わることが出来る。
- ・治療の過程で多職種と連携し関わっていく過程を学べる。
- ・外部の連携している病院で研修を行う。

など多彩な内容を盛り込んだプログラムとなっています。

患者さまの診療方針を複数の医師で検討する症例検討会を以前から積極的に行っていますが、コロナ禍で普及が急速に進んだオンライン会議システムも導入し、くわみず病院や水俣協立病院の医師も参加することで、より充実した指導体制を構築しています。

引き続き未来の精神科医療を担う医師の養成に引き続き務めていきます。



オンラインによる症例検討会

デイケアでの新たな取り組み ーリワーク・依存症回復プログラムー

デイケア 中野 淑江

2022年4月より、精神科デイケアのプログラムに、「リワーク・依存症回復プログラム」を立ち上げました。精神的不調で会社を休職し、復職に向けてのリハビリプログラムです。

日本うつ病リワーク協会の研修を受けた、医師・作業療法士・精神保健福祉士・公認心理士・看護師が主となり、プログラムを運営しています。対象となる方は、うつ病・適応障害・アルコール依存症です。アルコール依存症の方の受け入れは、県下でも新しい試みです。

リワークを始めるにあたり、準備期間6か月と短い期間でしたが、積副院長をリーダーに、プロジェクトを立ち上げ、月2回会議を開き、場所の設定、他病院への見学、研修、広報、職員へ

の周知など、プロジェクトメンバーが団結して、当初の計画通り、4月よりスタートを迎えることができました。利用者2名からのスタートで、10月現在、8名の方が通所しています。プログラムもマインドフルネス・アサーショントレーニング・ヨガ・園芸療法(ハーブづくり)・コーピングトレーニング・認知行動療法(AL依存症)・自己分析など、週2日から開始し、段階を踏み、自分のペースでプログラムに取り組み、復職に向け、再発しない工夫など、自分自身の問題に気づき、生き方を変えていけるよう援助を行っています。

職場とも連携しながら、10月までに、3名の方が、卒業し復職されました。

私たちは、休職せざるをえなくなった生活状況や労働環境を理解し、回復に向けて共に考え、働きたい、働き続けたい希望と思いに沿うリワークを目指していきたいと思えます。



リワークの入口は、園芸プログラムで寄せ植えをしました。

疾患別リハビリテーションの取り組み リハビリテーション室 中園 純子

菊陽病院リハビリテーション室では、疾患別リハビリテーションを導入して、早1年が経ちます。精神科に入院中の多くが多様な身体合併症を併発している現状にあり、身体的側面にアプローチするリハビリテーションは需要が高まる一方で、“こころ”も“からだ”も一体的に捉え、集団作業療法と個別身体リハビリの両側からアプローチを行うことにより、患者さんの身体機能・生活機能を高め、退院後の地域生活を長く維持していくことが目標です。

現在、当院の疾患別リハビリテーションには理学療法士と作業療法士の2名が従事しています。精神科内でのリハビリ治療環境や一人一人の患者さんの精神疾患の特性を理解した上でのリハビリ実践はやはり戸惑いも多いようですが、反面、これまで未介入であった精神科領域の身体リハビリテーションは未知数に遣り甲斐があるように見受けられます。運動提供に止まらず、多職種と協働し、安全な福祉機器の選定や動作法の学習提供など業務内容も多岐に渡っています。最近では、施設課とのコラボレーションで良肢位を保ちながら目的動作が

可能な車椅子補助テーブルや座面シートの作成も試みました。自立度や状態像を考慮し細やかに環境を整えていくことで、患者さんの健康的側面はさらに向上することが期待できます。今後も患者・職員の“こころ”も“からだ”も元気にする為に、菊陽の精神科リハビリテーションだからこそ『できる実践・工夫』を積み重ねていきたいと思えます。引き続き、今年もどうぞ宜しくお願い致します。



施設課とコラボして補助テーブルを作成。古い車椅子も見違えるようです!!

2022年度熊本県ギャンブル等 依存症治療拠点機関研修

ソーシャルワーカー室 村上 幸大

2022年9月8日(木)に2022年度熊本県ギャンブル等依存症治療拠点機関研修を行いました。2019年から菊池圏域の支援者を対象に依存症研修をはじめましたが、2020年3月から熊本県のアルコール健康障害、ギャンブル等依存症に関する治療拠点機関に選定されたことから、県内全体に向けて行う啓発活動として年1回開催しております。今回はギャンブル依存症研修の第2回目として、テーマは「借金を打ち明けられたら」という内容で副院長の尾上、ギャンブル依存症と多重債務の相談などを長年対応してこられたクレサラ被害をなくす会の高濱様の講義と、ギャンブル依存症当事者のご家族からの体験談発表という内容でした。ギャンブル依存症の借金問

題を扱った研修はこれまでにあまりなかったせいか、精神科医療機関のみならず社会福祉協議会、地域包括支援センター、相談支援事業所や行政の方など74機関からご参加いただきました。

ギャンブル依存症は受診につながるまでのハードルは非常に高く、理解の乏しさを痛感しています。借金を打ち明けられた場合にすぐに債務整理や肩代わりを行うのではなく、その借金の背景にあるものに目を向け、病院や専門家と連携を図っていくことが重要です。今後もギャンブル依存症の理解を広げていくために研修開催を行っていきたいと思います。

精神科における実習受け入れについて 実習担当 小柳 英理奈

当院の臨地実習受け入れは2005年スタートし、現在4つの看護学校の実習受け入れを行っています。実習控室の整備や高校生職場体験の様子を写真にまとめ高校に持参したり、卒業生との学校訪問、多職種で月に1度会議を実施し、学生がスタッフの行動を見てコミュニケーション技術を学び、疾患だけに捉われず多角的に患者さんの理解を図り、ケアを考察し、成功体験を積み重ねるといふ大変重要な実習の役割が果たせるよう努めてきました。しかし、コロナ感染により実習期間短縮や中止をせざるをえない中、当院に初めて心理士や精神保健福祉士の実習要請も来ました。学生指導は未来の医療・看護

の発展・後継者育成に繋がり、コロナ禍の今だからこそ、私たちが生き生き楽しく働いている姿や学生を受け入れていることが大事なのではと話し合い実習を受け入れ、実習できなかった看護学校にはリモートで当院や精神科看護について説明し、病院紹介動画も作成しました。色々工夫したことで学生からはコミュニケーション・信頼関係・社会復帰等多くの質問が寄せられました。多職種で力を合わせ、一人でも多くの学生に精神科実習が楽しかった・やりがいがあると感じてもらえるよう病院一丸となり取り組んでいます。



オリエンテーションの様子



診療科 精神科 / 神経科 / 内科 / 放射線科 / 歯科

■土曜・日曜・祝日／休診

※初めての方のご予約が必要です。必ず事前にご連絡ください。

■発熱外来・コロナワクチン接種対応

(ワクチン接種予約は菊陽町ワクチンコールセンターへ TEL:096-234-7077)

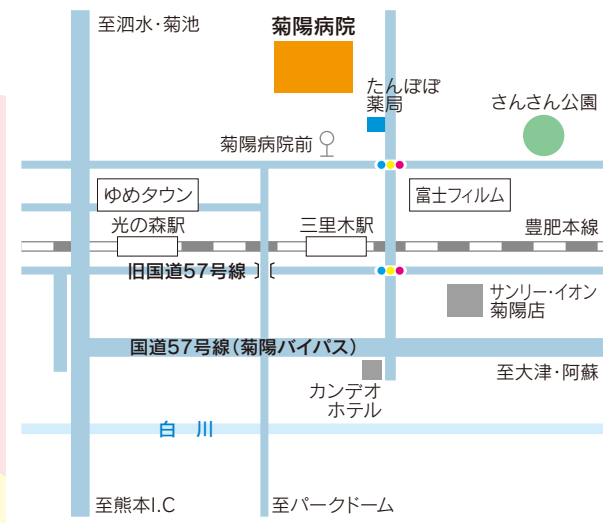
社会医療法人 芳和会

熊本市:くわみず病院、くすのきクリニック、平和クリニック、八王寺の杜

水俣市:水俣協立病院、協立クリニック、訪問看護ステーション協立

八代市:八代中央クリニック

天草市:天草ふれあいクリニック



KIKUYO HOSPITAL
菊陽病院

〒869-1102 熊本県菊池郡菊陽町大字原水5587
TEL:096-232-3171 FAX:096-232-0741
ホームページアドレス / <https://www.kikuyouhp.jp>

ACCESS

熊本市中心部より『車』で……………約30分
熊本インターより『車』で……………約10分
三里木駅より『徒歩』で……………約15分
JR豊肥本線 三里木駅を目印にお越し下さい。

発行責任者 菊陽病院 院長 橋本 和子