

とうかい

Vol. 73
平成30年
秋号

病院の理念 最高の誠意 最善の医療



公立学校共済組合 東海中央病院



ブラック・ジャック セミナー

今月号の表紙は、当院で開催したブラック・ジャックセミナーに参加した中学生です。手術用ガウンや手袋を身にまとい、模擬手術を体験しました。
セミナーの様子は5ページをご覧ください。

表紙写真募集のお知らせ

皆さんによる各務原市をはじめとした岐阜県内各地の風物の写真を広報誌の表紙としてご紹介しています。
次号の募集については、平成30年11月上旬までの予定です。たくさんのご応募をお待ちしております。

東海中央病院のホームページもぜひご覧ください。

<https://www.tokaihp.jp>



INDEX

臨床心理士のおしごと (その2)	2/6
心理療法士 今野 高志	
新しいCT装置を導入	3/6
東中すこやかセミナーを開催しました	3/6
入退院支援センターを開設しました	4/6
ブラック・ジャックセミナーで外科手術を模擬体験	5/6
お知らせ / 新任医師紹介	5/6
公立共済やすらぎの宿	6/6
プラザ洞津 / ホテル グランヴェール岐山 / HOTEL ルブラ王山	

臨床心理士のおしごと(その2)

心理療法士
今野 高志

心療内科や精神科領域には、うつ、不安、不登校などを訴える患者さん達が来院されます。臨床心理士は医師からの依頼を受け、患者さん個々に合った介入を行っています。前号では、臨床心理士がどんなことをしているのか、またどのように患者さんの症状を捉えるのかをご紹介します。今号では、どのような介入を行っているのかをご紹介します。

実際の介入では患者さん一人一人の行動を分析し、テーラーメイド型の介入を行っています。心療内科・精神科領域で扱う問題は、ウイルスや骨折など明らかな原因があるわけではなく様々な要因が交絡して起こっているため、「こうすれば良くなる」と一般化して言えるような方法はありません。

そのため、方法というよりは、どの患者さんへの介入にも含まれる要素についてお話します。

- 『うつ気分、不安、ネガティブ思考、イライラなどの感情、といった目に見えない内的な現象は、コントロールすることができないことを知る・体験してもらう。』…これらの内的な現象は、自分の意図と関係なく勝手に出現したり消失したりするものであり、どうにかできるはずという期待をやめて諦めてもらいます。勝手に起きる現象なので、「こう考えてしまう」「落ち込んでいいる」という訴えに対しては、そう感じる、思うことはおかしいことではないし患者さんのせいでもない、と受け入れるようにしていきます。また「そんなこと考えてはいけない」「落ち込むな」という声かけは意味がないのでしません。「それでもネガティブに考えてしまう・感じてしまうのが人間」というところからスタートしてもらいます。
- 『うつや不安がなかったらどんな行動をしているか、したいかを明確化する』…これまでうつや不安などがあるためにしてこなかった行動で、自分にとって大切な行動は何かを言葉で言えるくらい具体的にしていきます。最終的にはうつや不安があってもそのような行動ができるようになることを目指します。またこのときに、どうなりたいかという結果重視ではなく、どういう行動をし続けていくかという、行動・行程重視の視点も身につけていきます。結果は必ずしもがんばりを反映するわけではなく、コントロールできないためです。
- 『環境調整、周囲の協力』…行動は周りの人などの環境によって変化します。目標行動に対してポジティブな反応をしてもらったり、問題行動を助長するような声かけを止めてもらったりします。また



注意・叱責・説得などによる対応を止めてもらいます。そのような対応で行動が変わったとしても、それは自分がどうなりたいかではなく「人から言われたから」「人に怒られたくないから」した行動にすぎません。そのような行動は長続きせず、また他の問題行動に繋がるのが研究によってわかっています。同様に「鍛えなおしてやる」「～としての責任を持つ」と言うような精神論的なやり方も有効ではありません。

『文脈を変える』…それまでは、「うつがある→うつは圧倒されるもので対処できない→酷くならないために部屋で横になる→一時的にうつが悪化を避けられる(長期的にはQOLの低下)」というものであった行動の文脈を、「うつがある→うつがあるときこそ、改善のチャンス→自分にとって大切な行動を試してみる→実際には良い結果の時も悪い結果の時もあるが、うつがあっても圧倒されるのではなく意図した行動ができる」という文脈に変えていくために、目標行動を実行していきます。実行しやすいようスモールステップにしたり心理士と一緒に居るときに実施するなどの工夫もします。

このように臨床心理士という職名ではありませんが、「心」など目に見えないあまいなものを扱うのではなく、特に行動療法・臨床行動分析では、目に見えて、具体的であり、研究の積み重ねもある「行動」を扱うことで、この領域の患者さんの改善に役立つことを科学的に行っていくことを目指しています。



今回ご紹介した要点は、患者さんに限らず私たちのセルフケアとしても活用することができます。

誰でも感じることもありコントロールもできないような気分の落ち込みや不安などを、自分の中に勝手に入ってくる「訪問者」のように扱い、「よくいらしゃいました。どうぞ好きなように居てください。出て行かれる時もご自由にどうぞ」と進んで受け入れてあげる声かけをしてみるのも良いかもしれません。そして科学者になったかのように、「その訪問者が自分の中に居たら本当に物事が上手くできないだろうか?」と疑問を持って、訪問者がいるときこそ、自分にとって大切な行動を「どんなことが起きるのかな」と好奇心を持って試していきましょう。その時点ですでに、落ち込み気分や不安とあなたとの関係は、今までとは違ったものになっているでしょう。

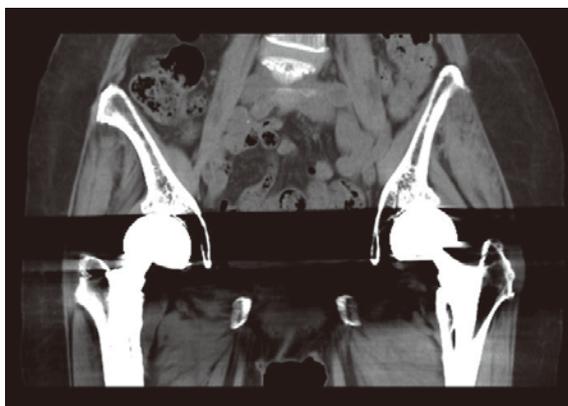
新しいCT装置を導入

平成30年7月に新しいCT装置を導入しました。

CT(Computed Tomography:コンピュータ断層撮影)装置は、X線を利用してコンピュータで計算を行い、体の輪切りの画像を得る装置です。身体の細かな情報を得ることが可能です。検査時間は5分から20分程度ですが、部位や目的によって異なります。

これまでCT装置1台で検査を行っていましたが、今回の装置導入で2台体制になりましたので、検査待ち時間が大幅に短くなりました。

今回導入したCT装置は、金属の影響を低減する機能が備わっています。金属は放射線を透過しないため、左下の写真のように黒い線が出て画像に影響が出てしまいますが、この機能を使うことで金属による影響を低減できるので、右下の写真のように股関節の人工関節や歯の詰め物などが入っている方々に有効です。



また、新たな機能によって従来の装置に比べ、より被ばく線量の低減が可能です。最後に、今後も最適画像の提供と患者さんへの思いやりの検査を心がけてまいります。

東中すこやかセミナーを開催しました

平成30年6月28日(木)「生涯おいしく食べ続けよう ～今からはじめる嚥下トレーニング～」をテーマに、東中すこやかセミナーを開催しました。

嚥下・摂食障害看護認定看護師の安江主任看護師から、誤嚥とはどういったものか、むせた時の対処法などの講義、今尾主任言語聴覚士の指導のもと、嚥下の力を知るテストと、むせにくい身体づくりのための嚥下体操を行いました。

日頃の生活に少しずつでも取り入れていただき、いつまでも食べることを楽しめる生活を送っていただきたいと思います。

次回は1月頃の開催を予定しています。たくさんのご参加をお待ちしております。



入退院支援センターを開設しました

入退院支援センターとは、入院が決まった患者さまを入院準備の段階から退院を見据えて多職種協働で支援する部門です。これは、厚生労働省が『住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを続けることができるよう』に進めている『地域包括ケアシステム』の考え方を基盤としています。



当院は各務原市の市民病院的役割を担う病院と自負しており、各務原市の地域システムにおける基幹病院として、地域の医療機関や福祉施設とシームレスな連携を行うべく、運用を開始しました。

【入院時支援の役割】

入院が決まったら外来の段階で、患者さまが安心して入院生活が送れるように、入院に必要な情報収集や説明を集約して行います。事前に患者さまの状態を把握し、患者サービスの向上を図ることを目的としています。

事務職員

入院に必要な書類、手続き、連絡先、かかりつけ医の確認、お薬手帳の確認などをします。

看護師

入院までの経過、既往歴の確認、検査・手術、入院目的にあった注意事項などの説明、日常生活の状況、喫煙状況の確認、アレルギーの有無など聞き取ります。

聞き取った内容から、治療や入退院に関する情報を関係部署へ連絡し連携を図ります。

各専門職の関わり方

医療費、入退院に関する
家族背景の相談

→ 医療ソーシャルワーカー

中止薬・点眼方法などの
不安

→ 薬剤師

入院中の介護・看護に
ついて

→ 病棟看護師

食欲不振など栄養状態の低下
入院中の食事形態の相談

→ 栄養士

【入院決定された患者さまの流れ】

診療科



- ・入院治療計画書、治療に必要な書類、パンフレットを受け取る。
- ・必要な検査があれば受ける。

入院受付①

入退院支援センター 所要時間：30分程度



- ・事務から入院案内を受け取る



- ・看護師との面談

必要時多職種との面談

患者さま、ご家族が入院に対する不安を軽減できるよう、多職種協働で支援します。



【場所】
本館1階総合案内前

ブラックジャックセミナーで外科手術を模擬体験

日時 平成30年7月29日(日)
場所 東海中央病院 大会議室・手術

このセミナーは、医療現場で実際に使用する精密機器を用いて外科医の仕事を体験する外科手術模擬体験学習です。市内35名の中学生が参加しました。



【BLS体験】

一時救命処置を学びました。



【内視鏡鉗子操作体験】

鉗子で箱の中のビーズを掴み移動させました。



【縫合結紮体験】

持針器を用いて模型を縫い、糸を結びました。



【超音波メス操作体験】

超音波メスを操作して鶏肉を切離しました。



【3Dモニター内視鏡体験】

3D映像を見ながら輪ゴムを掛け替えました。



すべての体験を終え、一人ひとりに『未来の医師 認定証』が手渡されました。

この体験を通して医療に興味を抱く機会となり、一人でも多く将来の医療を担う人材に育てていくことを願っています。

世界糖尿病デー2018 in東海中央を開催します

11月14日は世界糖尿病デーです。ご自身やご家族、大切な方と共に、糖尿病について考え予防に向けた一歩を踏み出すきっかけとして、ぜひイベントにご参加ください。



昨年の様子

【開催日】 平成30年11月14日 水曜日
【内容】 血糖測定
 時間：9時15分～10時45分
 場所：1階 待合ホール
講演会 ※事前申し込みが必要です
 時間：12時30分～15時00分
 場所：3階 大会議室
 お申込み：当院玄関ホールに申込書を設置しています



新任医師紹介



小屋 敏也
内科医長 (消化器内科)

名古屋大学から赴任させていただきました、小屋敏也と申します。どうぞよろしくお願いいたします。私は消化器の中でも膵胆領域を専門として大学で勉強させていただきました。久しぶりに他領域の診療に携わることになり、不安な思いもあります。不慣れな点や勝手の違いからご迷惑をおかけすることも多いとは思いますが、スタッドレスタイヤも購入のうえ地域医療に貢献していきたいと思っております。どうかよろしくお願いいたします。



小澤 悠人
整形外科医員 (整形外科)

人工関節についての勉強をさせていただくために赴任しました。岡崎市民病院で平成24年より6年間外傷を中心に整形外科の勉強をしてきました。まだまだ未熟ではありますが、少しでも患者さんの役に立てるように努力していきたいと考えておりますので、よろしくお願いいたします。

公立共済やすらぎの宿



プレミアム宿泊プラン

お伊勢参りや伊勢志摩の観光にご利用ください
2名様より承ります。

宿泊日の2日前までにご予約をお願いします

お一人様
1泊夕食付

10,000円(税込)

- 松阪牛や手こね寿司など、三重県ならではの夕食をご用意いたします。
 - 朝食も別途承ります。
(和朝食 1,080円、洋朝食 540円 税込)
- ※ 季節や仕入れ状況によりメニューが多少変更になる場合がございます。

公立学校共済組合津泊所 どうしん
プラザ洞津
<http://www.dohshin.jp>

〒514-0042 三重県津市新町1丁目6-28
TEL 059-227-3291 (代)
FAX 059-226-3185

無料駐車場あり / 近鉄 津新町駅下車 徒歩2分

柳しゃぶ天国

しゃぶしゃぶ料理・バイキング料理
食べ放題・飲み放題 (2時間)

お一人様 ¥4,200 (税込)

お一人様1,000円にて『国産牛の食べ放題』に変更できます※グループごとに限る

期間 2018 9/29(土)～2019 4/20(土)

営業時間 《夜の部》

月～金 17:30～21:30 (OS21:00)

土・日・祝日 17:00～21:30 (OS21:00)

《昼の部》 11:30～14:30 (OS14:00) 受付12:30まで

※昼の部は予約のみ対応 (15名様以上) ※予約は5日前まで

定休日 2018年12月30日(日)～2019年1月4日(金)

場所 2階オリベホール※都合により会場が変わる場合がございます。



※写真はイメージです。

ホテル グランヴェール岐山

〒500-8875 岐阜市柳ヶ瀬通6丁目14番地
TEL 058-263-7111 / FAX 058-263-5517
info@grandvert.com <https://grandvert.com>



BRIDAL FAIR

チャペルやコーディネートされた披露宴会場を見学できます。
おもてなしの基本となるお料理はミニコースで試食していただけます。



毎月開催 お気軽にお越しください！ご予約はHPから

H.30.9.1(土)～H30.10.31(水)

秋味会席

お一人様 6,000円 フリードリンク付 7,000円

(この他にも 4,900円・7,900円プランもございます)



- 前菜 旬菜三種盛り
お造り 戻り鰹 赤海老
烏賊 あしらい一式
魚料理 サーモンソテー
ムール貝香草風味 あしらい一式
肉料理 牛フィレ肉の陶板焼き
季節の野菜を添えて

- 揚物 松茸フライ
酢の物 柿なます 赤魚南蛮漬け
お食事 ご飯 お味噌汁 香の物
デザート 北海道産小豆の
ブリュレチーズケーキ

※ご予約は5日前までに4名様以上で
お願いいたします
※仕入れの都合により内容が変更になる
場合がございます

〇ご予約・お問合せ

ホテル ルブラ王山

※公立学校共済組合愛知支部の方はイベント補助が受けられます

TEL 052-762-3151 URL <https://www.rubura.org>

〒464-0841 名古屋市千種区覚王山通 8-18

地下鉄東山線「池下駅」2番出口徒歩3分

とうかい

Vol.73 2018秋号

発行/〒504-8601 各務原市蘇原東島町4丁目6番地2
公立学校共済組合 東海中央病院
TEL (058)382-3101 FAX (058)382-1762
URL <https://www.tokaihp.jp>

発行人/病院長 坂本 純一
発行/年4回

初診・再診受付時間 8:30～11:30 / お休み: 土・日・祝日・年末・年始

お願い 保険証等の提示

月に一度は保険証・医療証等を保険証提示窓口に提示してください。