

# 榊原病院 Monthly

## Vol.30 2018.October

独立行政法人国立病院機構 榊原病院  
National Hospital Organization SAKAKIBARA Hospital

### 院長

村田 昌彦(むらた まさひこ)

1962年生まれ

1991年富山医科薬科大学医学部卒

1996年同医学部大学院卒

2014年国立病院機構北陸病院精神科部長

2015年国立病院機構榊原病院副院長を経て、2018年国立病院機構榊原病院院長就任。

日本司法精神医学会評議員。



### 診療科

- ・ 一般精神科
- ・ アルコール・薬物依存症
- ・ 専門外来
- ・ こころのリスク外来

### 病床数 176床

- ・ 精神科病棟 158床
- ・ 医療観察法 18床
- ・ 認知症ユニット
- ・ アルコール・薬物依存症ユニット



電車・バス／ 近鉄久居駅下車、三交バス  
(榊原温泉口駅行)にて約30分。  
榊原口バス停下車徒歩約10分。

自動車／ 久居インター (伊勢自動車道)  
より西へ約20分

マイクロバス／久居駅より直通バス(約25分)

## 病院理念

この病院で最も大切なひとは治療を受ける人である

《お薬手帳を有効活用しましょう!》

薬剤科長 古屋 裕之

「おくすり手帳」は2000年4月からスタートした情報提供であり、処方された医薬品の名前や飲む量、回数、飲み方などを記録し携帯するための手帳です。患者様自身が服用している薬の内容について、過去に処方された薬を含め、把握し理解するのに役立つものです。また、病院等の医療機関の医師・薬剤師と調剤薬局薬剤師との間で情報の共有・連携も図られます。さらに、重複投与の防止やアレルギーへの注意喚起などの医療安全の向上に資するとともに、服薬状況や服薬指導状況の把握によるコンプライアンスの向上などが期待されています。入院される際にも必ずお薬手帳をお持ちください。飲み薬だけでなく、治療によっては、週1回、2週に1回、4週に1回ごと投与するような注射薬もあります。これらの処方も記録しておくことが大切です。

さて、近年、三重県でも南海トラフ地震の防災対策が進められている中、ご自身でできる防災準備も大切です。過去の地震、津波、大雨などの災害時には、多くの患者様が毎日飲んでた薬を失ったり、病院や薬局も被害を受け保管されていたカルテや記録を見ることができない場合もありました。救護所の医師や薬剤師は、患者様の飲んでた薬を特定することができないため、適切な対応ができない場合もありました。そのために、病気が悪化してしまうかもしれません。薬によっては、飲むのを突然やめると反動で一層症状が悪化したり、禁断症状や離脱症状が起こるかもしれないのです。数日分の薬の備蓄があると良いのですが、疾患によっては余分に処方できない場合もありますので、主治医に相談してください。熊本地震のときは、「おくすり手帳」が活躍したと聞いています。震災の際に最も役立ったのは、スムーズでかつ適切に飲んでる薬が判断できたことです。

いざという時のために、薬の情報を身の回りに置くことも大切です。現代は常に持ち歩いているもののひとつに携帯電話やスマートフォンがあります。これにお薬手帳の内容を写真にとって保存しておくことや、家族や離れた親戚などと一緒に二重、三重に情報を共有しておくことなど簡単な準備も役に立つでしょう。ただし、時々、最新の情報に更新することが必要です。半年または1年も前のものは、現在の処方と違っているかもしれませんので、かえって危険です。出来るだけ新しい情報であることがポイントです。みなさん、さっそくはじめてみましょう。震災はいつ何時にくるのかわかりません。

### トピックス

行事・  
出来ごと

- 平成30年9月13日～14日、包括的暴力防止プログラム(CVPPP)フォローアップ研修を開催しました
- 平成30年9月21日、東海北陸厚生局適時調査を受検しました
- 平成30年10月2日、三重県精神科病院実施指導を受検しました

教育・  
研修

- 榊原地区市民公開講座 10月27日(土)開催予定
- 第9回三重県精神科医療フォーラム(三重県総合文化センター) 10月17日(水)開催予定
- 平成30年10月17日、第4回症例検討会(YOU-C-C)開催予定
- 第2回CVPPP研修会 平成30年11月19日～22日

榊原病院ホームページ  
QRコード



## 地域医療連携室だより

### 〈医療福祉相談のご案内〉

経済的な心配、福祉サービスの利用、退院後の生活など病気によって生じた生活上の困り事について、精神保健福祉士がご相談に応じます。相談をご希望の方は、主治医、看護師及び医事受付まで申し出てください。

## 訪問看護

当院の訪問看護は、退院後地域で安定した生活が送れることを目標といたしております。退院後の課題といたしましては、大切な薬を中断してしまうこと・生活リズムを守れず昼夜が逆転してしまうことやお金の管理が上手くできず使いすぎて生活に困る等の病状がみられます。

これらの症状の悪化に伴い再入院する方が多くなっております。患者様と家族の困ったことについて、地域の方々の支援を受けながら一緒に考え、安定した生活ができることを目標としております。

## 治療抵抗性精神疾患への医療

### 〈クロザピンの治療状況〉

治療抵抗性統合失調症に対して、平成26年10月に1例目の投与を開始し、平成30年9月までに全症例は67例となりました。新規導入は8月2例、9月1例でした。順次投与を開始する予定です。クロザピン通院専門外来も開設しております。



## 認知症医療・アルコール・薬物依存医療・こころのリスク外来

### 〈認知症医療〉

認知症の患者様は高齢であることから、様々な合併症をお持ちの方が多くおられます。また、アルコール問題の後に、認知機能が低下した方、さらに身体疾患に併発した認知機能の障害のある方は、若年の方にも見られます。したがって、現在は80歳以上の超高齢の方と50～60代の若年の方にも見られます。身体的な問題については、三重中央医療センターと連携を図りながら、幻覚や妄想、不穏など認知症の周辺症状（BPSD）に対応しています。一般病院や介護施設において、BPSDの問題でお困りの場合はご相談ください。

### 〈アルコール・薬物依存医療〉

適正な飲酒量とはどの程度かご存知でしょうか？「節度ある適度な飲酒」とは、純アルコールで1日約20グラム程度、つまり日本酒なら1日1合、ビールなら大瓶1本だけなのです。日本酒3合では健康に悪影響の出る「多量飲酒」（健康日本21）と言われております。もし減らすことが難しいという方がおられましたら、外来・入院での治療プログラムにてご協力させていただきます。お一人で、ご家族だけで悩み解決しようとするのではなく、まず専門スタッフへお気軽にご相談下さい。ご自分だけで抱えずに相談することが、病気を回復する第1歩です。

### 〈こころのリスク外来〉

思春期・青年期はこころのリスク状態が高まり、さまざまなこころの病気を発症しやすいと言われております。当外来はこころのリスク状態を早期に発見・治療していくための専門外来ですので、お気軽にご相談ください。



## デイ・ケア案内

デイケアは毎週、木曜日を除く週4日、北病棟3階作業療法室奥で実施しています。実施時間は9時30分から15時30分です。榊原地区の自然を楽しむ町内散歩や、スポーツ、音楽、アートなど様々な楽しみごとを行います。昼食づくりやお菓子作り、喫茶の会など、実用的な体験もできます。参加者で協力しあって、コミュニケーションの練習も、がんばっています。

参加希望の方は主治医またはデイケア担当者にご連絡下さい。デイケアのパンフレットを外来待合室に置いてあります。また、病院ホームページに月間プログラムもあります。お気軽にお問い合わせ下さい。



夏の風物詩  
流しそうめんを  
楽しみました♪

ピザ生地から手作り。  
オリジナルトッピングの  
ピザを楽しみました。



## 栄養コラム



### 《塩分摂取量の推移！》

前回号で食塩の摂取の目標量について記しましたが、今回は日本人が塩分をどれくらい摂取しているかをご紹介します。昭和50年には1日13.5gの摂取で、現在の女性の目標量7gのほぼ倍の摂取量でした。その後、多少の増減をしながら、今から20年前の平成10年でも12.7gと減塩が叫ばれながらもなかなか減っていませんでした。現在(平成28年)はというと男性10.8g、女性9.2gとようやく10gを割るところまできました。

## 健康睡眠12ヶ条

### 第四条 睡眠による休養感は、こころの健康に重要です。

・眠れないなど、睡眠による休養感が得られない場合、こころのSOSの可能性がります。

・あなたの睡眠パターン、大丈夫ですか？

朝早く目が覚めてしまう、朝やる気が起きない、といったことはありませんか。うつ状態になると、睡眠が十分とれなくなることがあります。朝早く目が覚めてしまう(早期覚醒)が特徴的とされています。

日々の睡眠に神経質になることはありませんが、不眠が続くようでしたら、睡眠パターンの変化に注意するとよいでしょう。こころの健康の状態を教えてくれるサインとして重要です。

今日も良い睡眠をしっかりとって、健康な生活をおくりましょう。