

医療法人善慈会 大分丘の上病院広報誌



丘の上だより

平成22年5月発行 Vol.21



..... <目次>

1. 新病棟体制にchange P2
2. アルコール治療プログラム ... P3
3. ジャズコンサート P3
4. 専門性を生かした訪問看護 ... P4
5. ココロが強くなる栄養素 P4

病院理念

◇大分丘の上病院は、医療・保健・福祉を通じて、人々の健康向上に寄与し、地域社会の発展に貢献する。

病院の基本方針

- ◇児童思春期精神医療を特徴として、広く精神科医療に取り組みます。
- ◇人権を尊重し、自由であり、共に歩み、社会性と自立を目指す医療を行います。
- ◇科学的な医療技術とヒューマンズムのある医療精神の向上に努めます。
- ◇安全管理とインフォームドコンセント(説明と同意)を徹底します。
- ◇人格の研鑽をつみ、有能で思いやりのある医療人を目指します。
- ◇各職種の実習病院として教育に携わり、モデルとなる病院を目指します。

11010年、新病棟体制に changeしました。



院長
帆 秋 善 生

<change>

大分丘の上病院は、開業から2年間の歴史の中で、3回の病棟再編を行ってきましたが、平成22年度になり、新たに4度目の病棟再編を行いました。

平成20年度の当院の治療実績は、年間新患者数584人、年間入院患者数469人と、受診者はとても多く、それでいて、入院患者さんの平均在院日数は99.4日で、新規入院患者さんの71%が3ヶ月以内に退院し、88%が6ヶ月以内に退院しています。

このように、活発な精神科医療を行っているのですが、患者さんが入院できる病棟は2つしかなく、病棟には最近入院してきたばかりの新患者さんと6ヶ月間以上も入院している患者さんが 一緒にいて、病状に合



新館1階療養病棟

わせた個々の治療がうまく行えなくなっていました。

今精神科医療に求められているものは、短期の入院治療、退院の促進、退院後の地域生活支援です。そこで、当院での入院治療を①急性期治療、②慢性化治療 ③療養社会復帰治療の3つに機能分化して治療を行えるように病棟を再編成 (change) しました。

<3つの病棟と地域生活サポートステーション>

①本館3階病棟は56床の急性期治療病棟とし、新規入院患者さんの70%は3ヶ月以内に退院できるように努めています。

②入院が3ヶ月以上になり入院が長くなった方は2階をリハビリテーション病棟(54床)と名付けて、更なる病状の改善をはかっています。

③病状が固定した方や安定したものの帰る場所がない方には、新館1階療養病棟(30床)で社会復帰に結び付く治療を行っています。

④退院後の生活は、外来通院治療と並行して、新館2階地域生活サポートステーションで、デイナイトケア、訪問看護を行い、人暮らしが難しい方は自立訓練共同住居「花梨」(6部屋)で単身生活ができるよう訓練を行っています。

それぞれの病棟や場所で、病状の状態に応じて、専門のスタッフが薬物治療、看護、生活療法、作業療法、集団精神療法、心理療法、精神科リハビリテーション ケースワークなどをを行っています。



本館3階急性期治療病棟

<これから>

当院に入院される患者さんが1日も早く回復し、退院し、自宅生活、単身生活、社会参加ができるように、いろんな試みをこれからも行っていきます。

病気を治して、社会参加ができるでしょうか と問いかける患者さんに Yes, We, Can と答えられる医療を考えていきます。

当院におけるアルコール治療プログラム



3病棟看護師

河久 慶 昭

アルコール依存症とは 自分の意思で飲酒のコントロールが出来なくなり 大量飲酒を引き起こしてしまう病気で 渴望という飲酒欲求が常に襲ってきます。

この病気は 目かかると回復はしますが完治はしません。 生断酒をしないことには 同じ事を繰り返すだけの事です。

では どうしたらいいのかアルコールに対してきちんと学習し、向き合っていけばいいのです。 飲み過ぎるとどうなるか 体にとどのような影響があるのか 家族や友人、職場でどのように過ごしていけばいいかを学習することで、お酒のない生活を送ることが出来ます。

そのために当院では 2年前からアルコール治療プログラム(ARPP)を導入しています。

これは専門のスタッフが付き、3ヶ月間でアルコールに対する学習 院内自助グループ 作業療法への参加を行い 依存を知り アルコールの害について学び しっかりと生活を送ることの大切さを学んでもらいます。

この病気は家族も周囲の人々も巻き込んでいく病気です。

何十年飲んでいたなくても、ほんの数週間続いただけで、酷かった頃の飲酒生活に戻ってしまいます。それ

を知らないで、治ったと思い飲ませたら どうなるか結果は出ています。

気が付かないうちに家族も共依存化しており 本人の飲める環境を作っているケ スがほとんどです。 当院のARPPには家族の方も 一緒に学んでいただく為に 家族会というものが有ります。

家族も 一緒に学んでいく事が大切です。 当院では 本人に治療する意欲のない場合は入院を避けていただいています。 本気で取り組まないことには 入院してもただ悪戯に時が過ぎていくだけです。

周囲がフォローする代わりに自身も治す意欲を持って取り組んでいただかないと、周囲だけが熱心に取り組んでも回復は難しいのです。 本人と家族、主治医 スタッフ 自助グループが 絡になって取り組んでいく、それがアルコール依存症の治療です。

3ヶ月目が近づいたら 自宅近くのAA(アルコールリクスアノ マス)もしくは断酒会といった、以前アルコール依存で苦しんでいた人々が行っているグループに参加していただきます。 そこに通うことで、同じ経験をした方からのアドバイスや 同じ飲酒欲求に苦しむ仲間が自分以外にいることを知っていくことができます。

病院の治療、自助グループへの参加、抗酒剤といった断酒3原則を守っていく事が大切です。 当院のARPPは、その為の学習の場と想っています。

毎年恒例のジャズコンサート開催



作業療法士

正尾 麗子

去る4月26日、大分県の上病院恒例のジャズコンサートが開催されました。

「本物」に触れることで刺激を受け 心を癒され 明日への希望を持つていただきたという院長の思いから、当院では、ジャズキタ リストの若見淳二さんと、奥様であるYAYOIさんをお迎えして、心温まるコンサートを毎年開催しています。7回目となる今回のコンサートでは、ジャズやボサノバをはじめロック、ポップス 演歌など幅広いジャンルの音楽を奏でていただきました。

コンサートでは 曲に合わせてリズムを取る方、手拍子を入れる方、 一緒に歌を口ずさまれる方、にこやかに音楽に響き入る方など、いつもとは少し違うキマキマした笑顔の患者さんを目にし、改めて音楽の持つ力を実感しました。 中盤では、若見さんのキタ に合わせ 院長の歌声も披露されました。 アンコールでは参加者全員による「上を向いて歩こう」の大会唱も聞かれ コンサートは大盛況の内に閉幕しました。

優しくそして楽しい時間はあっという間に過ぎましたが、温かい歌声、心を解きほぐしてくれるキタ の音色、キラキラのこの日の思い出はしっかりと心に残る事と想っています。



若見淳二 & YAYOI

病院までのご案内



- 大分駅より車で約25分(米良バイパスが道端)
- 大分自動車道米良インターより車で約10分
- 豊肥本線「中判日駅」より車で約5分

発行
医療法人善慈会 大分丘の上病院

〒879-7501 大分市大字竹中1403
TEL 097 597 3660
FAX 097 597 3657
ホームページアドレス
<http://www.okanoue-hospital.com/>

● 職種の専門性を生かした訪問看護



地域生活サポートステーション
看護師
今村 博子

当院の訪問看護は、約1年前から、看護師だけでなく精神保健福祉士、作業療法士が単独で行うようになりました。

看護師の訪問看護は、病状の観察や内服の確認、困りごとや不安についての相談、家庭の支援などが中心になります。

精神保健福祉士は、社会資源の活用という点で、作業所の紹介や

見学に同行したり、経済的な面での相談に乗ったりもしています。

作業療法士は、1日の生活の流れに焦点を当てて分析評価し、時には自宅での個人OTも行っていきます。

毎日夕方に地域生活のS Sスタッフが全員で行っている。フィングで、その日の情報交換をして情報の共有を図っています。それぞれの専門職が、違う視点で利用者さんを見ることで、より包括的なケアを提供できるのではないかと考えています。

イライラや落ち込みを

解消するコツは『食生活』にも!!!



管理栄養士
木田 しのぶ

今回は、院内での栄養指導時に人気のある内容を紹介したいと思います。

●ココロが強くなる栄養素!

※糖質・炭水化物(米・パン・麺など)

糖質は脳内神経伝達物質のセロトニンの分泌を促進します。うつ病の人はセロトニンの量が低下しているといわれています。糖質を補給する時は、甘いものではなく穀類を選びましょう。

※たんぱく質(肉・魚・豆腐など)

ストレスがかかると、たんぱく質を構成するアミノ酸が大量に消費されます。体内で合成することのできないトリプトファンは食品から摂りましょう。(牛乳 パナナ 大豆製品に多く含まれる) リラックスな気分をもたらす、睡眠、精神安定作用をもつセロトニンを作りますから、十分な補給が必要です。

※ビタミン(野菜・果物・レバーなど)

ストレスで消耗するホルモンなどは、

その合成にビタミンCが必要。

また、神経系に作用するビタミンB群は、抗ストレス効果が高いとされています。B群はできるだけ多く組み合わせることで摂りましょう。(レバー 青魚 牛乳 パナナ)

※ミネラル(小魚・海藻・乳製品など)

イライラを抑えるカルシウム、さらにカルシウムの働きを助けるマグネシウムはコンビで摂りましょう。(牛乳 煮干 青菜)

ストレスがたまってココロが弱くなった時こそ、栄養バランスのよい食事を...

トリプトファン

人間の感情は、外部刺激などを神経伝達物質が脳に伝えることによっても生まれます。

神経伝達物質は、アミノ酸から作られます。例えば穏やかな気持ちを作るセロトニンはトリプトファンというアミノ酸から作られます。体内で作ることが出来ないアミノ酸ですから、食べ物から摂りましょう。