

心の相談、のります

～うつ・不安・不眠～

うつ病は単なる落ち込みとは違った、れっきとした疾患です。ストレスがきっかけとなることが多いですが、ときには思い当たるストレスがなくとも発症することもあります。放つておいて重症化すると自分で治る力が失われてしまします。気分が落ち込み、意欲が低下し、眠れなくなり、食欲もなくなります。いつもなら気分転換で回復していました

のに、楽しいはずのことが樂しみなくなつて来たら、赤信号かもしれません。当院の精神科はうつ病や双極性障害等の感情障害の治療を得意としています。薬物もなるべく副作用の少ないものを適度に使用し、精神療法も併用しながら丁寧に治療いたしま

(精神科 黒澤 順三)

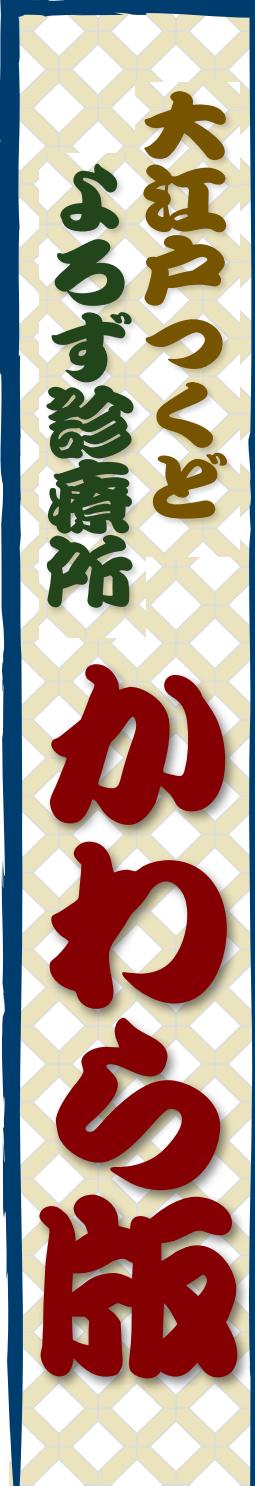
第三十回



趣味のジャグリングで集中力を高める黒澤部長



精神科初診外来の流れ



7月23日(水) ボランティア 大山弘翔バイオリンコンサート



7月23日(水) SMC夏祭り 病院のお仕事やってみよう



7月24日(木) 健康教室 足の疾患の診断と治療 整形外科



7月25日(金) 神楽坂まつり阿波踊り大会



シン・化学療法室

◎ 外来化学療法のメリット/デメリット

- 「外来化学療法のメリット」
- 日常生活や社会生活を続けやすい
 - 仕事や学校、趣味などの活動を継続しやすい
 - 経済的・時間的な負担の軽減
 - 精神的な負担が少ない

- 「外来化学療法のデメリット」
- 定期的な通院が必要
 - 日常生活を自力で続けるには至らない
 - 家族のサポートが必要になる場合がある
 - 副作用のリスク(対応を自宅で行う必要がある)

「注意」

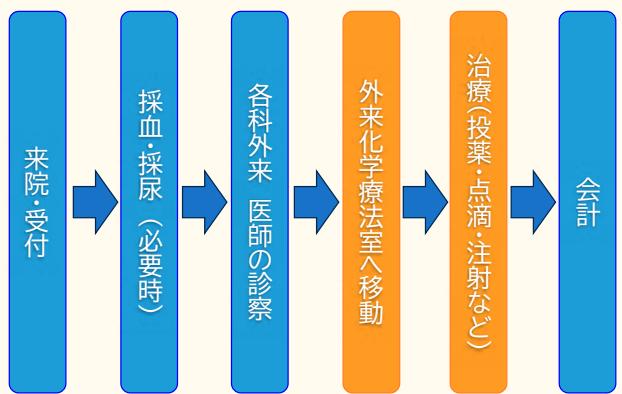
- 外来化学療法は、がんの種類や進行度、患者さんの状態によって適応が異なります。
- 外来化学療法を受ける際には、医師や看護師とよく相談し、理解を深めることが大切です。
- 副作用を最小限に抑えるための対策や副作用が出た場合の対処法について、事前に確認と理解が必要です。

◎ 対象疾患

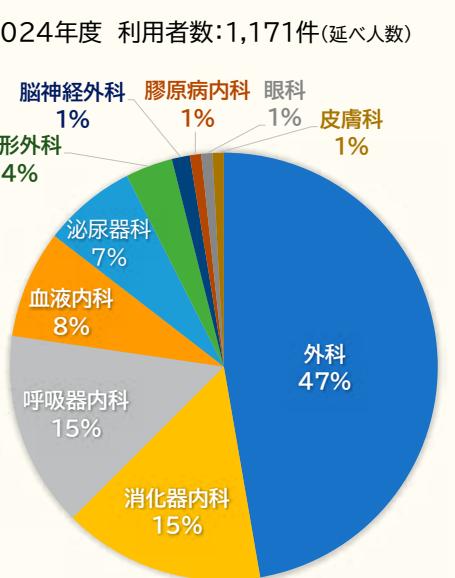
- 外科
大腸がん、胃がん、肺がん、胆道がん、食道がん
乳がん、小腸がんなど
 - 消化器内科
大腸がん、胃がん、肺がん、潰瘍性大腸炎など
 - 呼吸器内科
肺がん、胸膜中皮腫など
 - 血液内科
悪性リンパ腫、骨髄異形成症候群、急性骨髓性白血病、多発性骨髄腫など
 - 泌尿器科
膀胱がん、前立腺がん、腎臓がん、腎孟・尿管がんなど
 - 整形外科
関節リウマチ
 - 脳神経外科
脳腫瘍
 - 膜原病内科
関節リウマチ、全身性エリテマトーデス、血管炎、成人発症スチル病など
 - 眼科
ブドウ膜炎
 - 皮膚科
乾癬
- ※ 炎症を抑える目的に使用される“生物学的製剤”などがん以外の疾患に対する治療にも利用されています。



◎ 外来化学療法当日の流れ



◎ 年間利用者数と診療科別割合



おおさか まなぶ
大坂 学

かつて抗がん剤の治療は入院が基本でしたが、近年では抗がん剤の進歩や副作用に対する支持療法の開発、治療環境の整備など、がん医療技術が発展したことにより、外来や自宅でも抗がん剤治療を安全に行なうことが可能となりました。

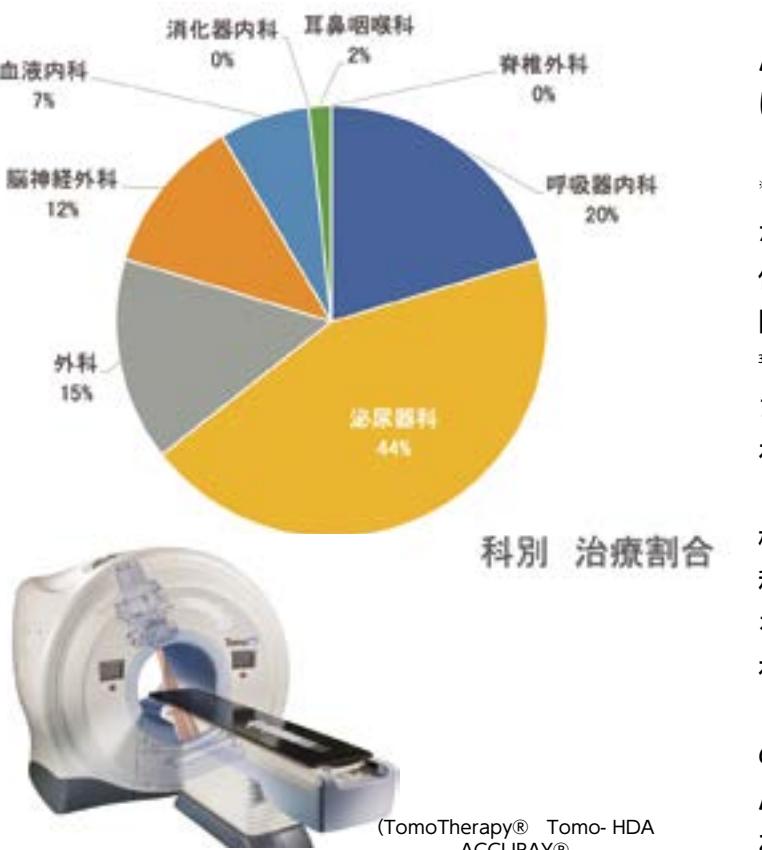
化学療法室は外来で抗がん剤治療を行う専用の病床で、当院では2008年に開設し、様々な疾患の患者さんに利用されています。本年6月には、これまでの本館2階から地下2階に場所を移動し、より広く静かな環境でリラックスして治療を受ける事が出来る新しい化学療法室がオープンしました。

「当院の特色」

ベッド2床とリクライニングチェア10台を有し12人の患者さんが同時に治療できます。それぞれに無料のテレビを設置しているため、治療中も快適にお過ごしいただけます。また個々の空間はカーテンで仕切られ、プライバシーが守られるよう配慮しています。

(外来化学療法室長 大坂 学)

仕事も家庭も治療も



注釈

- ※1 痛みのこと。
- ※2 トモセラピー…治療器の名称
- ※3 心臓線量の低下…心臓病のリスクを下げる
- ※4 根治照射…放射線治療によってがんを死滅させ完全な治癒(根治)を目指すこと。
- ※5 スペーサー…物と物の間に挟んで一定の空間や間隔を確保するためのもの。



 放射線治療科 YouTube チャンネル
是非ご覧ください



シン・放射線治療室

大切にできる生活を。

慢性看護・糖尿病看護



糖尿病を抱える患者さんは、日々の生活の中で様々な課題と格闘しながら生活されておられます。そういった患者さんや、そのご家族、あるいは職場の方、学校の方など患者さんを支える方々への支援を医師、管理栄養士、看護師、薬剤師（かかりつけ薬剤師も含む）などが行っています。

さらに、この中で看護師は、慢性看護専門看護師・糖尿病看護認定看護師が、患者さんを生活者として捉えて支援しております。

例として、

- 爪切り
- タコうおのめ処置の実施
- スキンケア
- 傷の管理
- 靴の履き方、歩き方の指導
- 鞍の履き方、歩き方の指導を行っています。

また、糖尿病の他、慢性疾患である心筋梗塞や不整脈などの心臓病や慢性腎臓病を抱える患者さんの日常生活の管理および治療上の困りごとについても、病棟・外来・透析室をまたいで多職種のスタッフと連携して支援しています。何かご相談があればお気軽にお申し付けください。



Q.. そもそも介護福祉士とはどんな資格ですか?

A.. 介護の専門職として高齢者や障がいのある方々の心身の状態に合わせ、日常生活を支援する国家資格です。具体的には食事や入浴、排泄などの身体介助から掃除や洗濯といった身の回りのことをお手伝いします。また患者さんが自宅に帰るために必要な歩行や食事の訓練を日常生活の中で行っています。自宅に帰ってからも安心して暮らせるように住宅改修や福祉用具

で働いていました。在宅生活を送るためにリハビリをして帰るという施設で支援を行っていました。老健ではほとんどの方が自宅や病院から入所されます。働いていく中でもっと多くの方と実際に関わって、知識ではなく経験として知りたいと思いました。そこで当院は療養介助員ではなく、介護福祉士として採用があつたためJCHO内で異動希望を活用して入職しました。

介護福祉士の資格を持つ方は高齢者施設に勤務されることが多いですが、病院に勤務される方は少ないことがあります。そこで今日は50歳病棟に配属されている介護福祉士の杉島さんにお話を伺いました。

Q.. 病院に勤務する介護福祉士の方は少ないと思いますが、なぜ当院に入職しようと思ったのですか?

A.. 以前は老人保健施設（以下、老健）で働いていました。在宅生活を送るためにリハビリをして帰るという施設で支援を行っていました。老健ではほとんどの方が自宅や病院から入所されます。働く中でもっと多くの方と実際に関わって、知識ではなく経験として知りたいと思いました。そこで当院は療養介助員ではなく、介護福祉士として採用があつたためJCHO内で異動希望を活用して入職しました。

介護福祉士 杉島さんに聞く

衣服は体温調節や病気の予防、食事はエネルギー源の補給と健康の維持、住まいは安全確保と快適な環境のために必要です。衣・食・住これらが整って初めて、人は人間らしい生活や社会活動を送ることができます。そのうえで「身体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態」が「健康」とされています。（※1）

健康を維持するためには、栄養、運動、休養のバランスが最も基盤となる要素で、その上で心身のリフレッシュ、ストレスの少ない環境づくり、良好な人間関係の構築、安定した収入の確保、安心して住み続けられる住宅を確保する事が健康を支える環境要因として大切になります。そして私達が提供する「医療」には、病気の診断、治療、予防、リハビリテーションなど、単に病気を治すだけでなく、心身の健康を維持・回復・増進する活動も含まれます。そう考えると「健康」を維持するためには「医療」「医」「安定した就労・収入」「職」「住み家」「住」この3要素「医・職・住」が重要と言い換えられるのかかもしれません。

外来化学療法や外来放射線治療は、仕事を続ければ、慣れ親しんだ住居で生活をしながら治療が出来る「医・職・住」を手助けする手段の一つになれるのではないかと考えます。

当院には、患者さんの相談窓口「がん相談支援センター」があります。「医・職・住」について不安な事は一人で抱え込まず、まずはお気軽にお尋ね下さい。（かわら版編集長 大坂学）

（※1）世界保健機関（WHO）による定義

「い・しょく・じゅう」



*掲載者の許可を得ております。

Q.. 最後に読者の方に向けて、二言お願いします。

A.. 入院患者さんが困っていること不安なことに寄り添い、心の支えとなれるようこれからも精一杯がんばって行きたいと思います。

