

# 榊原病院 Monthly

Vol.43  
2020.August

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。



**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

### 【榊原病院で4か月を経過して】

事務部長 中谷 晶光

令和2年4月より事務部の総括として勤務している中谷晶光（なかだにあきみつ）と申します。

国立病院機構には3年ぶりの勤務となりますが、直近では系列の三重病院に勤務していたことから、三重県を懐かしい地として過ごしています。

さて、この4月からの4か月間、これまでと何より大きく異なる事は、日本だけでなく世界中が影響を受けている「新型コロナウイルス感染」です。当院も4月の第1波から、この7月末から8月にかけての第2波と思われる状況により、面会制限や訪問看護、デイサービスの中止などの対応に追われています。近親者が精神疾患で在宅生活をしてきたこともあり、訪問を受けながら地域で生活できていたあたりがたみも承知しており、何とか再開できるようにと祈るばかりです。

特に「在宅」に関しては「地域移行」という国の施策がとられており、入院治療のみではなく「重い精神障害を抱えた方が住み慣れた場所で生活できること」を目指しています。当院でも、ACT (Assertive Community Treatment: 包括型地域生活支援プログラム) の榊原病院バージョン「S-ACT (サクト)」や訪問看護ステーション事業に力を入れながら、再入院する率を上げないよう取り組んでまいります。また、新型コロナウイルス対応には、オンラインでの面会やオンラインでのケア会議を行う環境も必要と思われ、ハード、ソフトの検討を行っている最中です。いずれも、「この病院で最も大切な人は治療を受ける人である」という榊原病院の理念を念頭において、小規模であるからこそできる迅速性を活かしながら進めてまいります。

その他、来年の5月竣工に向けて病棟改修を行っていますが、これは変わりつつある精神疾患の疾病構造に対応するため、個室の増室や強度行動障害ユニット整備などを含んでいます。入院されている皆様には騒音やご不便、ご相談いただいている皆様には入院待機などご迷惑をおかけしておりますが、今しばらくご了承いただきますようお願い申し上げます。

最後に尊敬する人物のひとりである美杉村ご出身の出口治明※さんの著書「還暦からの底力」を読んでいます。榊原病院を取り巻く色々な環境をフラットな視点でとらえながら、「今自分にできること」に取り組んでいく所存です。

※60歳でライフネット生命を開業し、現在は立命館アジア太平洋大学学長

## トピックス

### 行事・出来ごと

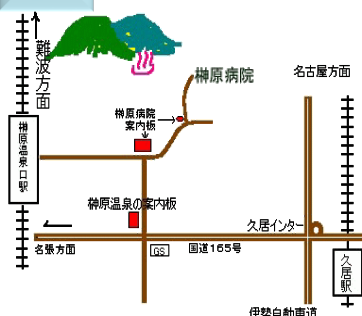
- 三重医療観察法ネットワーク第1回研修(令和2年9月18日) ※中止となりました。
- 現在、建物の老朽化及び機能向上のため、病棟改修工事を行っております。病棟を入れ替えながらの改修となり、工事完了は令和3年5月を予定しています。

## 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



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)



## 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。

### 訪問看護ステーション

令和元年6月に「ゆうはあと訪問看護ステーション」を開設しました。利用者様が地域で安心して暮らしていただけることを目標として訪問看護を提供しています。症状の観察や相談・お薬の管理・通院継続の支援・対人関係・コミュニケーションへの支援など、心身の回復のお手伝いを目的として行っています。

私たち「ゆうはあと」は、あなたの療養、そして暮らしを支えます。少しでも豊かに、少しずつ豊かになりますようにここで支えます。

### 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、令和2年7月までに全症例は105例となりました。新規導入は5月2例、6月2例、7月0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することや、さらに身体疾患に併発した認知機能の障害は、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代の若年の方に認知症が発症する傾向が多く見られます。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）と言われています。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います。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

デイケアは新型コロナウイルス感染予防対策として、7月27日より休止しております。緊急事態宣言下に4月20日から5月24日まで休止したのに続き、2回目の休止となりました。ご利用の皆様には大変ご不便をおかけし、申し訳ございません。休止期間中は、電話相談を行っております。ご要望等ございましたら、どうぞ気軽にお問い合わせください。デイケアは地域生活を送る利用者の皆様が、安心して日常生活を過ごせるお手伝いをいたします。

現在は、新型コロナウイルスと共存できる、より安全なデイケア運営を行う準備をしております。再び皆様と一緒に過ごせる時を職員一同待ち望んでおります。



(左)調理実習で作ったしょうが焼き定食です。つけあわせのポテトは畑で収穫しました。

(右)こちらは栄養士の指導で作ったスープカレーです。隠し味はお味噌でした。

### 栄養コラム



### 「日本人の食事摂取基準2020」塩分の目標量 男性7.5g未満 女性6.5g未満

「日本人の食事摂取基準」は、国民の健康の保持・増進を図るうえで摂取することが望ましい栄養素の量の基準を定めたもので、5年毎に改定されており、昨年に2020年度版が発表されました。その中で塩分の目標値は男性では2010では9g、2015では8g、今回が7.5gと改定されるたびに減っています。2016年の国民健康・栄養調査における食塩摂取量の平均値は9.9gで減少傾向ですが、目標値に到達していません。それなのになぜ減量するのか？高血圧予防の予防、治療のためには6g/日未満の塩分摂取が望ましいと考えられていることから、WHOのガイドラインが強く推奨している、食塩相当量5g/日未満と国民健康・栄養調査における摂取量の中央値との中間値を、目標量と設定されているからです。

### 帰ってきた！～健康睡眠12ヶ条～ (本稿は榊原病院Monthly Vol.27～39の再掲です)

#### 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（早朝覚醒）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まりよくありませんが、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。













