訪問看護ステーションつくしのえん

管理者　三好　明子

訪問看護という言葉を聞いたことはあるけれど、実際にどんなことをしているのかよくわからないという方も多いと思いますので、今回から３回に分けて精神科訪問看護について、お伝えしていきます。

訪問看護ステーションつくしのえんは、令和元年７月１日に開設し、ご利用者様やご家族の気持ちに寄り添い、その方らしい生活の実現を目指すことを理念に掲げて活動しています。

ご利用者様が地域での生活を続けるための支援として、看護師が定期的にご自宅等へ訪問し、体温や血圧を測定した後、生活状況（食事・睡眠・服薬等）を確認します。時には心配に思っていることなどのお話をうかがうこともありますので、訪問看護師との関わりを通じ、相談や気分転換のきっかけ、家族以外の人と関わる機会にもなります。

また、相談することで、何かの福祉サービス利用につながることもあり、訪問看護との関わりをきっかけに関係機関との「つながり」が生まれていきます。

次回は、つくしのえんの強み、具体的な取組みについてお伝えします。

訪問看護ステーション
つくしのえん
の詳細については、
電　話
017-718-7113
まで
お気軽に
お問合せください。

つくしが丘病院に来られる方、面会を希望される方へ ご協力をお願いします

○病院に来られる方（患者、患者の家族、業者等）

- 来院中はマスク着用と手指消毒を行ってください。
- 発熱等かぜ症状がある場合や新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の検査が陽性となった場合は来院を控えてください。

○面会を希望される方

- 面会は15分、２名程度とします。
- 患者・面会者ともに面会中はマスクを着用してください。
- 面会中の飲食は控えてください。
- 家族・保護者・治療に関係する者以外の面会は控えてください。

○外出泊される方

- 外出泊の迎え等の付き添いは２名程度としてください。
- 外出泊中は、手指消毒や混雑した場所でのマスク着用等の感染対策を行ってください。
- 外出泊中に発熱等の症状が現れた場合、可能であれば外宿泊を延長し、療養後に帰院してください。

つくし　つめこみニュース

外来にベビールームを設置しましたので、ご利用になりたい時は外来スタッフまでお申し出ください。(注)ミルク・お湯等はご持参ください。

青森県立つくしが丘病院
〒038-0031 青森市三内字沢部353番地92　TEL 017-787-2121
ホームページ　https://aomori-tsukushigaoka.jp/
アクセス
青森市営バス
・古川バス停から「つくしが丘病院行き」又は「岩渡行き」約20分
タクシー
・JR青森駅から約20分
・JR新青森駅から約５分

すぎな

青森県立つくしが丘病院
第188号

病　棟　紹　介

当院は、地域の保健医療・福祉関係機関と連携を図りながら、患者さんの早期の社会復帰に繋がるよう取り組んでいます。今回は、それぞれの病棟の特徴や取り組みを各看護師長から紹介します。

A　病　棟

看護師長　石岡　久美子

病床数50床の男女混合閉鎖病棟です。６月現在、１年以上の長期入院の方が全体の半数、65才以上の高齢者が約４割を占めており、その患者さんを看護スタッフ24名で支援しています。

患者さんとご家族の意向に寄り添いながら、医師やケースワーカーなど多職種でのカンファレンスを行い、地域に帰ることができるよう退院支援に力を入れており、患者さんの退院後の生活を見据えて、筋力低下予防のために病棟内でウォーキングやラジオ体操、作業療法士によるらくらく体操（椅子に座ってできる）を行ったり、生活にうるおいと活気をもたらせるよう、お花の世話や季節ごとの行事を大切にした作業に取り組んでいます。

また、訪問看護ステーションつくしのえんと連携し、患者さんが入院生活のみならず、退院してからも安心安全な生活を送れることを日々願って活動しています。

B　病　棟

看護師長　七戸　紀美子

病床数50床の男女混合・急性期の閉鎖病棟です。看護スタッフ25名の中には男性スタッフもいて、笑顔の絶えない明るい雰囲気の中、患者さんの看護にあたっています。

当病棟は、精神科急性期治療病棟として、患者さんが３ヶ月以内に退院して地域に帰ることができるように様々な支援を行っており、主治医や看護師、精神保健福祉士、公認心理師、作業療法士、薬剤師、管理栄養士などが連携して、患者さんやご家族の希望を聞きながら、退院後の生活について検討していきます。

また、作業療法として創作活動やカラオケ、回復セミナーなどのプログラムに参加して気分転換しながら病気や社会資源を知っていただく取り組みも行っており、少しでも不安なく退院できるような安心安全な看護を提供したいと思っています。

C　病　棟

看護師長　八木澤　久美子

病床数50床の男子閉鎖病棟です。患者さんの疾患は様々で、年齢層も幅広く、看護スタッフ25名で、患者さんが安全に療養生活を過ごすことができるように支援しています。

退院支援は、家族の意向を大切に受け止め、患者さんそれぞれが自分らしく生活できるように、看護師を中心に主治医や精神保健福祉士と協力して取り組んでいます。

また、入院が１年以上となる患者さんもいらっしゃるため、季節を楽しむことができるようなレクリエーションや、退院後の生活をイメージするための福祉サービスの説明会を定期的に開催しています。

ご家族との関わりを大切にし、患者さんが安全安心な入院生活が送れるように取り組んでいます。

青森県立中央病院メンタルヘルス科に赴任して

青森県立中央病院
メンタルヘルス科
佐藤　靖

初めまして。2023年４月、青森県立中央病院メンタルヘルス科に着任した佐藤です。

前任地の秋田県大館市の大館市立総合病院は、脳神経内科常勤医がおらず、全国有数の高齢化地帯を背景に、認知症、せん妄、老年期精神障害など新患の７～８割を高齢者が占め、本質的に治ることのない認知症中心に、時々、統合失調症やうつ病急性期、大量服薬の身体疾患患者、てんかん、知的障害、レアでNMDA脳炎など色々バラエティ豊かな入院患者の来る入院期限のある急性期病棟を、精神保健福祉士(PSW)及びスタッフの力を借りて、何とか回しつつ、外来と急患をしつつ、リエゾンとか緩和ケア、思春期(もどき)など最近妙に広がったメンタルヘルスニーズに対応して、たまに看取りもして、しょせん一精神科医の能力とできることの限界を見つめてきました。現在、無床総合病院一人部長となり、入院病棟も同僚も研修医も全科当直も色々なものがなくなり、やらないといけないこともやれることも大分減り、できないことが大分増えてしまいました。

45才になり、久しぶりの転勤で、自分の適応能力の低さを実感しますが、限界のある自分の能力と性格を踏まえ、任された場所で、期待される役割をはたせるように模索していくべく、まずは、真面目に働き、メンタルヘルス科周辺のスタッフの信頼から獲得していきたいと思います。しかし、患者さんに色々と不満を言われ、そういえば、医師患者関係のラポール作り、というか人間関係そのものが自分が苦手だったな、と改めて気づいたりしつつ、日々の外来をこなしております。

外来の患者層も、前任地と異なり、年齢層も大分下がり、また、てんかんの人が結構多く、飛び降りとか、神経内科や血液内科など高度医療を受けている患者さんの精神症状(いわゆるせん妄とか脳器質性精神障害とか適応障害とか、元々の統合失調症やうつ病)に対応する場面もままあり、頼りになるPSW(今はMHSW)や外来スタッフに大変お世話になっております。

つくしが丘病院の皆様には、入院でご迷惑をおかけすることと思いますが、心を込めて紹介状(有用性・適時性・正確性をなるべく満たす)を書きたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

家族教室通信

医療連携室　　川崎　佑樹

当院では、当院で治療中の患者さんのご家族を対象とした家族教室を年５回開催してきました。家族教室では、専門家が病気等について講義したり情報提供し、講義等の後にはグループワークで、それぞれが抱えている問題について、ご家族同士でお互いに知恵を出し合い、解決方法を探していきます。

コロナ禍により令和２年度の途中から開催を見送ってきましたが、ご家族の中からの再開を望む声などの後押しもいただき、今年度から再開できることになりました。

再開第１回目は「精神疾患について」をテーマとして当院の北川医師の講義と質問の時間を長めに設定し、グループワークは行わない予定(本稿作成時点(R5.7月))です。

家族教室も少しずつ日常に戻っていけたらと思っています。ご参加、お待ちしています。

医療連携室のご紹介

医療連携室　成田　榛名

皆さん、はじめまして。医療連携室で相談員をしております成田と申します。医療連携室と言われてもピンときませんよね。ここでは、医療連携室について紹介いたします。

精神科の治療では薬はもちろん重要ですが、同時に、薬だけでは解決できない、ストレスの原因を解決することも大切になります。医療連携室では、メンタルの問題を抱えた方の受診相談にのったり、入院した患者さんのこれからの生活を一緒に考えたり、福祉等の制度やサービス、生活上の不安について相談したいとき、認知症疾患医療センターに相談したいときにもお話を伺いながら、患者さんが安心して退院できるように、関係機関と連携してサポート体制の構築を目指しています。

他にも、訪問看護ステーションつくしのえんと連携して患者さんのご自宅へ訪問したり、公認心理師が医師の治療のサポートをしたり、ショートケアのプログラムに医療連携室のメンバーも参加し、患者さんと一緒に作業をする中で相談につながることもあります。

病院にかかると、いろんな不安がありますよね。話すだけでも気持ちが楽になることもあると思いますので、困ったことがありましたら、まずは一度ご相談ください。

レントゲン検査で着替えをするのはなぜなの？

放射線室　柿崎　美佐子

健康診断や体調が悪い時、ケガをしたときなどに一度はレントゲン検査をしたことがある方は多いのではないでしょうか？検査の際、「なぜここまで脱がなければいけないの？」「前の病院では大丈夫だったのに」など感じることもあるかと思います。レントゲン画像で写るものには良く知られている金属の他にも次のようなものがあり、下の画像のように表示されてしまいます。

レントゲン画像に写るもの(金属以外)

例)・ボタンや下着のアジャスター等プラスチック類
　・Ｔシャツのプリント
　・髪の毛
　・使い捨てカイロ
　・衣類のしわ/重なり
　・湿布やエレキバン

これらの異物は正確な診断・治療の妨げとなってしまうため、検査時の着替えが必要となる場合が多いのです。

着替えについては担当者が撮影目的や部位によって判断しますので、ご協力お願いいたします。また放射線室には検査着も用意しておりますので、お気軽にご相談ください。