

こだま



撮影：伊熊 広幸 場所：平取町

表紙を飾る写真を募集しています！！
当面は院内職員からの募集とします。
なお、応募された写真は返却いたしませんのでご了承ください。

Contents

- ① メンタルヘルスケア対策について
- ② 心理検査について
- ③ Care～褥瘡について
- ④ 脳波検査について
- ⑤ お知らせ

静和会石井病院 病院理念

- 医療の本質を追求し、科学的、創造的かつ主体性のある医療を目指します。
- 「思いやり」「いたわり」「優しさ」を常に忘れず、豊かな人間性で患者さんの主体性を尊重した医療を実践します。
- 保健、医療、福祉との連携を密にし、地域住民に愛され信頼される医療チームを構築します。
- ノーマライゼーションの視点に立ち、社会のニーズに応じた医療を提供します。

当院における

メンタルヘルスケア対策について

石井病院 副院長・看護部長

(衛生管理者) 石川 順子

わが国では平成10年にそれまで年間2万人前半で推移していた自殺者が3万人を越え、それ以降ずっと高い水準で推移しています。警察庁の発表では、平成22年の自殺者数は31,690人で、同年の交通事故死亡者数の4,812人と比べてもかなり高い数字になっています。また、その自殺者の半数以上は30歳代〜50歳代の働き盛りの世代であり、7割を男性が占めています。自殺の原因として男女ともうつ病が潜んでいるといわれ「職場におけるうつ病」が社会問題化されるようになりました。それに伴い「心の健康」を意味する「メンタルヘルス」という言葉が一般的に認識されるようになってきたといわれています。

平成20年度の統計ですが、病气やけがで一カ月以上休んだ国家公務

員のなかで、「精神・行動の障害」の方は65%を越えており、平成8年の15%と比べ約4倍強になっています。これは国家公務員だけではなく、一般企業はもちろん当院においても例外ではないと考えなければなりません。

そこで、当院では今年度から衛生管理者の配置を明確にし、春の職員健診から新たな問診表を作成し、既往歴・自覚症状・喫煙飲酒習慣などの項目と一緒に、SDS(うつ性自己評価尺度)と呼ばれるうつ病のスクリーニングテストを行いました。その結果では「軽度のうつ傾向」が36.1%、「中程度のうつ傾向」が12.5%と、予想していた以上にうつ傾向の方が多いことに驚かされました。男女比では男性より女性のほうが多く、年齢では50歳代、当院での勤務年数では0〜4年と

15〜20年の方が比較的多くを占めていました。

健診後のフォローとして、うつ傾向のある方には産業医との面談を設定したり、「メンタルヘルス」をテーマに職員研修を企画運営しましたが、今後は、毎回の健診記録をもとにSDSの経過を追いながら早期に個別への介入ができるよう健康診断の事後体制を整備したり、管理職によるラインケアの推進や職場環境のより一層の改善、更に、メンタル不調を理由に長期休暇に入っている職員の職場復帰(リ・ワーク)プログラムの作成等に取り組んでいく予定です。

援助職である私達は、自らのメンタルヘルスにも十分に注意をはらい、安定した心身の状態で患者さま



と関わりたいものです。しかし、もし不調を感じたときは我慢せず、すぐ相談してください。今の自分に何が必要かを考え、乗り越える方法を一緒に考えていきましょう。



心理検査について

認定心理士 宮川 由希

当院では、診断上、治療上必要と判断された場合、主治医からの指示を受けて、各種心理検査(知能検査、人格検査、その他)を行っています。

検査は患者さまの利益のためなので、検査を行うにあたっては、十分な協力と理解が得られるよう、患者さまへの説明と同意(インフォームドコンセント)が必要です。心理検査には、質問紙法(例YIG性格検査)、作業検査法(例クレペリン

Care ～ケア～

じょくそう 褥瘡

体に一定以上の圧が一定時間以上に加わり続けることにより、皮膚の血流が途絶え、壊死が生じることを褥瘡といいます。

褥瘡は表皮にとどまる浅いものから、筋肉まで損傷された深いものまで4段階に分類されます。褥瘡が進行すると治癒しづらく、細菌の増殖をおこし、菌血症・敗血症など感染症を起こすなど、人体に大きな影響をおこす場合があります。

予防には、まず寝たきり、座りきりにさせず、身体が受ける圧迫・摩擦を回避することが挙げられます。栄養状態の低下は褥瘡発生の危険性が増すので、タンパク質やエネルギーの補給に気を配りましょう。

また、皮膚の乾燥あるいは湿潤が強くなると、皮膚刺激への耐性が弱くなるので、スキンケアが重要になります。皮膚の洗浄には、刺激の少ない弱酸性の石鹸を使用し、よく泡立てて擦らずにやさしく洗い、十分に洗い流しましょう。洗浄後は、皮膚の状態にあわせたローションやクリームをよくすり込んで、保湿ケアを行いましょう。

普段から皮膚の観察を行い、変化があった時は早めの対応を行うことが大切です。

石井病院 褥瘡委員会 村上 紀子

検査)、投影法(例 ロールシヤツハテスト)があり、非常に多くの検査があります。目的によってテスト・バッテリー(複数の心理検査を組み合わせて使うこと)も組まれます。一般に雑誌に載っているような心理テストと心理検査とは違うもので、心理検査とは信頼性(安定性、一貫性がある)、妥当性(測定したいものが測定できている)が証明され、有用性(実際に役立つ)がそろったものを言います。検査は大きな責任が伴うものであり、患者さまの

益になるよう、今後もスキルの向上に努めていきたいと考えています。

脳波ってどんな検査?

初めて脳波検査を受ける時、どんなことをするのかと思うと心配で・・・と不安を抱く方もおられると思います。脳波検査は、ベッドに寝ているだけで検査が出来る、とても簡単で体に害のない検査です。昼寝をする感覚で安心して検査を受けてください。とはいってもやは

り何をするのか不安ですよね

では、ここで検査の流れを説明します。まず、椅子に座り頭に直径1cmくらいのお皿(電極)をクリムで頭と額に計二十一個均等に貼り付けます。両耳にも一個ずつ付けます。ピアスなどは外して検査をします。付ける時間は一〇分程度

次にベッドにあおむけに寝て目を閉じ、部屋を少し暗くして検査スタートです。検査の時間は十五分、二十分程度。途中目を開いたり、点滅する光を目の前に当てたりしま

す。三分間深呼吸をしてもらいます。これだけで終了です。また検査には、担当者がその場につき指示をします。ので何も難しいことはありません。頭につけた電極から電流が流れ、患者さんが感電することは全くなく安全な検査です。

検査は電極の装着から終了まで三十分から四十分ほどかかります。電極はクリームで貼り付けますが、水に溶けやすく、普通にシャンプーするだけできれいに洗い落とせます。当院では検査後、洗髪・乾燥もしています。女性の方は、お化粧道具を持参するといいかも

臨床検査技師 樋渡 美幸





***** 外来担当医表 *****

精神科外来

受付時間		月	火	水	木	金	土
午前	8:45~12:00	林	松野	林	休診	札医	休診
午後	13:30~15:00	林	札医	松野	休診	松野	休診

もの忘れ外来 毎週月曜日

午後 1:30~3:00	休診	只今休診中です
--------------	----	---------

内科外来

午後 1:30~3:00	隔週 金曜日 2回/月	石井 幸司
--------------	-------------	----------

年末年始外来休診のお知らせ

年末年始の外来休診日は下記のとおりです。

- ◎ 12月29日(土) ◎ 1月1日(火)
- ◎ 12月30日(日) ◎ 1月2日(水)
- ◎ 12月31日(月) ◎ 1月3日(木)

木曜日外来休診のお知らせ

平成24年12月より、毎週木曜日の外来診療(午前/午後)をしばらくの間休診とさせていただきます。

大変ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご了承いただきますようお願い申し上げます。

編集後記

今年もあとわずかです。寒さも一段と厳しくなり、冬本番となってきました。体調を崩さない様に体調管理をしっかりと行い、よいお年をお過ごしください。

編集委員 鎌田 亜由美

編集/発行 平成24年12月15日発行
医療法人社団 静和会 石井病院 編集委員会
〒056-0022 日高郡新ひだか町静内高砂町3丁目3-1
TEL(0146)42-3031 FAX(0146)43-3389
ホームページ: <http://www.ishii-hp.jp/> 編集委員長 岡島 剛

