



Dec.,2011

No. 1b

(医) 千葉県立会
三国丘病院

巻頭言

最近、患者さんと関わっていて思うのは、本来の脳機能にとって好ましい生活とはどういうものかということです。例えば、患者さんの中には、正午過ぎに起床して、一日誰とも会わず話さず、することがないと言って何もせずに横になって過ごし、夜は眠れないのでつらいと言っては、睡眠薬を要求するという方がおられます。決して重症な精神障害という訳ではないのです。

さて、脳は、自然環境との相互作用の過程で長い時間をかけ進化してきたはずですし、私たちは生まれてから、養育者と眼を合わせ、話しかけられ、適切な栄養を与えられ、運動し、また他者との関係の中に置かれることにより、脳機能は社会的に適応できるように発達をとげるわけです。従って、現代社会が、人類の脳を進化させてきた自然環境とかけ離れたものになればなるほど、また、その人の生活リズム、食生活、対人環境などが、脳機能を自然に作動させてきた本来の姿から逸脱すればするほど、脳機能に変調を来たすであろうことは容易に想像できます。その上、不適切な薬物療法が加わればどうなるかは、自戒すべき問題です。

上記で示したような患者さんの場合、睡眠薬を增量する前に、生活リズムを整え、食事をとり、日中適度な運動や手仕事をし、誰かと会話するといった生活指導を根気よく行うことによって、少しづつ活気を取り戻されることがあります。一人でなかなかできない場合が多く、デイケア、作業療法、訪問看護指導などの導入ができるれば、それがきっかけに生活が改善されることもよくみられます。社会的治療やエビデンス以前の生活指導がいかに大事かということを実感させられることが多くなったように思います。

医療法人サヂカム会理事長・三国丘病院院長 千頭 孝史 (ちかみ たかし)

病院理念

「誠意ある明るく開かれたこころの医療」

基本方針

1. 安全で安心できる医療を目指します。
2. 説明と同意に基づく信頼される医療を目指します。
3. 患者さまの人権を尊重し、誠実な態度で業務に励みます。
4. 研鑽に励み、質の高いチーム医療を目指します。
5. 専門的知識と経験を生かし、地域の精神保健福祉活動に協力します。



日本医療機能評価機構
病院機能評価認定病院

職員紹介

はじめまして、本年4月より三国丘病院に勤務させていただきました後藤彩子と申します。

出身は堺市で、中学高校は四天王寺学園に通いました。卒業後は和歌山県立医科大学に進学し、大学時代は和歌山で過ごしました。当時は1学年60人と少人数であったこともあり団結力も強く、楽しい大学生活を送ることができました。

大学卒業後は大阪に戻り、大阪市立大学付属病院で2年間研修しました。その後市立大学の神経精神科医局に入局させていただきました。

本年4月より大学院に進学し、児童青年期精神医学を勉強しています。

三国丘病院では水曜日の午前午後と金曜日の午前、三国丘こころのクリニックでは火曜日の午前に外来を担当させていただいている。今後ともよろしくお願ひ致します。
(ごとうあやこ)



院外
レクリエー
ション



外来患者さんとみかん狩り(於富田林やまひこ園・11月2日)



毎年恒例の
ハッスル運動
会(堺市精神
障害者地域交
流運動会)



(於堺市立ナショナルト
レーニングセンター・
10月20日)

入院案内

●診療所やほかの医療機関の先生方から、入院紹介の流れについてお問い合わせが時折あります。なかには「紹介する患者さんへ何と説明してあげたらよいのか」というお声もありますので、当院での手順について、この場を借りてご案内いたします。

お問合せ

- ① まずお電話ください。
精神保健福祉士(都合により
外来看護師)が対応します。
Tel 072-233-1880
Fax 072-222-1709

- ② 当院での治療・対応
が可能かどうか、お話を伺います。
そのうえで、来ていただく日時を決めさせていただきます。

- ③ 空床状況確認など、
少々時間をいただく場合には、
折り返しこちらからご連絡させていただきます。

来院・受付

- ④ 患者さまは保険証をご持参ください。受付にて新規登録いたします。紹介状(診療情報提供)も、受付にお渡しください。

予診

- ⑤ 予診: 診察前に、
担当精神保健福祉士
が経緯、症状等をお伺いします。

診察

- ⑥ 診察: 予診内容の確認、
診断、治療の方向性、当院での治療の可否等を含めて、診察いたします。入院に不安のある方には、病棟・病室の見学もしていただけます。

ご入院

- ⑦ 入院決定後、入院説明・手続きとなります。その後、病室までご案内いたします。

- 入院時にご用意いただくもの: 印鑑(入院手続きに必要です)、衣類(普段着、下着類)、洗面・洗髪用具(洗面鏡、歯ブラシ等)、日用品(タオル、ティッシュ等)、他。その他持ち物、費用に関しては、担当者にお尋ねください。●当院は全館禁煙ですので、タバコは吸えません。●携帯電話は、院内ルールを守つていただければ使用いただけます(同意書必要)。●刃物・危険物等、病棟に持ち込みできない物があります。



三国丘こころのケアセンター開設



当院隣地を昨年12月に取得し、このたび、本院のデイケア「けやき」を移設し、11月1日から運営を開始しております。今後は、「三国丘こころのケアセンター」として、精神科訪問看護、デイケアを中心とした地域生活支援活動の一拠点となることを目指します。また、心理相談も行なっていく予定です。



子どものこころ

6

災害後の子どものストレス反応とケア

今回の東日本大震災などの大規模災害は、言うまでもなく、われわれに非常に大きな心理的ストレスを与えます。災害によるストレス反応には、いわゆる PTSD に見られる症状以外にもさまざまなものが認められます。子どもの場合、大人に比べて心身機能が未文化で、言語機能が十分に発達していないため、ストレスが身体症状や行動の変化として表現されることが多いです。年齢によって反応も異なりますが、災害後の子どもに認められる反応には、一般的に以下のものが言われています。

- 1) 災害遊びや悪夢などで災害時の体験を想い起こし不安になる。
- 2) 災害に関連するものを避けようとする。
- 3) 感情が麻痺したようになる。
- 4) 食欲がなく、何もする気が起らなくなる。
- 5) 感情的に高揚する。
- 6) 不眠・夜泣き・落ちつかない・いらっしゃる・小さな物音に驚くなど過度に覚醒する。
- 7) 甘えがひどくなったり、夜尿などの退行（子ども返り・赤ちゃん返り）をするようになる。
- 8) 登園しぶり・後追いなどの分離不安を示す。



子どもが現わしている様々な反応について、「大きなストレスに曝されれば現れるもので、いわば人間にとてあたりまえの反応である」ということを、まず親御さんに理解してもらうことが重要です。子どもが遊びや描画の中に災害体験を再現しているのは、実は不安を整理し、処理していると考えられますし、赤ちゃん返りは、安心感を得ようとしている心理機制ととらえることができます。このように子どもの現わしている反応を認め、意味を理解し、十分に受け入れることが、子どもの安心感を強め、回復への早道になると思われます。

早期（2週間以内）に、被災体験を語る（デブリーフィング：debriefing）ことが、PTSD の予防に効果があると言われていたことがかつてありました。現在では疑問視されています。体験の細部を聞き出したり、感情をはき出させたりすることは、PTSD を悪化させ、逆に有害であるという報告もあり、最近では否定的な見解が優位です。それよりはむしろ、被災した子どもの周りに、理解者のネットワークを作り、子どもが安心することのできる環境づくりをすることのほうが優先と思われます。

また親も被災者である場合が多く、親自身の悩みに耳を傾けることも大切です。上述したように、結局は、親を支えることが子どもの心の回復につながるでしょう。子どもが安心することのできる環境づくりのためには、まわりの大人的安定がまず必要で、子どもを持つ家族全体・地域全体を多面的に支援する必要があると思われます。

上記の反応は、通常は最初の数週間で軽快すると言われていますが、激しすぎたり、長期化したりして、普段の生活に支障となるのであれば、何らかの援助・支援が必要となるでしょう。

外来案内



Information & Guidance

平成 23 年 4 月 1 日～

	月	火	水	木	金	土
午 前	1 診 齊藤☆	河口☆	天富	菅谷	千頭☆	菅谷
午 後	2 診 楠部☆*	千頭☆	後藤*	齊藤☆	後藤*	河口*
午 前	1 診 千頭☆	原口	後藤	原口☆	河口	齊藤☆
午 後	2 診 原口	—	奥野☆	辻☆	—	河口☆

☆：予約診察。予約は外来看護窓口でお取り下さい。

*：薬のみ診察の方。1時間ほどで第1診察室に切り替わります。

(月) 午前第2診察室は1時間程度お薬の後、

予約診察に切り替わります。

△担当医が変更になることがあります。事前にお問い合わせください。

△児童精神科外来：

(月) 午前 第2診察室

(水) 午後 第2診察室

(土) 午後 第2診察室 すべて予約制

【診察時間】 (月)～(土) 午前 9:00～12:00(受付は11:00まで)

午後 2:00～5:00(受付は3:30まで)

【休診日】 日曜、祝日、年末年始(12/29 午後～1/3)、創立記念日(1/4)

Access & Map



病院案内

〒590-0027 大阪府堺市堺区榎元町1丁5番1号

TEL 072-233-1880

FAX 072-222-1709

URL <http://www1.kcn.ne.jp/~mokuno/>

●南海高野線 堀東駅下車

東出口より、南東へ徒歩約5分。

●駐車スペースが非常に少ないため、
できるだけ電車等の公共交通機関を
ご利用ください。



- 診療科目 精神科・心療内科・神経内科・児童精神科
- 開設者 千頭孝史
- 精神科病床 144床
- 昭和36年開設
- 精神科病棟 15対1
- 看護師比率 70%以上
- 看護補助 10対1
- 完全院外調理
- 併設施設・承認等
 - ・薬剤管理指導施設
 - ・精神科作業療法施設
 - ・精神科デイケア(大規模)「けやき」
 - ・付属診療所 三国丘こころのクリニック
〔院長 奥野正景〕併設:こどもショートケア「和一なごみ」
 - ・共同生活援助・共同生活介護 グループホームえびす
 - ・臨床研修病院(協力型)
 - ・清恵会医療専門学院准看護学科実習施設
 - ・白鳳女子短期大学看護学専攻実習施設
 - ・日本医療機能評価機構 病院機能評価認定病院

■ 地域精神保健活動

- ・阪奈中央リハビリテーション専門学校作業療法実習病院
- ・堺市教育委員会嘱託医
- ・堺市就学指導委員会委員
- ・大阪府立堺支援学校校医
- ・大阪市立大学医学部非常勤講師
- ・堺市こどもセンター非常勤医師
- ・近畿中央胸部疾患センターリハビリテーション学院非常勤講師
- ・大阪市嘱託医
- ・堺市嘱託医
- ・大阪府堺地域産業保健センター メンタルヘルス相談

