



開院75周年記念 第50回大運動会にて(当院よさこい同好会)

新しい医療に向かって

当院は昨年、外来・検査部門と精神科救急病棟を新設することにより、ハード面を整えました。そして今、地域のみならずの期待する精神科医療を目指して、精神科救急に取り組んでいます。それと共に、長期入院となった患者さまが、生活障害を持ちながらその人らしく生活する場を、患者さまと共に模索しております。

そんな中、当院は本年9月に3回目の病院機能評価を受審致しました。この病院機能評価を受ける目的は、公平な第三者の目で病院の現状の評価を受け、評価項目と現状との間にギャップが生じているところがあれば改善して、より良い病院を目指すことにあります。

受審にあたっては、様々なマニュアルを求められますが、全て「患者さま中心の医療」に焦点が当てられています。患者さま中心とは、提供する医療が安全であること、医療を安全に実施する為の組織があること、安全に実施する為の機器の点検や確実な手技を実施すること、そしてそれが周知されていることなどです。その医療の安全は、患者さまへの説明と同意から始まり、以後、継続される医療も、説明と同意が繰り返されます。この説明を落ち着いた環境の中で受けることが出来、意見を言う場所があることなどの配慮が、接遇・サービスへと繋がります。

まだ、受審後の結果は出ていませんが、病院が自らを評価した後に第三者の評価を受けるという過程を経ることで、現状の問題点を客観的に把握できるとともに、改善への方向性が明示され、より効果の上がる具体的な改善目標を設定することができます。この過程が医療の質の向上と効果的なサービスの改善に繋がることになるのです。今後も第三者の声に耳を傾けることにより、社会から求められる病院を目指していきたいと考えています。

京ヶ峰岡田病院

看護局長 森 澄美江

基本理念

一人ひとりの患者さまの幸せのために
～ For the Patients ～

「支えあう力」の拡がり

～当院における家族教室の取り組みについて～

家族心理教室プロジェクト 山内 恵理子(臨床心理士)

子どもが別人になってしまったのかと思った。

どうしていいかわからないけど、

誰にも相談できなかつた

この言葉は、お身内の方が精神の病気を発症した時のことを思い出して、ご家族が語られた言葉です。患者さまご本人はもちろん、身近で支えるご家族も、大きな不安を感じ、その不安をお一人で抱え苦しんでいる方が少なくないようです。

病気や障がいを抱えて、また、病気や障がいを抱える家族と共に生活していくことは、どんな人にとっても簡単なことではないと思います。病気の再発を防ぎ、病気とうまくつきあって生活してゆくために、ご家族が病気を理解したり、気持ちを楽にしたりする活動に参加することはとても大事なことでと考えています。

精神の病気の中でも、特に統合失調症の治療では、ご家族の協力が大きな役割を果たすと言われており、最近の国内外の精神医学研究では、家族教室(家族心理教育)が再発予防に効果的であるという結果が数多く報告されています。今回は、当院における家族教室の取り組みについて、ご紹介したいと思います。



一人ひとりのご家族の幸せのために

当院の基本理念は、「一人ひとりの患者さまの幸せのために」です。これを少し拡大して、患者さまを支えるご家族のために、私達ができることはないだろうかと考え、平成24年4月より、

当院では、受診されている統合失調症の患者さまのご家族を対象とした「家族教室」をスタートしました。昨年度は9家族、今年度は12家族の方々にご参加いただきました。

当院の家族教室では、病気の知識を学んだり、普段困っていることやもっとよくなりたいと思っていることを、ご家族と職員で共に話し合ったりしています。昨年度は、月1回で計6回の家族教室を実施しました。1回は2時間の予定で、病気のしくみや福祉サービスなどの情報提供の時間と、皆で話し合う時間とで構成されています。昨年度の家族教室に参加いただいたご家族からは、「薬や病気の知識が増えた」「苦しさや不安が軽減された」「平静に対応できるようになった」「楽になった」といった感想をいただきました。

ご家族は治療チームの一員です

これは、当院のある医師が折に触れて口にする言葉です。家族教室の実践を通して、「子どものために何かしたい」「同じような悩みを抱えている方のために力になりたい」と願うご家族の思いに直接触れ、職員の中の「ご家族を支えたい」とい

う思いはさらに強くなりました。また会を重ねるごとに、ご家族同士の「支えあう力」が高まっていくようにも感じられます。主治医や看護師など専門職員だけではなく、ご家族も含め、皆がチームになって患者さまを支えることができるように、これからも家族支援の活動に励んでいきたいと思っています。



病院機能評価の受審報告

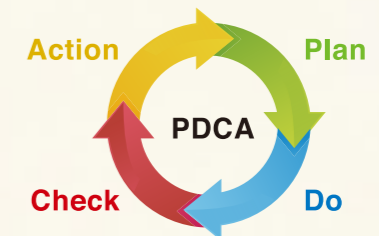
9月17、18日に病院機能評価の更新審査を受けました。

病院機能評価とは、病院が組織的に医療を提供するための基本的な活動が、適切に実施されているかどうかを第三者機関が評価するもので、評価調査者が中立・公平な立場にたつて、所定の評価項目に沿って病院の活動状況を評価します。当院は2003年に初回認定を受けて以来、2度目の更新になります。今回の審査によって、明らかになった課題に対し、継続的な改善に取り組み、更なるサービスの向上を目指して参ります。

※2013年9月12日現在で、全国8,558病院のうち認定病院数は2,360病院(27.6%)です。

「継続的な改善とは？」

「PDCA サイクルを回し続けること」



計画(Plan)したことを実施(Do)し、状況を評価(Check)し、もっと良くならないかを調整したり改善(Action)することです。良くなるための努力を続けて参ります。

栄養士から季節のおすすめ



さんま、さつまいも、栗、柿、りんご — 秋は旬の食べ物がたくさんあり、まさに食欲の秋ですね。おいしくて、つい食べ過ぎてしまい、気がつくと顔が丸くなってきた…という経験ありませんか?なぜ秋はこんなに食欲が出てしまうのでしょうか。食欲につながる要因はいくつかあるようですが、それぞれが関係し合っているものもあり単純には言えません。そこで、その中からよく言われているものをあげてみます。

●基礎代謝を上げるため

夏から秋になり気温が下がると、体温を保つためにもっと体内で燃焼させようという変化が起こります。そうすると基礎代謝を上げエネルギーを使う量が増えるため、使った分だけ補って脳が指令を出し食欲が増すのです。

●セロトニンを増やしたい

セロトニンとは、精神の安定化を保つ働きがあり、食欲にも関係する脳内の物質です。日光にあたる時間の長さによって分泌量が変わることがわかっており、夏に比べ日が短くなる秋はその分泌量も減ります。日光にあたる以外に分泌量を増やすのは、糖質・乳製品・肉類を食べることや睡眠をとることです。このセロトニンを増やそうとして食欲が増すのではないとも言われています。



●食欲の秋の対策は?

これらの他にも、はじめにあげたようにおいしい食べ物がたくさんあることや、夏バテで低下していた食欲が回復するためという説もあります。健康を保つためには食べ過ぎに要注意ですので、旺盛な食欲をコントロールしたいところです。そのためには、以下のようなことに気をつけて食事をするとういでしょう。

①食べる順番に気をつける

野菜やきのこなど食物繊維の多いもの、次に肉や魚などのたんぱく質、最後にご飯などの炭水化物。血糖値の上昇がゆるやかになり、身体に負担がかかりにくくなります。

②ゆっくりよく噛んで食べる

よく噛むと脳から満腹のサインが出ますが、それが15分ほどかかると言われています。ゆっくりよく噛んで満腹中枢を刺激しましょう。



③きれいな姿勢で、会話を楽しみながら

姿勢をよくするとそれだけでカロリーを消費します。また、気の合う人と一緒に会話を楽しみながら食事をする、必然的にゆっくり食べることになり、②の満腹中枢が刺激され食べ過ぎを防げます。

食べ物がおいしいこの季節、カロリーオーバーに気をつけましょう。

行事報告



開院75周年記念
「ふかみ一座慰問」平成25年7月11日(木)
院内京ヶ峰ホールにて。患者さまや職員等約250名が、歌や踊りを見て、笑ったり驚いたりしました。



「デイケアキャンプ」
平成25年7月19日(金)・20日(土)
三河高原キャンプ村にて。晴天に恵まれ、キャンプファイヤーのレクリエーションがとでも盛り上がり、笑いが絶えませんでした。



開院75周年記念
「夏祭り」平成25年8月7日(水)
院内グラウンドにて。総参加者数は1,095名。盆踊りはもちろん、ゲームや打ち上げ花火など、楽しいお祭りになりました。



「希望会バザー」
平成25年9月12日(木)・13日(金)
名古屋・金山駅コンコースにて。病院や作業所など15施設の参加があり、それぞれの施設の利用者が作った作品を販売しました。



開院75周年記念
「大運動会」平成25年10月19日(土)
院内グラウンドにて。時々小雨が降るあいにくのお天気でしたが、患者さまはじめ、地域のみなさまにも大勢ご参加いただき、盛大に行うことができました。

行事食



北1



葵2



北2

おすすめコーナー

【今号のおすすめ】露天風呂「楽の湯」

私の憩いの場所はいくつかありますが、その中の一つが「楽の湯」です。近場で温泉に入れるので、疲れている時、ゆっくりくつろぎたい時に行きます。お気に入りの湯は、「炭酸風呂」です。露天風呂で大人気ですが、狭いお風呂で、いつもおば様方でいっぱいなので、平日に行くようにしています。以前は定期的に男湯と女湯が入れ替わり、違った雰囲気を楽しんでいたのですが、間違える人が多いということで、固定になってしまったのが少し残念です。食事をするところもあり、風呂上がりの一杯がやみつき・・・、と言っても、私の場合はアルコールではなく、果実酢。時々酢の種類が変わり、お気に入りです。一度体験してみてください。

看護部 角谷(弘)



編集後記

秋のお楽しみのひとつ、紅葉狩り。山の木々は、朝と昼の温度差が激しいほど鮮やかに紅葉すると言われています。しかし、激しい寒暖差は、我々の体にとっては大きな負担となります。体調管理の難しい季節ですが、折角の行楽シーズン、元気な体で豊かな季節を満喫しましょう!

広報委員 大村

