

For

Our Policy is "For the Society, For the Patient, For Myself"

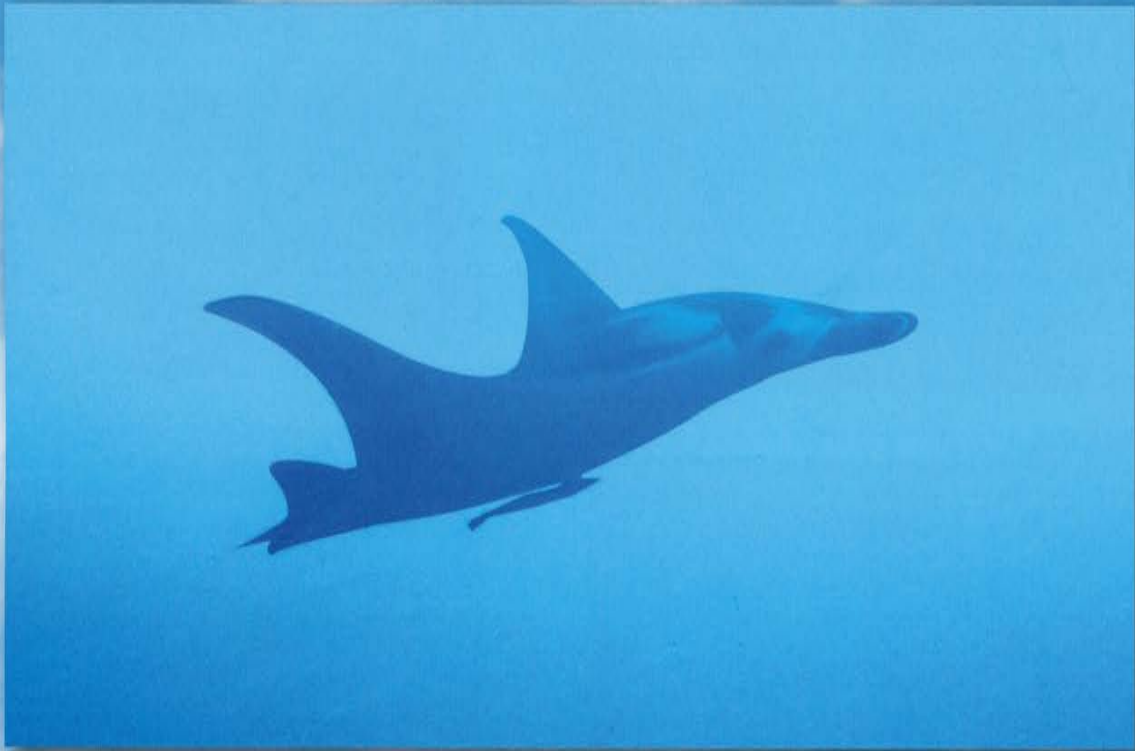


photo by H.CHIBA

CONTENTS

- 映画紹介 『マラソン』……………1・2
- 青南病院の紹介……………3・4
- 認知症高齢者の介護 Q&A……………5
- 「うつ」病はどんな病気?……………6
- 第7回国際家族看護学会 In CANADA……………7・8
- 個人情報保護法がスタート!……………9
- おすすめの一冊……………10
- 花言葉「桔梗(キキョウ)」……………10



マラソン

Marathon



韓国映画史上に燦然たる記録を残すことになった本作は母親の手記をもとに描かれた20歳の青年が成し遂げたことで起こりうる、しかし誰もが心ふるわせる奇跡の物語

STORY

5歳児並の知能しかない20歳のチョンウォンは“走り”の才能だけはピカイチ。母親のキョンスクはチョンウォンから目が離せず、息子より一日だけ長生きしたいと願っている。何とか長所を伸ばしたいキョンスクは、かつての有名ランナーで、今は飲んでくれのチョンウクにコーチを依頼し、42.195キロのフルマラソン参加に向けトレーニングを開始した。キョンスクとチョンウクはマラソン参加をめぐる対立するがチョンウォンの天使のような純真さと走ることへのひたむきさは周囲の人々の心を解きほぐし、やがて笑顔の輪が広がってゆく…。し

かし、ある日キョンスクの隠された秘密が明らかになる。

本作のモデルである実在の人物、ペ・ヒョンジンさんは2002年、19歳でチュンチョン国際マラソン大会に出場し、自閉症という障害があるにも関わらず健常者でも困難なフルコースをに時間台で完走し世間を驚かせた。その隣には、時に厳しく時に優しく20年の間、惜しみない愛情を注ぎ、見守り続けた母の姿があった。この奇跡のような出来事はスクリーンを通じてより多くの人に希望と感動を与えてくれるだろう。



【感想】

実話に基づく作品であり、“走る事”を通し自閉症の青年の成長・自立を描き、そして周囲を取り巻く環境・人間模様が、主人公を通し温かく変化していく様子を映し出した人間観あふれる映画でした。物語の最後で主人公が見せる最高の親孝行は母親を救い、そして私達にも大切なことを気付かせてくれたような気がします。この主人公と母親の人生に触れながら、母親という存在を強く実感できました。また、マラソンを駆け抜けていく主人公の姿に感動を覚え、優しい気持ちを残してくれる。そんな作品でした。

全国の映画館で上映中!
八戸では『八戸フォーラム』でやっています。
ぜひご覧下さい。





青南病院

☆ 当院は、財団法人日本医療機能評価機構の認定

の紹介

を受けています(精神病院種別A)☆



●こんな症状でお悩みのとき、ご相談ください

・意欲がない。落ち込んでいる

・仕事に行きたくない

・寝つきが悪い。
眠っても疲れが
とれない

・最近、イライラする。
怒りっぽい

・他人の視線・行動が
気になる

・体調はすぐれないが、
内科ではどこも
悪くないと
言われた

・急にドキドキしたり、
不安になったりする

・家族が引きこもり
になっている

・物忘れがひどくなった

・お酒をつい
飲みすぎてしまう。
お酒をやめたいけれど
やめられない

・ストレスを感じている



●でも、疑問や不安も……

Q:精神科の治療って、どんなことをするの?

A:まず、医師による診察を行います。その後、必要な検査を行い、お薬による治療や精神科専門治療、また状態に応じて入院治療を行います。

Q:治療を受けていることが、他の人に知られるのでは……。

A:当院では、患者様のプライバシーや個人情報の保護に全力で努めています。外来待合の際には、患者様の名前を直接呼ばず、番号による呼び出しを行っています。また、患者様ご本人以外からの治療内容の問い合わせには一切応じていません。

Q:お金はどのくらいかかるの?

A:診察の内容にもよりますが、初診時でお薬の処方や検査がない場合ですと、だいたい800円~2,300円くらいです(保険診療の場合)。また、精神科の医療を受ける際にかかる費用を軽減できる福祉制度もございます。詳しくは、病院スタッフにご相談ください(青南病院リハビリセンター:0178-27-2016)。



●こんな治療に力を入れています

●うつ病(うつ状態)

ストレス社会と称される現代。うつ病は「この風邪」とも表現されるように、誰もが罹りうる病気です。医学的な研究が進歩し、うつ病は「脳の機能障害」であることが明らかになりました。うつ病は治療によって必ず回復する病気なのです。うつ病の治療には、安心して休める環境が大切。当院では、病院というイメージを作らないよう、「心地よく、ゆっくりと休める環境」を整え、うつ病の治療に最適な治療環境を提供しています。



●認知症(痴呆症)

「近頃、おじいちゃんの様子がおかしい」、「物忘れが多くなっただけと思っていたら、夜中に出歩いたり、ヘンな物を食べている時がある」。認知症は皆さんの気づかないうちに、進行している場合があります。皆さんの大切な家族に対し、青南病院は万全の看護体制で様々なケアを提供します。治療の一環であるレクリエーションや手芸、昔遊びは、多くの「笑顔」を呼び戻してくれます。



〈診療のご案内〉

診療科：精神科・神経科・内科・心療内科

外来診療：月曜～土曜日 午前9:30～

日曜・祝祭日 休診

※ ただし、新患・急患の方はこの限りではありません。

※ 当院の外来診療は、待ち時間軽減のため「予約制」で行っています。ご希望の診察時間を窓口へお知らせ下さい。

認知症高齢者の介護 Q&A



2004年12月24日、「痴呆」の名称を「認知症」へ呼称変更されました。介護が必要な高齢者には認知症(痴呆性)高齢者が占める割合が多く、今後ますます介護対象者としての認知症要介護等高齢者の増加が予測されています。ここで、認知症について簡単に紹介いたします。

認知症って？

●アルツハイマー型認知症

原因 不明 女性に多く見られる
主な症状 時間や場所が分からず迷子になったり、新しい事を覚える力が低下したり、理解力の低下が見られます。ひどくなると、徘徊や不潔行為、不穏、物を盗られたなどの被害妄想などの行動異常が見られてきます。

●脳血管性認知症

原因 脳梗塞や脳出血により広範囲に脳組が障害をうけることで起こる
主な症状 記憶障害が見られても、判断力や理解力が保たれているなどの知能の侵され方にむらがあることから「まだら認知症」とも言われています。感情が変わりやすく、少しのことで涙を流したり怒ったりすることがあります。

こんな時どうする？

Q1 食事を食べたのに「食べてない」と言うのですが、どうしたら良いですか？

A まずは、「ごめんなさいね、今日は忙しくてご飯の準備が遅れてしまって」などと、優しく謝罪の言葉をかけながら対応します。そして、「あと少いで準備できますので、お茶やお菓子でも食べて待っていてくださいね」と、明るく対応します。また、テレビをつけ、関心をそちらに向けたり、本人の好きな話題を話し、食事と関係ない話題を展開します。

POINT

認知症高齢者の対応の基本姿勢は、「否定はせず肯定的に受け止めましょう」です。本人にとっては、食事をしていないことが事実なのです。「さっき食べたでしょ！」と否定を続けても、困惑や苛立ちに繋がってしまいます。本人の言動・性格を理解し、上手な言葉掛け一つで、落ち着いた状態に導くことが出来ます。

Q2 「泥棒が入った」「嫁が取っていった」と騒ぐのですが、どうしたら良いのでしょうか？

A 笑顔で「泥棒が入ったりすることは無いと思うけど」と囁きながら、「今から一緒に捜しましょう」と訴えを肯定し、受容し、理解して一緒に行動することを約束します。その上で、「少し腹ごしらえしてから頑張りましょう」と言い、お茶やお菓子を出し、テレビを観たり、違う話題を話しながら和やかな雰囲気を作ります。また、「財布がなくなった」ということについては、同じ形・色のものを何個か用意しておき、本人に見せ納得してもらおうと、騒ぎを最小限に留めることができます。

POINT

「物を盗られた」「嫁が取っていった」などの騒ぎは、アルツハイマー型認知症の軽度から中等度のレベルで多いトラブルです。本人にとっては重大事件が発生して大変困惑しています。先にも述べたように、本人の訴えを聞き、受容し、理解し認める方向で対応し、本人が満足するような方法を考えつつ、食べ物など、本人が好きなことや話題を提供することが良いでしょう。

『うつ』はどんな病気？

うつは「心の病気」や「心の風邪」と言われていますが、それは正しい表現ではありません。うつとは、誰でもかかる可能性のある「脳の病気(機能障害)」なのです。

〈うつは特別な病気なの？〉

世界保健機関(WHO)は、うつ病の患者さんの数を世界人口の約3%と概算しています。これは、日本の人口で考えると約360万人に該当します。糖尿病の患者さんが約500万人と考えると、「うつ」は誰にでもかかる病気である事が解ります。

〈うつの症状とは？〉

うつの症状をつくっているのは、脳の中の脳細胞の動きが低下することによります。機能障害に関連した症状がいくつか重なって現れます。

感情の症状

- ・イライラして落ち着かない
- ・死んでしまいたい気持ちになる
- ・やる気が出ない
- ・憂うつな気分



睡眠の症状

- ・不眠
- ・寝つきは良いが、早く目覚める
- ・目覚めたときに憂うつ



ホルモンの症状

- ・生理不順
- ・性欲が低下



自律神経の症状

- ・動悸がする
- ・息切れ、めまい
- ・便秘、下痢
- ・頻尿



食欲の症状

- ・胃がもたれる
- ・食欲が無くなる
- ・おいしく感じない
- ・体重が減る



〈単なる気分の落ち込みやノイローゼと違うの？〉

「うつ」と単なる気分の落ち込みとの違いは、症状の深度(重さ)と時間(期間)によります。しかし、この区別は素人では判断できません。また、進行した「うつ」では、自身の判断能力などが低下するため、自分の体の異常に気づきにくくなります。上記の症状に思い当たる方は、早めに当院へご相談下さい。

〈どのような治療をするの？〉

「うつ」の治療には、「抗うつ薬」といわれる薬が使われます。この薬は、脳内の潤滑油(アミン※)の量を増やすことで、効果を現します。しかし、即効性が無いため、じっくり時間をかけて治療を続けることが大切です。

※)ドーパミン、セロトニン、ノルアドレナリンなど

〈「うつ」病治療のポイント〉

- ・経過に波があっても治療をすれば必ず回復する。
- ・ゆっくりと時間をかけて治療する。
- ・お薬の効果を信じて決められた量を指示通り飲み続ける(まとめて飲んででも無意味)。
- ・ストレス原因への対策を考える。

第7回 国際家族看護学会 In CANADA



□バンクーバー国際空港



■トーテムポール(スタンレー公園)

今回、カナダのビクトリアで開かれた第7回 国際家族看護学会に参加した。学会参加前に、ビクトリア大学家族看護学部助教授 Dr. Jynne E. Young氏によるレクチャー、キャナックプレイス(子供ホスピス)クリニカルナース・スペシャリストによるレクチャーおよび見学(外観のみ)、子供・婦人病院の見学、スーク市ヘルスセンターの見学、カルガリー家族看護モデルを開発したDr. Bell, Dr. Wrightによる新しい家族看護モデルに関するレクチャーと、非常に充実した内容の研修だった。

Dr. Jynneの講義では、健康に関して“家族と看護師はパートナー”であるというレクチャーを受けた。指示では効果がない。医療者とのパートナーシップが大切であり、個人の人生から学ぶものであると話されていた。とても納得できた。

また、Dr. Bell & Dr. Wrightの講義では、“Beliefs(信念)”、“Suffering(苦悩)”、“Spirituality(精神性)”が相互関係にあるという【三位一体モデル】について特別講義を受けた。日本人にとって“Spiriyuality”

という概念は難しいように感じるが、“苦しいときの神頼み！”に近いものなのかと考えるとわかりやすい。先生の言葉の中の、①苦悩について尋ねること：自分が苦悩の目撃者になれる、②とにかく言葉を挟まず聴くこと、③何も返せなくても“よくわかる”と認めることが大事・などなど、“聴く”ことの大切さを改めて考え直す機会を得た。また、看護師としての経験があればあるほど、他の人の苦悩と見比べてしまうが、苦悩はその人個人のオリジナルである事を認めることが大切である。

私たちはバンクーバーに2泊、ビクトリアに4泊したが、まず驚いたのは“どこに行っても花でいっぱい”、そして、“綺麗”なのである。その美しさには本当に感嘆！である。また、マナーもすばらしい。時間にも人にもゆとりがある。訪問者である外国人を温かく迎えてくれる雰囲気がある。英語が話

■ブッチャート・ガーデン



せない私でも1人で街を歩くことができた。

カナダの特徴としては、①国土が広い、②人々が点在して住んでいる、③医師が少ない(他の医療従事者も)ことから、**コミュニティケア**：いわゆる地域ケアである。現在日本では病院中心の医療から地域中心の医療に転換しようとしているが、カナダでは地域ケアが人々の健康を維持する中心となっている。また医療関係の施設は街の一角にまとめて建設されており、非常に合理的な施策がとられている。

それぞれのコミュニティに様々な自助グループがあり、それらの自助グループと病院などの医療機関が協力して人々の健康を守っている。精神科ケアに関しては“ACT”がその一例として挙げられる。

最近抑うつ症状を訴えて外来を受診する患者が増加していると感じているが、カナダでもその傾向はあるという。子供・婦人病院のスタッフの説明によると、カナダでの“産後うつ”の発症率は25%(世界平均は16%程度)という。背景にはカナダでの医療提供体制の問題や核家族化による母親に対するサポートが不足している事などが考えられるというが、日本でもその状況は変わらない。カナダではそれだけ多くの“産後うつ”に苦しむ女性がいることを把握できているのである。それはコミュニティケアが定着していることを示しているのではないだろうか。

今回の参加者は、日本全国の名だたる大学の先生方が大勢参加していたが、特に小児や母性領域の研究者が多かった。44名の参加者のうち、臨床現場である病院からの参加者は私を含めて8名のみ。すべてを含めても精神科領域からの参加は私だけだった。いまだに精神科領域での取り組みは遅れていると感じてしまう。ストレス社会といわれる今、精神科領域への期待はますます大きくなっていくと考えられるが、精神科ケアを提供する私たちの実践能力を高めていくことが期待されていると感じた研修だった。

文：江刺家 幸枝



■プリテッシュコロンビア博物館



個人情報保護法がスタート!

皆さんは、どのくらい理解していますか?

今年の4月から「個人情報の保護に関する法律(以下:個人情報保護法)」が施行されました。ニュースや新聞で一度は耳にした事がありますが、しかし今一つ内容がピンときません。プライバシー情報と同じなの?違うの?いったい、この法律の本来の目的やその対象は何なのでしょう?

Q. どうして、この法律が制定されたのか? 目的は何?

例えば、自動車ディーラーの「年齢層別人気車種選りアンケート」に、答えた際の名前や年齢・住所・電話番号などの個人情報が、無断で横流しされ、後日、依頼したことも無い保険会社から、自動車保険の加入案内が届く事は問題です。このように、個人情報保護法は、個人が自分の情報を教えるときに考えていた又は提示されていた、本来の利用目的の範囲を超えて使われることがないようにすることを目的に制定された法律です。

Q. どんなものが「個人情報」に当たるの?

★個人情報に該当するもの

(何らかの方法で個人を特定する事が可能な情報)
氏名、住所、電話番号、電子メールアドレス、パスポート番号、クレジットカード番号、学籍番号など

★氏名と結びつくと個人情報に当たるもの※

年齢、性別、年収、最終学歴、趣味、嗜好、家族構成、血液型、身長、体重、血圧、出生地、本籍地、購読雑誌など

★個人情報に該当しないもの

(単独では本人の特定が出来ない情報)
死亡した個人の情報、氏名と結びついていない上記の情報(※)など

Q. 個人情報とプライバシー情報との違いは?

これまで、守られるべき情報として「プライバシー情報」という考え方がありました。そのため、プライバシー情報を守れば個人情報も守れるのだろうという誤解があるようです。しかし、実際には「個人情報=プライバシー情報」ではありません。

★プライバシー情報とは?

- ①個人の私生活上の事実に関する情報
- ②まだ社会一般の人が知らない情報
- ③一般人なら公開を望まない内容の情報

例)○○君は夜になると、セーラー服を着ているという情報
△△さんのオナラは特別に臭いという情報
□□君と××君が付き合っているという情報 など



Q. 皆さんの権利は?

個人情報の提供者である皆さんの権利は、以下の通りです。

- ①提供した個人情報の利用制限の権利を持つこと(利用停止要求)
- ②情報公開の要求が出来ること(開示要求)

Q. 消費者の皆さんが注意すべきことは?

個人情報流出事故が発生する原因は、次のようなことが挙げられています。

- ①不注意による紛失・流出 ②事業者内の従業員による持ち出し ③盗難 ④システム上の問題 ⑤その他原因不明(全体の2割)

※現状では流出先の特定もできていないケースがほとんどです。

特にトラブルの多いケースは、「インターネット上での取引」や「街角のアンケート」、その他「何らかの契約」に当たっては、常に警戒心を持つことが大切です。

個人情報はあなたの大切な財産です。安易に公開しないように心がけましょう。

〈私たち青仁会の取り組み〉

この法律の施行に伴い私たち青仁会職員は、皆様の大変な個人情報を適正に取り扱うための学習会や理解度テストを実施しました。しかし、この法律は早く事例集が更新されるなど、その内容が落ち着くのはまだ先のようなようです。今後も私たちは、この法律を十分に理解し適正な利用を行うために、常に最新の情報を取り入れて万全の体制を作っていきます。

上記内容の更なる詳細は、厚生労働省などホームページや関連書籍を参考にしてください。

著書紹介

「ガンに生かされて」

飯島 夏樹 著



飯島 夏樹 著

【総評】本書は、飯島夏樹さんの闘病記なのですが、「本当に病気と闘っている人が書いた作品なのか?」と思ってしまう程明るく、又、常に家族全体が笑いに包まれている作品で驚きました。飯島さんの病気に対し、精神面、日常生活面等で家族、親類、医師等皆さんでサポートしており、又、飯島さん自身が病気に対する考え方や自分の好きな執筆活動をしていく事で余命宣告より長く生きる事ができたのではないかと思います。合併症や薬の副作用で度々容態が悪化し、苦しんでいた中で、四人の子供と妻との時間を大切にしていた事が強く印象に残りました。十万人に一人もかかからないという肉腫で終末期。ホスピスでの余生を考えた事もあったけれど、最後まで家族の元で生活を続けた飯島さんの家族に対する愛情の深さを感じました。

亡くなる直前まで執筆活動を続けた飯島さんの今回の作品「ガンに生かされて」は、自分の体型が徐々に変化していき、合併症(静脈瘤・貧血・腹水など)という爆弾を体に抱え、苦痛に絶え、ボロボロになりながらも「執筆する事は神様から与えられた天職だ」と希望に溢れた気持ちで書いた作品です。この本に込めた思いが、人から人へと溪流の水が流れるように伝わっていく事を飯島さんは希望しています。この闘病記を通して、飯島さんから教えられる事がたくさん書かれています。皆さん、是非読んでみてはいかがでしょうか?



著者略歴 (「BOOK著者紹介情報」より)

飯島 夏樹【イイジマ ナツキ】

1966年、東京都生まれ。日本人で唯一、8年間ワールドカップに出場し続けた世界的プロウィンドサーファー。2002年5月、肝細胞ガンと診断。04年5月、余命宣告を受け、偶然出逢った執筆活動に生き甲斐を見出した。同年8月、慣れ親しんだハワイに家族で移住。ネット連載「今日も生かされてます」で精力的に執筆活動を続けていたが、05年2月28日、妻に見守られながら天に召された。享年38。 出版社:新潮社7/4

花ことば

“花”という言葉を知ると“美しさ”というものを連想するものです。同時にどこどなくロマンチックな香りも感じられます。花言葉は、その様な花の美しさが、「ギリシャ神話」や「ローマ神話」、あるいは「様々な出来事」と結びついて生まれました。

桔梗 (ききょう)

【花言葉】「清楚、気品」

開花時期は6/10頃~8/10頃

別名「桔梗」(きちこう)

漢名の「桔梗」を音読みしたら「ききょう」。紫または白の美しい花。漢方では太い根を干してせきやのどの薬にする。また、この薬用成分のサポニンというものは昆虫にとっては有毒なため、昆虫からの食害から自らを守っている。昔から武士に好まれたようで、家紋に取り入れられたり、江戸城には「ききょうの間」や「桔梗門」の名前がある。



私達の理念

みんなのために

すべての人達に、分け隔てない最善の医療を提供するよう努め、
社会のニーズに応じて、自分達の出来る事を、実直に行っていきます。

あなたのために

利用者本位を基盤とした、こころやかな医療環境と
安心して受けられる安全な医療の提供に努めます。

わたしのために

自分達の仕事に誇りと責任を持ち、
自らに満足のいく仕事内容であるよう専心いたします。

[診療・ご利用案内]

精神科・神経科・内科・心療内科

青南病院 ☎27-2016

●受付時間 8:30~11:30

午後は予約診療となります。
土曜日午後・日曜日・祝祭日休診

医療機能評価認定

介護老人保健施設

南山苑 ☎27-3027

●入所及びショートステイ、デイケアなどお気軽にご相談ください。

痴呆老人グループホーム

南寿の里 ☎27-3027

●家庭的な雰囲気を提供いたします。気軽にご相談下さい。

精神障害者生活訓練施設

青山荘 ☎27-6638

●自立・社会復帰・社会参加のお手伝いをいたします。

精神障害者福祉ホーム

青風荘 ☎27-7658

●入院の必要性はなく、住居の問題や少々の身辺自立に問題ある
精神障害者が対象になります。お気軽にご相談ください。

精神障害地域生活支援センター

青明舎 ☎70-2087

活動室

☎70-2088

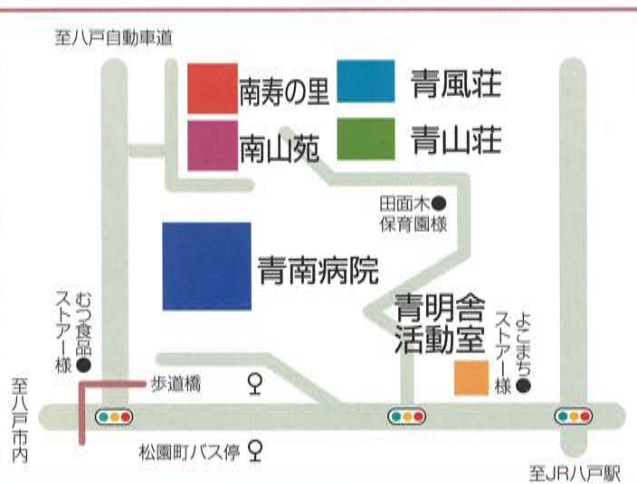
●地域で生活を送る精神障害者の生活をサポートします。

訪問看護ステーション

五福 ☎41-1622

●営業時間 月~金曜日 8:30~17:30

●営業日・営業時間外の訪問についてもお相談に応じます。
24時間体制で看護相談に応じます。



《交通アクセス》東北本線八戸駅よりバス約6分、八戸ICより車約1分

当法人では意欲のある人材を募集しています。



photo by H.CHIBA

発行者／医療法人青仁会
千葉 潜

発行日／平成17年7月15日
年2回発行