

# 彩雲

S  
A  
I  
U  
N

【彩雲(さいうん)】とは、縁などが美しく色づいた雲を言います。日光が雲の水滴で回折するために生じるもので、昔からよいことの起こる吉兆の雲とされています。

VOL. **6** 【平成24年3月】



## ふくしまから はじめよう。

## Future From Fukushima.

### CONTENTS

- P1** 病院長あいさつ「復興元年、平成24年」
- P2** 【TOPICS】「児童思春期外来」の診療紹介
- P3** レクリエーション活動について ～元気のために～
- P3** 医療相談のお知らせ
- P4** 平成23年度の満足度調査の実施結果について
- P4** 〈お薬ミニ講座〉～精神科で使用されるお薬について～
- P5** 「東日本大震災から1年」～防災の重要性について～
- P6** 〈心の健康相談〉～PTSDについてのQ&A～
- P7** 医師紹介
- P7** 外来診療のご案内
- P7** 交通のご案内・送迎バスのお知らせ

〔ふくしまから はじめよう。ロゴマーク〕  
東日本大震災により被災した福島県が、  
県民と一体となり復興に向けての気運を  
醸成させるため作成したロゴマークです。



## ～復興元年、平成24年～



病院長 横山 昇

あの日3.11から一年が経過しました。真っ白に雪化粧した遠くの山々は、澄みきった青空を背景に何事もなかったかのように静かに凜と立っています。しかし「何事もなかった」のではなく「確かに大震災があった」ことを、今でも身近な風景がはっきりと教えてくれます。でも、その風景は半年ほど前から、少しずつですが明らかに変化してきているように感じます。段差のあった道路がつぎはぎとは言え平坦になり、使えなくなった家屋やビルがいつの間にか解体されて平地となり、あるいは修理されて傷跡が消え、通勤時に車から垣間見る街並みにも去年のような違和感を覚えなくなってきました。やがていつの日か震災の痕跡は探さないと気付かないところまで回復していくのでしょうか、是非そうなって欲しいと心から願っています。

見えないところはどうか？いま故郷の山河も田畑も震災前と何ら変わらず、春を迎えてエネルギーを蓄えているように見えます。しかし、土壌の中にも水の中にも空気中にも原発由来の放射性物質が確かに存在し、間違いなく放射線を出し続けています。除染するにしても福島県の全土土を剥がしでもしない限り現在の空間線量が劇的に下がることはないでしょうし、毎日呼吸し飲食する以上どんなに気をつけても放射性物質の体内への取り込みを完全に阻止することは不可能でしょう。いずれにしても私たち福島県民は低線量長期被曝の問題をずっと抱え続けていくことには変わりはないでしょう。これは福島県以外の一部の高線量地域でも同様なのではないでしょうか……。

とは言え、見えない相手への不安・恐怖に耐えられない、耐えたくない人々が居るのも事実です。特に小さい子供をもつ母親や妊婦さん、学童、学生等にとっては深刻な問題ですので、住民の県内外への移動が今も止まらないのはむしろ当然のことでしょう。それは医療従事者であっても同じことですので、若い医師や看護師が病院を辞めていく現象は今も続いていて、病棟や外来運営に支障を来している病院の話題も時折耳にします。懐かしい故郷を、家屋敷を、仕事を奪われた方々の心痛は察するに余りあります。いつになれば戻れるのか……誰も答えてはくれないし、答えようがないのです。

そのような中、浜通りで4月から帰村される方々もいらっしゃるようです。勿論賛否両論があるでしょうが、故郷に回帰したいとの切なる願いの結果であり、誰もそれを非難はできないでしょう。このような動きが今後増えてくると思われますが、良い結果が相次いでもたらされることで今年が大震災の「復興元年」となることを期待してやみません。

### 矢吹病院の基本理念・基本方針

#### 基本理念

## 仁愛 ・ 誠意 ・ 献身

～思いやりと真心で患者さんに尽くします～

#### 七つの基本方針

精神保健福祉法を遵守し、私たちは

1. 患者さんの人権に配慮し、癒しと回復の場を提供します。
2. 情報の共有と相互の理解のもと、効果的で適切な医療を提供します。
3. 患者さんの社会復帰の促進を図り、家庭や地域での生活を支援します。
4. 公的責務を自覚し、救急や治療困難な患者さんの受け入れに努めます。
5. 積極的に関連機関と連携し、広く地域精神保健活動に取り組みます。
6. 透明かつ適正な運営により、県民の理解と信頼を得られるよう努めます。
7. 明るく働きがいのある職場をつくり、真の「こころの治療」を追求します。

## TOPICS

### ● 「児童思春期外来」の診療紹介 ～ 子どものこころのケアを行っています ～

子どものこころの問題が教育や福祉の現場などで大きな課題となっているなか、県内、特に県南地域の児童思春期のこころのケアを行うために、昨年8月に「児童思春期外来」を開設しました。

一般の精神科外来とは別の診察室等において、発達障害や習癖異常、適応障害などの診療を完全予約制で実施しています。

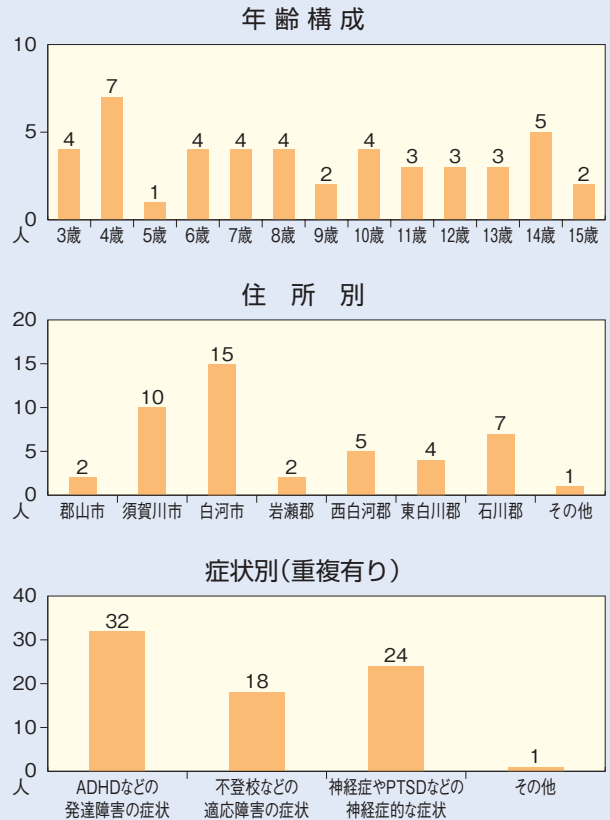
開設後、県中・県南地域を中心に約50名のお子さんが受診されて、大震災により避難しPTSDを発症したケースや新しい環境に適応できずに不登校や神経症等の症状を伴っているケースなど様々なケースがありました。なかには、ご両親・保健師・学校の先生と一緒に来院されたお子さんが、医師や臨床心理士とのカウンセリングを通して、大幅に症状が改善されたケースもありました。

子どものこころの問題の深刻さを改めて実感すると同時に、児童思春期の専門医療の重要性を再認識することになりました。

今後も、未来を担う子どものために、家庭、学校、地域とも連携しながら、専門性を活かした質の高い医療を提供してまいりたいと思います。

#### ～ 受診状況 ～

(8月から2月までに新規受診されたお子さんについて)



#### 1 診療日・診療時間・担当医師

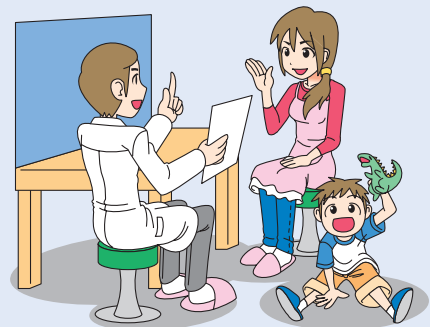
- 水曜日 診療時間 9:00～11:30 (※午後も一部診療)  
担当医師 公立大学法人福島県立医科大学派遣の担当医師
- 木曜日 診療時間 13:00～16:30  
担当医師 当院常勤の金澤壮一医師
- 第三土曜日 診療時間 9:00～11:30 (※午後も一部診療)  
担当医師 井上祐紀医師 (社会福祉法人日本心身障害児協会「島田療育センターはちおうじ」所属)

(※休診や診療日変更の場合がありますので、予約の際にご確認をお願いいたします。)

#### 2 予約方法

- 診察希望の方は、電話にて予約してください。
- 予約受付時間 平日の 8:30～17:00
- 電話番号 0248-42-3111

※ 不明な点などがありましたらお気軽にお問い合わせください。



## ● レクリエーション活動

### ～ 元気のために ～

当院では、患者さんの回復状況や個性に合わせて、主体的な生活を取り戻し社会に適応するための活動として、以前よりレクリエーション活動を行っています。主に病院全体と各病棟で実施しており、季節を感じることに、楽しむこと等を大事にしたプログラムを企画しています。

レクリエーション活動を通して、生活に必要な技能や自分の病気や特徴との折り合いのつけ方を効果的に獲得していきます。また、これらは他のリハビリテーションプログラムと合わせることで脳機能の改善にも効果的な活動となっています。実際には、より個性に合わせた形で外出を行うなど、生活上のトレーニングをしながら参加しやすい企画で実施しており、患者さんが集い共に活動することが喜びとなり、それぞれの困難を分かち合ったり、お互いを支え励ましあったりしています。思いを述べたり、やりたいことを挙げることを経験できる、自己表現の場の一つであり、実際に活動を行うリハビリテーションの一つともなっています。

人が、安心・安全に安定した生活を送るためには、あたりまえの活動をしながら楽しく過ごせることが大切になります。困難を抱えるとき、希望を持つことが大切になり、その希望は楽しみの中から生まれてきます。昨年は震災により大きな影響を受けました。病気や震災の影響を受けながらも、レクリエーション活動を通して、あたりまえの活動・生活を取り戻してきています。

今後も、患者さんの元気を支え、笑顔の集う場として、レクリエーション活動を提供していきます。



● レクリエーション活動の相談会

## 医療相談のお知らせ

### ● どんな相談ができるの？

- ・ 医療費や生活費などの経済的な問題（高額療養費、障害年金、生活保護など）
- ・ 退院後の生活の相談（精神保健福祉手帳、自立支援医療費、施設についての情報など）
- ・ その他日常生活の困りごと

\* 経済的な問題、退院後の生活の相談等が相談件数の約8割ですが、様々な相談を受け付けています。

### ● 相談受付時間

土・日曜日、祝祭日を除き 午前8時30分～12時 午後1時～5時15分  
電話での相談もできます。

### ● 相談無料

### ● 相談の場所

医療相談室で行いますが、病棟、面会室でも相談できます。

また、医療相談室は矢吹病院家族会の事務局となっています。家族会では入院患者様のご家族のために、ご家族様同士の懇談会と家族教室を年に3回程実施しています。家族教室では患者様の病気のことやストレス等について精神科医が丁寧に説明しますので、外来患者様のご家族のご参加もお勧めしています。ご希望の方は医療相談室までご連絡ください。〔電話：0248-42-3111 医療相談室（内線324）〕

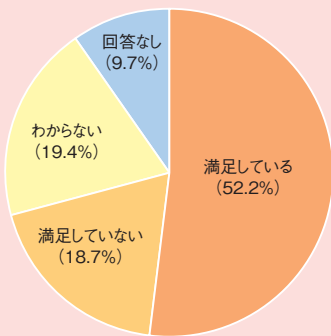


## ● 満足度調査(病院の接遇・利用に関するアンケート調査)の結果について

患者様へのサービスの向上や改善に向けて、患者様と付き添いのご家族の方を対象に、病院の接遇や利用に関する平成23年度アンケート調査を実施しました。

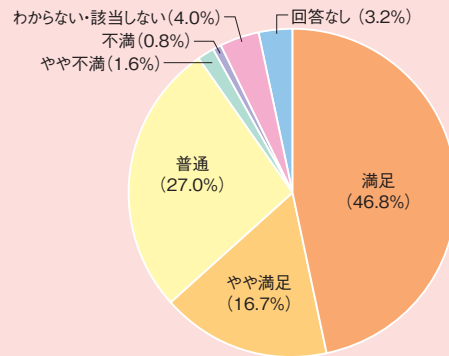
入院されている患者様に、職員の接し方や対応のほか、病院の生活環境や設備などについてお聞きしましたところ、病院の入院生活に「満足している」と答えられた方が52.2%、「満足していない」と答えられた方が18.7%でした。冷暖房やトイレなど施設面の要望も多くいただきましたので、一つでもお応えできるよう取り組んでまいりたいと考えております。

〈入院生活に関する満足度〉



外来の患者様や御家族の方へのアンケートについては、「医療サービスに関する病院全体の印象」が「満足である」と「やや満足」と答えられた方の合計が63.5%となり、昨年よりも2ポイント程度改善しました。また、「不満」や「やや不満」の合計も2.4%と昨年よりも3ポイント改善しました。今後も、接遇面や診療体制面など御満足いただける病院を目指して取り組んでまいります。

〈医療サービスに関する病院全体の印象〉



## お薬ミニ講座

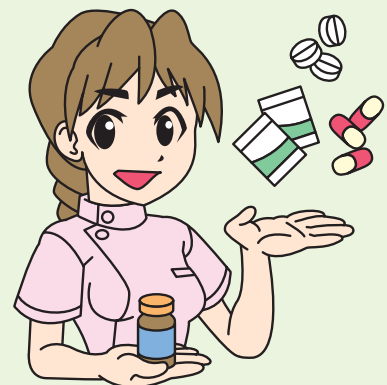
### ● 精神科で使用されるお薬について

今回は統合失調症の治療に使われる「抗精神病薬」についてご紹介します。

統合失調症は脳の働きをつかさどる神経伝達物質(ドーパミン、セロトニンなど)のバランスが崩れることにより発症すると考えられています。主な症状としては幻覚、幻聴や妄想などの陽性症状、意欲が低下したり、集中力が無くなったり、自閉的になってしまう陰性症状、不眠などがあります。

抗精神病薬は活発になりすぎた脳のはたらきを調整することにより症状を改善していきます。現在治療に使われている抗精神病薬には定型抗精神病薬(第一世代)、非定型抗精神病薬(第二世代)があります。早くから治療に使われていた定型抗精神病薬は陽性症状を緩和する効果は高いのですが、ドーパミンなどの神経伝達物質を遮断することにより起こる副作用や、陰性症状の改善にはあまり効果が無いことが問題になっていました。新しく開発された非定型抗精神病薬は副作用も少なく、陰性症状にも効果が期待されることから現在治療に多く使われるようになってきました。副作用はその症状を抑えるための薬を併用したり、量を調整したり、薬を変えることによって少なくすることができる場合があります。

症状を安定させ、再発をふせぐには状態が良くなってきても服薬を継続することが大切です。服薬されていて、気になることがありましたら、医師や薬剤師にお気軽にご相談下さい。



# 東日本大震災から1年 ～防災の重要性～

福島県立矢吹病院

3.11東日本大震災から早1年が経過しました。震災により尊い命を失われた方々に改めて深い哀悼の念を表しますとともに、被災された皆様に心よりお見舞い申し上げ、さらに、今なお救援、復興に尽力されている方々に敬意を表します。福島県においては、地震・津波・原発・風評被害と、四重の被害に見舞われ、完全復興には見通しが立たず予測さえつかない状況にあります。そんな状況下において、県民が一丸となり前向きに一步一步復興に向う姿は元氣と勇氣を与えてくれます。

## 矢吹病院では・・・

さて、矢吹病院が立地する矢吹町は地震被害が甚大で、家屋に関しては全体の3割が全壊及び半壊、一部損壊の3割と併せて町全体の6割以上が家屋被害を受け、地震後の町並みの風景は一変し、更地化した土地が増え完全復興にはほど遠い状況にあります。

幸いにして当院は、大地震にもかかわらず建物被害は最小限にとどまり、何より職員、入院患者、外来患者に大きな怪我もなかったことが救いでした。

しかしながら、当院における当時の状況は、

- ① 地震による道路網の損傷とガソリン不足のため、職員の出勤・訪問看護などが困難となった。
- ② 固定電話・携帯電話ともに接続が非常に困難となり、通常の通信手段が途絶えた。
- ③ 広範囲にわたりインフラが機能停止し、長期断水が発生した。
- ④ 備蓄(食料、飲料水)が2～3日程度であった。

など、想定以上の影響を受け、災害対応に取り組む日々が続きました。

何とか病院機能を維持しながら乗り越えることが出来ましたが、未だ不安は隠しきれないのが現状です。

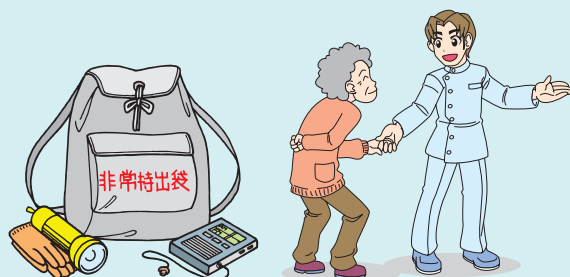


## 防災の重要性 ～災害に生かせるマニュアル作成に向けて～

当院では、災害対策委員会、災害マニュアルも存在していましたが、災害マニュアルについては、今回の震災時には活用できないマニュアルであったことが立証されてしまいました。

今回、誰もが経験したことのない体験を通し、防災の重要性を再認識しながら問題点を含め検証し、当院の防災マニュアルに反映させる必要があります。

そのため、今後は災害医療体制の一層の充実を図る観点から、災害医療のあり方も含め検討を行うための場として、災害対策委員会を中心として病院局及び各県立病院、保健所等と連携しながら、災害によって生じる多くのリスクを軽減するために、事前準備の備えと組織編成計画の作成を含めた方策を検討し、地域医療機関との協力体制を含めた連携システムや、地震災害を視野に入れた防災訓練の実施、原発に絡んだ様々な問題をも想定した災害に生かせるマニュアルの作成に取り組んでいきたいと考えています。





## 心の健康相談

### ～PTSDについてのQ&A～

東日本大震災から1年が経過しました。大災害や大事故からある程度時間が過ぎてから発生する精神障害には、PTSD(心的外傷後ストレス障害)やアルコール依存(症)、うつ病などがあり、いずれも軽視できない(自殺に繋がらう)疾患ですので、今回は既に外来で見かけるようになっているPTSDについて解説してみます。

#### Q1 PTSDとはどういった病気なのでしょうか？

**A1** 心的外傷後ストレス障害(PTSD:Post-Traumatic Stress Disorder)とは、例えば、今回の東日本大震災のような命に危険が迫るような非常に強い恐怖や、事故、暴行、脅迫などの事件による外傷的ストレス(トラウマ)を体験した後、その出来事を繰り返し思い出して恐怖にさいなまれたり、その出来事に類似した場面を避けたり、逆にそのような場面を思い出すことができなくなったり、神経が常に過敏になり、イライラして集中できず、不眠になる等さまざまな症状に悩まされる疾患をいいます。子供では、原因不明の腹痛・頭痛・吐き気・悪夢が続いたりします。

#### Q2 どの様な場合にPTSDと診断されるのですか？

**A2** 「危うく死ぬ、または重傷を負う様な出来事」を経験、または目撃をして、強い恐怖感、無力感、戦慄を感じた事実が存在する必要がある、その後<sup>①</sup>～<sup>③</sup>の全ての症状が1ヶ月以上持続し、社会的、精神的機能障害を起こしていることで診断されます。大半のケースは重大なショックを受けてから6か月以内に発症します。

##### ①再体験症状：

外傷的出来事に関する不快で苦痛な記憶が突然蘇ってきたり(フラッシュバック)、悪夢として反復されます。また思い出したときに気持ちが動揺したり、身体生理的反応(動悸や発汗)を伴います。

##### ②回避・精神麻痺症状：

出来事に関して考えたり話したりすることを極力避けようとしたり、思い出させる事物や状況を回避したりします。また興味や関心が乏しくなり、周囲との疎隔感や孤立感を感じ、感情が麻痺したように感じられます。

##### ③過覚醒症状：

睡眠障害、いらいら感、集中困難、過剰な警戒心、ちょっとした物音等の刺激にもひどくビクッとするような過敏反応を示します。

#### Q3 PTSDが心配な場合は、何科を受診すれば良いのでしょうか？

**A3** 精神科・神経科・心療内科を受診して下さい。

#### Q4 治療法は？

**A4** ① 精神療法としては、自律訓練法(リラクゼーション法)や認知行動療法(考え方・思考や行動パターン・生活パターンや環境・状況を180度変える等)。  
② 薬物療法として、SSRIなどの抗うつ剤や、応急処置・対症療法として精神安定剤や睡眠剤を使用します。

#### Q5 どの位で完治するのか教えてください。

**A5** 本人の性格や気質、パーソナリティ、家族関係や環境・状況に大きく影響されます。治療困難な精神疾患の一つですが、発症する前に、予防的医療介入が有効だとされています。

医師紹介

科別	氏名	職名	専門分野
精神科	横山 昇	病院長	精神科一般
	山田 康人	科部長	精神科一般
	金澤 壮一	科長	精神科一般、児童思春期、発達障害(成人を含む)
	石川 大道	科長	精神科一般、児童思春期、発達障害(成人を含む)
	小林 秀孝	医員	精神科一般
内科	宗像 修	副院長	消化器内科

外来診療のご案内

● 外来受付・診療時間

診療科	受付時間		診療時間	
	午前診療分	午後診療分	午前診療分	午後診療分
精神科一般 内科	8:30~11:00	13:00~15:00	9:00~11:30	13:00~15:30
児童思春期外来	全て予約制		9:00~11:30 (水曜日) (第3土曜日)	13:00~16:30 (木曜日) (水曜日、第3土曜日の一部)

● 診療日

精神科一般及び内科 ~月曜日から金曜日(祝日を除く。)  
 児童思春期外来 ~水曜日(県立医大派遣医師)  
 木曜日(当院常勤医師)  
 第3土曜日(応援医師)  
 (※休診や日程変更の場合がありますので、予約の際にご確認をお願いします。)

● 予約診療について

- ☆ 精神科一般 新患 ~予約が必要です。  
 ※新患の診察は、月曜日から金曜日の午前中のみ。
- ☆ 精神科一般 再診 ~午後の診察について予約の受付を行っています。
- ☆ 児童思春期外来 ~全て予約が必要です。

【予約受付時間】 8:30~12:00 13:00~17:00(月曜日から金曜日)

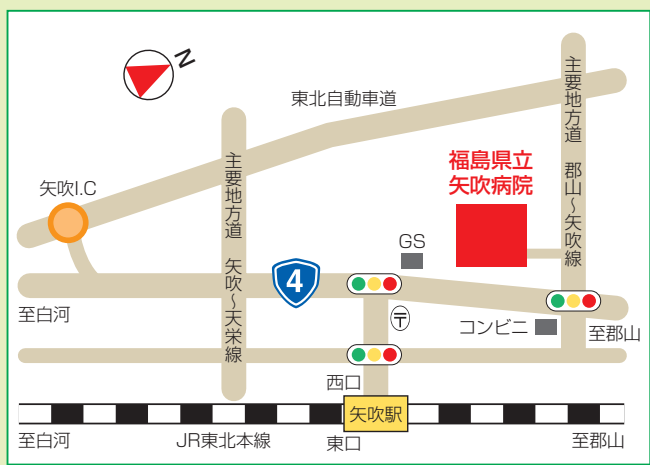
※担当医の診療日については、当院のホームページをご覧ください。  
 代診・休診についても、ホームページでお知らせしております。

交通のご案内

- JR矢吹駅より徒歩20分。JR矢吹駅(西口)と当院を結ぶ送迎バスも運行しております。



<送迎バス時刻表>



迎え	JR矢吹駅 → 矢吹病院
1便	8:10発
2便	8:40発
3便	9:40発
送り	矢吹病院 → JR矢吹駅
1便	9:25発
2便	10:50発
3便	11:20発
4便	14:30発
5便	15:25発

※病院正面玄関前からご乗車できます。

発行 ● 福島県立矢吹病院

〒969-0284 福島県西白河郡矢吹町滝八幡100 TEL0248-42-3111 FAX0248-44-2551

ホームページ <http://www.pref.fukushima.jp/kenbyou-yabuki/index.htm>