

2019/7

No.27

Harmo-net



医療法人 成精会

刈谷病院

ハハモネット

アディクションと刈谷病院

みなさまは「アディクション」という言葉を聞いたことがおありでしょうか。のめり込んでしまってやめたくてもやめられなくなってしまうこと、日本語では「嗜癖」と言います。「依存症」とほぼ同じことを指しているのですが、もう少し守備範囲が広くて軽症の状態も含めた概念です。

精神医学ではここ数十年あまり使われなくなっていたこの言葉が再び使われるようになってきました。その背景には、物質依存だけでなく行動嗜癖と呼ばれるギャンブル、インターネットゲームなどさまざまなアディクションが深刻な問題として認識され、そこに共通のメカニズムが想定されるようになってきている、といった事情があります。

ニュースやワイドショーでは、芸能人や議員の飲酒トラブルや違法薬物問題が次々に話題になります。横領などの経済犯罪の裏にはパチンコ・競馬・FXなどギャンブル依存症問題が隠れていることも多くあります。ゲーム依存は教育現場で深刻な問題となっていて、国際的な診断分類にも「ゲーム障害」として正式採用されることが決まりました。

これまで司法やモラル、教育や指導、更生の問題とされてきたものが、それだけでは解決にならず、科学的な治療や回復支援が有効であることが明らかになってきています。

依存症やアディクションといっても自分や周囲の人には縁遠い特別な人たちのできごとと思っている方もいるかもしれませんが、しかし、アルコール依存症は107万人、ギャンブル依存症を疑われる人は320万人、ネットやゲームの病的な依存症は全国の中高生650万人の14%にあたる93万人と推定されています。そして精神障害者の半分以上になんらかの依存症を含む物質使用障害やアディクション問題が併存しているともいわれます。だれもがなりうる身近な病気であり、非難・叱責や精神論で応じることは問題を悪化させ有害です。正しい知識と治療・回復支援が必要なのです。

刈谷病院はこれまでアルコール依存症の治療を積極的に行ってきました。しかし依存症の治療と回復は、専門病院だけで完結するものではありません。刈谷病院は衣浦東部保健所と共同事務局を担い、この地域のさまざまな関係諸機関と手を結んでアルコール地域連携ネットワークを構築してきました。さらに愛知県アルコール健康障害対策推進計画によって、愛知県のすべての保健所で同様のネットワークを作る活動が始まっています。

昨年9月、刈谷病院は愛知県からアルコール健康障害の専門医療機関および依存症治療拠点機関に選定されました。専門医療機関としてのアルコール治療では、従来どおり入院・外来プログラムなどを行い、さらに各機関とも連携しながら、取り組みを充実させていきます。とくに自助グループとの連携を重視しており、断酒会などを紹介するとともに必要に応じて生活・相談支援を行い、治療や自助グループ参加・就労状況など予後調査を行っています(受診後の患者支援にかかるモデル事業)。当院を受診されるアルコール患者さんやご家族にはご協力のほどをお願いいたします。

アルコールの依存症治療拠点機関としては、県からの委託事業「専門相談」「研修会開催」「情報発信」を行っています。そして、外部への窓口機能と依存症・アディクション情報の一元的管理を担う「刈谷アディクションセンター」を昨年10月に

刈谷病院内に設置しました。

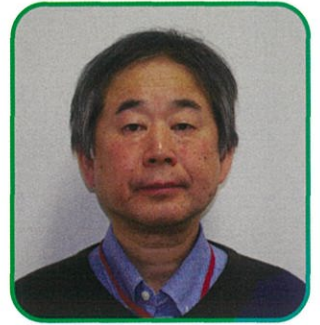
「専門相談」は医療・福祉・行政機関などを対象に、アルコールに関連した困難事例などへのアドバイスを行っています。

「研修会」は愛知県内の精神科医療機関などを対象に2日間の専門研修を毎年行います。

そして「情報発信」ですが、広く県民の方々へ啓発するために、ホームページを開設いたしました。お酒と健康に関する基礎知識とすぐに役立つセルフチェックや相談機関リストなどが掲載されています。

ぜひみなさま、下記のサイトにアクセスしてください。
「愛知県依存症治療拠点機関(アルコール健康障害)啓発サイト」
<http://www.kariya-hp.or.jp/aichi/alcohol/>

最初にお話したように、ここ数年、アルコールに限らずさまざまな依存症・アディクションが注目されています。私たちは今、国の対策も社会の見方も今後大きく変わっていく転換点にいるのだと思います。アルコール、喫煙、違法薬物、ギャンブル、ネットゲームなどさまざまなアディクションには共通した脳の異常があるので基本は変わらないのですが、それぞれに特徴があり、社会的な意味づけや連携機関や対応法が違っているのも事実です。刈谷病院としても「刈谷アディクションセンター」を軸として、着実にノウハウを蓄えながら、対応できるアディクションの守備範囲を少しずつ広げていこうと考えています。真にみなさまのお役に立てる病院となるために、今後とも患者さん、ご家族、そして関係支援機関の方々のご指導とご協力をお願いいたします。



刈谷病院 副院長/
刈谷アディクションセンター長
菅沼 直樹

ゆたかな心、こまやかな関わり、最新の医療

当院の理念

- ① 患者さんに差別のない目、ゆとりのある態度で接すること
- ② 患者さんの立場にたった思いやりのある態度で接すること
- ③ 従来の自分たちの治療に満足せず、常に新しい医療に目をむけ、より良い治療を目指すこと

当院の基本方針

- ① 丁寧な説明と意思決定のもとに医療と福祉を実践します
- ② 安心、安全な医療福祉環境作り積極的に取り組みます
- ③ 精神科救急に積極的に取り組みます
- ④ 精神科リハビリテーションに積極的に取り組みます
- ⑤ 障害者の地域生活支援に積極的に取り組みます
- ⑥ 地域の医療機関、行政、福祉施設をはじめ、すべての社会資源との連携に積極的に取り組みます
- ⑦ 精神保健医療福祉についての啓発活動に積極的に取り組みます
- ⑧ 職員の研修と研鑽に積極的に取り組みます

刈谷病院 委員会特集

第3回目の刈谷病院委員会特集は『広報委員会』です。『飛翔』(年1回発行)、『ハーモネット』(年2回発行)、『ストーク』(年2回発行)、ホームページ・ブログ(月1回更新)とその仕事は多岐にわたります。まさに病院の顔となるような内容の仕事をしています。簡単に説明していきたいと思います。

飛翔

刈谷病院の母体は「医療法人成精会」という医療法人です。『飛翔』は、その医療法人の1年間の活動報告になります。内容は活動報告の他に、多職種での対談や、スタッフの趣味など様々です。発行しているもので一番ボリュームがある冊子です。



ハーモネット

発行部数は約1,000部と他の2つに比べて圧倒的に多い部数で、いま手に取って見ていただいているものが『ハーモネット』です。刈谷病院のことを広く知ってもらうために、職員の挨拶から始まり、精神疾患について、病院の行事のことなどを載せています。どなたでも手に取って見ることができるよう外来や各病棟に置いてあります。ホームページにも掲載されています。



ストーク

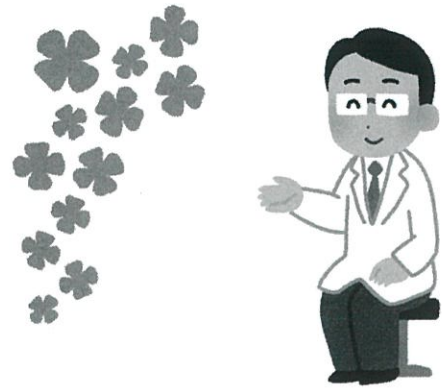
院内のみの発行・閲覧になります。新入職やクラブ活動、結婚・出産などスタッフに関する情報が主な内容になっています。個人情報も載っているので、残念ながら写真は載せることができません。

ホームページ・ブログ

近年、病院を探すのにまずホームページを見ると思います。病院のイメージにもつながるためホームページを充実させることはとても重要になります。また、刈谷病院で働きたいという人に向けてのリクルートの意味合いも強く、ブログではスタッフの一日を追いかけたりと病院を身近に感じてもらえるような内容になっています。

委員会の構成メンバーは多職種で構成され、現在10名います。月1回の委員会では皆で考えたアイデアを出し合い、和気あいあいと楽しくやっています。そんな私たちの頑張りが、今年の病院機能評価機構にも評価され、広報委員会は最高ランクの評価をいただきました。

知っておきたい 精神科基礎知識 【チック症】



チック症ではまばたきや首振りを繰り返すなどの、一見してこどもの“くせ”のように見える行為が現れることがあります。また、においを嗅いだり、スキップしたりと一見しただけでは何か目的のあるような行動が現れることもあり、時に親御さんが止めさせようと叱りつけたりしてしまうことがあります。

チック症ではどのような症状があり、どう診断されてそれぞれの治療となり、どのような経過をたどるものなのかについてお話したいと思います。

◆ 症状について

まずは生じる動作の違いで、運動チックと音声チックに分かれます。また、その動作にかかわる要素に応じて、単純チックと複雑チックに分かれます。とはいってもなかなか理解が難しいため、具体的な行動を考えてみましょう。

単純運動チックでは、まばたき、首振り、目を回す、口を動かす、小鼻を動かす、肩をすくめる、腹に力を入れるといった行動が見られます。一方、複雑運動チックでは、口をゆがめる、顔をしかめる、においを嗅ぐ、手や腕を振る、自分を叩く、飛び上がる、人や物に触れる、妙な姿勢をとる、スキップをする、しゃがむ、卑猥な身振りをする、他人の動作をまねるといった行動が見られます。

次に単純音声チックでは、咳払い、唸る、鼻をクンクンする、鼻を鳴らす、鼻をすする、吠えるような声をする、舌打ちといった行動が見られます。複雑音声チックでは、状況に合わない単語や句を言ってしまう。社会的に受け入れられない(例えば卑猥な)言葉言ったり(汚言)、他人の言葉や行動を繰り返してしまう(反響言語)、自分の音声や単語を繰り返してしまう(反復言語)が見られます。心理的に緊張が高まったり、逆に緊張から解放された時、それから怒ったり・喜んだり感情が高まった時に症状が出てしまうことがあります。一方で適度な緊張感があるときには逆に少なくなったりもします。時には、怒りがコントロールできなくなったり、症状の出る直前に胸にこみ上げてくるような違和感をおぼえることや、症状の出た場所にむずむずした感じなどがあることも。また、何度も決めた位置まで物を動かして調整したりといったことが止められないということもあります。

◆ 診断の分類について

- ① Gilles de la Tourette(トゥレット)症：多彩な運動チックと一つ以上の音声チックが1年以上継続する
- ② 持続性運動または音声チック症：運動チックまたは音声チックが1年以上にわたり持続する(同時には見られない)
- ③ 暫定的チック症：運動チック及び/または音声チックが持続して1年以内である

◆ 経過について

トゥレット症の有病率(ある時点で症状を示している人の割合)は学童期の1,000人に3~8人で、男女比は2~4:1で男の子に多い傾向です。典型的には4~6歳頃にまばたきなどの単純運動チックに始まって、頭や顔→手や腕→足や脚と移動して、11歳頃までに舌うちや咳払いといった音声チックが現れてきます。10~12歳頃にチックが一番激しくなることが多いようです。

一方で暫定的チック症は、7~11歳に多く見られ、有病率は男児の18%・女児の11%にも及びます。トゥレット症に移行するかを予見することは難しい状況です。しかし、運動チックと音声チックが共に現れたり、多彩なチックがあったり、ご家族にいらっしゃったりする場合には、定期的に経過を相談することが勧められます。

◆ 治療について

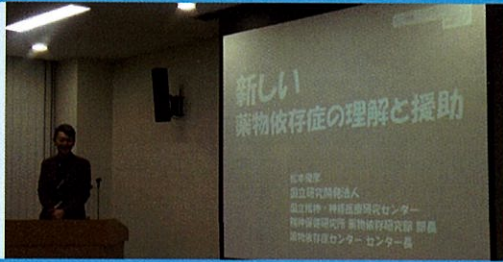
主に薬物療法と行動療法があります。いずれも診断がついたからといって即座に始めるものではなく、症状によって子供たちの学校や社会での生活に苦勞している状態を改善するために行います。薬物療法では降圧薬の一部、抗精神病薬・抗うつ薬・抗不安薬といったもの、漢方薬といったお薬が使われることがあります。また、注意欠陥多動性障害(ADHD)もある場合などもあり、多彩なお薬が使われることがありますので、主治医の先生とよく相談していただく必要があります。

◆ 最後に

かつて心に原因があると考えられていたこともありましたが、暫定的チック症の原因は不明です。本人は症状のためにかかわれたりすることで、“恥ずかしい”症状と感じてしまい仲間との交流を避けたりします。また、家に帰ってホッとして症状が出たりすることが続く親御さんはそれを見ていることに耐えられず叱ったり、強引に受診を勧めて関係が悪化したり、逆にどんなにひどい症状が出ても気がつかないふりをして苦しんだりされていることがあります。中には理解不足から間違った子育てが原因ではと悩んでおられる方もいらっしゃいます。まずは症状を理解していただき、早い時期に医療機関に相談ができるようになることで本人とご家族のよりよい暮らしにつながることを願っております。

講演会「新しい薬物依存症の理解と援助」

『新しい薬物依存症の理解と援助』という演題で4月17日、松本俊彦先生にお越しいただきました。1時間という短い時間でしたが、とても熱い講演をしていただきました。刈谷病院にも新しい風が吹きました。御多忙の中、ありがとうございました。



第14回 あったかハートまつり

令和になり初の『あったかハートまつり』が6月2日に開催されました。沢山の方にお越しいただき、盛り上がりました。刈谷市は3月に『刈谷市歴史博物館』をオープンし、かつなりくん、刈谷城盛上げ隊も大忙しです。

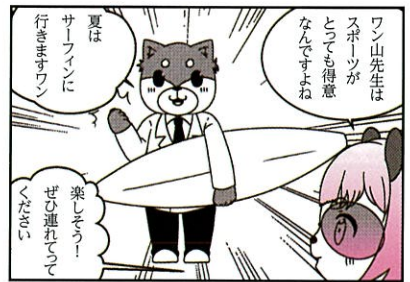
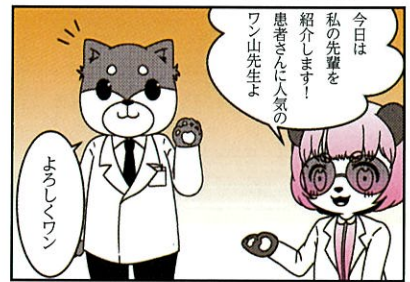


石川 敏樹

カリヤ 病院物語

パート2 第5回

注：このマンガはフィクションです。



<漫画制作/キャラクターデザイン>
あいち造形デザイン専門学校 研究科 加藤 芳美さん

～カルシウムとマグネシウムで心も元気に！～

トマトでさっぱり夏バテ予防！ サラダそうめん



材料 (1人分)

- そうめん …………… 1束
- きゅうり …………… 1/3本
- カットわかめ …………… 適量
- ④ ツナ …………… 1/2缶
- ⑤ マヨネーズ …………… お好みで

- ★ かけつゆ
- ⑥ トマト …………… 1/2個
- ⑦ 麺つゆ(ストレート) …… 100ml
- ★ 薬味
- 大葉 …………… 2~3枚
- しょうが …………… 適量
- いりごま …………… 適量

作り方

- きゅうり・大葉を細切り、トマトを1cm角の角切り、わかめを水でもどす。
- ④、⑥をそれぞれ和えておく。
- そうめんを袋に記載してある時間茹でる。
- 水気をきったそうめんを器に入れ、きゅうり、ツナ、わかめ、しょうが、大葉をのせる。
- トマトのかけつゆをまわしかけ、いりごまをのせたら完成！

※ 茹でずに水でほぐすだけのそうめんを使うとさらに簡単にできますよ！



ワンポイント

わかめには「カルシウム」「マグネシウム」のミネラルが含まれています。カルシウム・マグネシウムには神経の興奮・緊張を沈めてくれるはたらきがあります。これらが不足するとイライラやつつ、不眠などの神経症状が出てくることがあるので、不足しないように摂取しましょう！「カルシウム」は乳製品・小魚・海藻類、「マグネシウム」は大豆・海藻類・魚肉類に多く含まれています。

管理栄養士 横谷 あい

患者さんの権利

- 人間としての尊厳が認められる権利
- 平等に医療を受けられる権利
- 十分な説明を受け、知る権利
- 医療を選択し、自己決定する権利
- 治療スタッフを知る権利
- 個人情報の秘密が厳守される権利
- 治療上のルールを守り、治療に参加する責任
- 治療上で必要な情報を提供する責任
- 医療費を支払う責任

患者さんの責任

編集後記

今回の特集は、「広報委員会」を取り上げました。ハーモネットだけでなく、様々な広報活動をしていることを知っていただけたらと思います。これからもアンテナを張り巡らして発信していけたらと思います。

看護師 石川 敏樹

神経科・精神科
医療法人 成精会

刈谷病院

編集・発行 /

〒448-0851 愛知県刈谷市神田町二丁目30番地
TEL (0566) 21-3511 FAX (0566) 21-3536
<http://www.kariya-hp.or.jp> 携帯HP / <http://www.kariya-hp.or.jp/i>



交通のご案内

- 国道23号線
- 車で
- 野田ICから車で10分
- 上重原ICから車で10分
- 無料駐車場 117台
- JR東海道線刈谷駅
- 南口より徒歩10分
- 名鉄三河線刈谷駅
- 南口より徒歩10分

