

# こもれび

第16号

平成25年11月25日発行  
県立こころの医療センター広報誌



こころの医療センター文化祭作品の出来栄えに感心する地域の人々

## 今は昔…

### 病院のあゆみ(昭和60年頃)

昭和60年に国際科学技術博覧会が県内の筑波研究学園都市で開かれたのにあわせて、全国自治体病院学会精神科部会会長・医長研修会が婦長研修会とともに当こころの医療センター(旧友部病院)が担当して開催された。

また、病院では最後の建物になるであろうと言われるレクリエーションセンター(体育館)が昭和61年3月に完成し、手狭であった講堂に代わって、各種の室内運動競技や演芸会の催しの場として使用された。

この頃の最大の問題は入院患者の平均在院日数の長期化と高齢化であり、昭和58年度800日、昭和59年度843日と延びているうえ、60歳以上の入院患者も昭和60年度80人、61年度85人、62年度100人、63年度105人と着実に増加したことであった。特に社会復帰病棟と名のつく開放病棟に長期入院患者が多く、男性の3つの開放病棟に退院による動きがないのは皮肉な話であった。

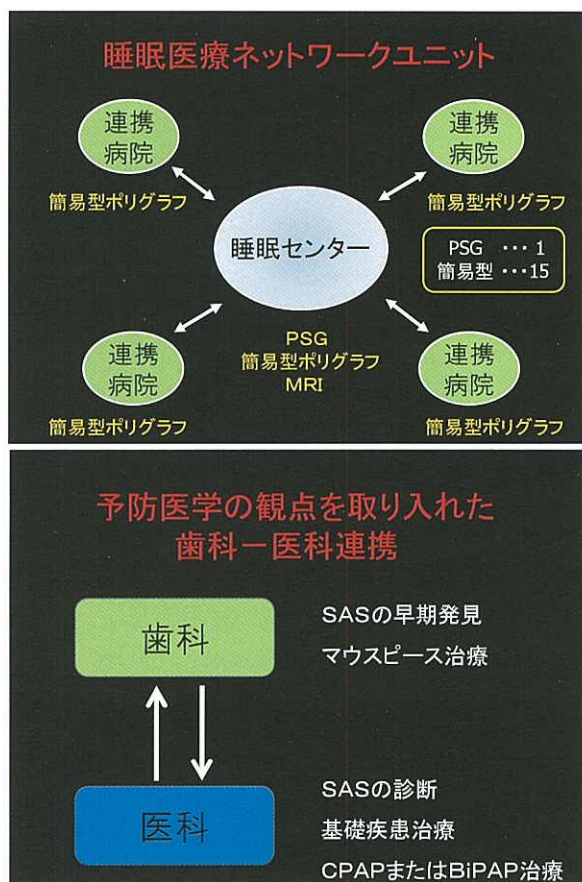


レクリエーションセンターで作業療法に取り組む患者さんとスタッフ

事務局長 加藤進



前回、人類が進化の過程で言語獲得の代償として抱えることになった宿命の病—睡眠呼吸障害 SDB—について述べ、これがすべての年代にわたって心身の健康に多大な悪影響を及ぼしていることを説明しました。特にその亜型である睡眠時無呼吸症候群 SAS は、厚生労働省が我が国の重要な医療課題として掲げる 5 疾病のうち癌を除くすべて（脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病、精神疾患）の隠れた増悪因子となっており、さらに交通事故・産業事故のありふれた原因ともなっています。したがって、SAS 対策こそが 5 疾病時代の我が国の最大の医療課題であると言えるのです。しかし、一般にその認識は十分とは言えず、全国的にみて他の医療分野と直結した SDB の診断・治療体制の整備は不十分です。茨城県の医療を全国有数の水準に引き上げるための必要十分条件は、SDB に効果的に対処するための全県的な睡眠医療ネットワークと歯科—医科連携を構築することである、と私は考えています。これが実現すれば、健康寿命日本一を達成することも可能です。今回は、この 2 つの構想について説明しましょう。



まず、いくつかの地域ごとに睡眠センターとその連携病院からなるユニットを作ります（上図）。各睡眠センターには、睡眠の性状を正確に測定する終夜睡眠ポリグラフ(PSG)、睡眠中の呼吸状態と動脈血酸素飽和度をモニターする簡易型ポリグラフ、そしてMRIを完備し、連携病院にはそれぞれ複数の簡易型ポリグラフを整備するものとします。このユニット内部において、簡易型ポリグラフを用いてSDBが疑われる症例のスクリーニングを行い、適宜PSGを完備した睡眠センターに依頼してSDBの診断と病態評価を行い、治療法を策定し、元の医療機関に戻します。治療は、病態に応じて耳鼻科治療（アデノイド切除など）、歯科的治療（マウスピース作成）、CPAP治療などが選択できます。対象となる患者さんは、循環器内科、呼吸器内科、消化器内科、糖尿病代謝内科、婦人科（更年期外来）、整形外科、精神科、心療内科、小児科など多くの臨床領域に亘りますが、このような臨床各科と睡眠医療ネットワークユニットとが直結していることが重要です。

2つ目の、そしてより重要なポイントは、予防医学的観点を取り入れた歯科—医科連携の構築です（下図）。歯科では、歯の腐蝕の状態ばかりでなく、子供から大人までのすべての年代の人を対象に噛み合わせの状態と口腔内の状態を詳しく評価するため、合併症が生じる前の段階で、SDBの早期発見に繋げることが可能です。そこで、歯科でSDBを早期発見し、適宜医科（睡眠センター）に繋いでもらい、SDB診断と治療法の策定を行うのです。歯科で行うマウスピース作成はSDB治療の選択肢のひとつとなっているので、医科から歯科への逆紹介により治療が実現します。このような双方向の歯科—医科連携はSDB対策に大きな力を発揮するはずで

す。予防医学的観点を取り入れた歯科—医科連携の実現と県内に張り巡らせた睡眠医療ネットワークの構築、この2つこそがこれからの県民のこころと身体の健康を護る最も現実的で有効な医療の基本戦略といえるでしょう。



# 第1回こころの医療センター文化祭 大盛況！

こころの医療センターでは、10月29日～11月22日の間、写真や絵画、書道、手工芸品などの作品を展示した「第1回こころの医療センター文化祭」を開催しました。作品は患者さんやそのご家族の他、病院スタッフ、ボランティア、地元高校生からも力作を応募していただきました。

今回の文化祭は、病院ボランティア「ほほえみ」の皆さんの発案によるもので、初めての開催にも関わらず、162点もの作品応募があり、一点一点丁寧に正面入口、交流プラザ、外来通路などに展示させていただきました。



外来受付へ向かう廊下に展示された作品の数々



作品を鑑賞に来院した「小美玉市お買い物ツアー」参加者の皆さん

## ＜アンケート結果＞

- ・作品のレベルが高く驚きました。たくさんの方に作品に囲まれ、診察を待つ時間が短く感じました(40代女性)
- ・私も70歳で手芸は好きですが、すごく丁寧に作品が出来ているのにびっくりです(70代女性)
- ・とてもよい取り組みだと思います。もっと多くの方々にこの催しを知っていただきたいなと思いました(30代男性)



「あら、かわいいキューピーだこと。孫のおみやげにも欲しいなあ・・・」

## 第4回 精神科ネットワーク 実務者会議 開催

10月18日、こころの医療センターで「第4回精神科ネットワーク実務者会議」が開催されました。

今回は筑波大学附属病院認知症疾患医療センターの職員の方にも出席いただき、認知症疾患医療センターの機能や実際の活動内容等について紹介してもらいました。

グループ懇談会では前回同様、地域ごとにグループを分けました



それぞれの地域の実情について話し合いを持ちました

## 緑のカーテンコンテスト グランプリ 受賞！

当センターのグリーンカーテンが、笠間市民憲章推進協議会主催「緑のカーテンコンテスト」の事業所部門でグランプリを受賞しました。

本格的なグリーンカーテンづくりを始めて3年。「弦が上にばかり伸びる」「実の大きい種類を植えすぎてネットが切れた」といった過去の反省を踏まえ、今年は「涼しく美しく」をテーマにシンプルなカーテンをつくりました。患者さんにも大変好評で、すでに来年に向けたリクエストもいただいています。



正面玄関の左右に広がるグリーンカーテン



## 多職種チームの中で働くこと

私が担当をしている病棟の特性から、患者様とは多職種チームで関わっている。多職種とは精神科医、看護師、心理士、作業療法士、精神保健福祉士などをいい、患者様の状況に応じて薬剤師などにも加わってもらっている。

多職種チームでは、患者様の希望や意向に沿いながら、各職種がその専門的な治療やリハビリテーション・社会復帰援助などを提供することができるのが醍醐味である。時には、専門性の違いから意見が割れることもある。平和主義的な私は自身の意見を押し込めがちであるが、討論して乗り越えた時ほど心地よい瞬間はない。チーム医療の活性化と自己研鑽のために、私は「専門家として主張する」という修業をしている。

笹川礼好

## 第20回公開講座(10/30)レポート 『身体科と精神科の連携』

### 講演1「こころとからだの医療連携」

講師：関義元 先生(県立中央病院 総合診療科医長)

### 講演2「肺がん診療と医療連携」

講師：鍋木孝之 先生(県立中央病院 副院長)

今回の公開講座は、初めての試みとして県立中央病院の医師 2 名に来ていただき、身体科と精神科の連携について講演をしていただきました。

参加者からは、普段あまり聞く機会がない講演内容に、「連携の重要性を改めて感じた」「精神科ではない先生が、“こころを診る”とってくれたことがうれしい。若い先生にも学んでもらいたい」などの声がありました。



## 外来当番表

外来当番表が新しくなりましたので、ご確認ください。

H25.11.1 現在

科	診療区分	月	火	水	木	金	土	日		
精神科	新患	精神科一般	各曜日とも予約を受け付けております							
		児童・思春期	予約枠	予約枠	予約枠		予約枠			
		薬物問題				中村				
		睡眠外来		土井						
	再診	精神科一般	白鳥	影山	中村	影山	土井	影山	中村	影山
			間中	妹尾	山形	白鳥	妹尾	山形	佐藤	間中
			石川	佐藤	西村	神	石井	田村	石川	松本
			田村	石井	野尻		南場		渡部	
		児童・思春期	西村	清水	藤田	武井	清水	神	藤田	
		薬物問題					中村			
		睡眠外来		土井				鮫島(第3金曜)		
	セカンドオピニオン外来					土井				
								休診		

### 〈編集後記〉

今回の表紙の文化祭は患者さんやご家族、地域の皆さまにも大変好評をいただき、当初の予定より長く開催させていただきました。アンケートには、展示された作品をぜひ購入したいとの声も多数寄せられました。さて、来年はどうしましょうか。

少し早いのですが、皆さまどうぞよいお年を！ M子デラックス

県立こころの医療センター広報誌 第16号  
発行：福祉連携サービス部 地域医療連携室  
発行者：土井永史  
発行日：平成25年11月25日  
〒309-1717 笠間市旭町654  
TEL：0296-77-1151  
FAX：0296-77-1739