

UWAJIMA

2016
Winter
Vol.04



アディクション

—この人間的病とどう共存していくのか



公益財団法人 正光会 宇和島病院 医師 渡部 三郎

依存症が消えた？

世界の精神科診断の基準となるアメリカのDSM-5が改訂されて3年になる。おそらくWHOのもう一つの世界的な基準であるICD-10改定に大きな影響を与えることは間違いない。

DSM-5の大きな変化の一つが、依存症(ディペンデンス Dependence)の用語がなくなり、「物質関連障害および嗜癖性障害」となったことである。嗜癖(アディクション addiction)という言葉が復活し、「行為・プロセスの依存症」として知られていたギャンブル依存症(病的賭博の病名がギャンブル障害に変わる)が一緒に診断項目にくられたのである。世界的に急増しているインターネット依存症も同じ項目に組み入れられると予想されている。

依存症という医学用語はDSM-5より消えてしまった。これは外からの物質(アルコールや薬物)が身体に入り脳に変化をもたらし(依存症という病気になる)だけでなく、人を惹きつけるようにつくられたパチンコにはまり、同じ行動をくり返していると脳は同様な病的変化を引き起こす(アディクションという病気になる)ということがわかってきたためである。

メカニズム？

20世紀末より急激に進歩した脳の機能画像(PET検査や機能的MRI検査)などで、依存性物質と過度のギャンブルが本質的に同じ変化を脳に起こしていることが確認された。その変化の部位は、ヒトという動物の動機づけ・行動をコントロールするドパミン神経系—脳幹にあるたった数千の神経細胞が、一つの神経細胞からそれぞれ千から万の神経線維を伸ばし、ヒトの感情の中核である大脳辺縁系という部位と、ヒトで最も進化した前頭前野の部位(人間性の本質を担う)へ拡がる。いずれも一時的な鎮痛作用と喜び・陶酔感をもたらし、ヒトをその行動に動機づけ、はませっていく。

アディクション2千万人時代？

本人や家族だけでなく、国・行政も否認してきたアディクションの実態は以下のようなものである。

平成26年に行われた厚生労働省の研究班の調査では、アルコール依存症は厳密な診断基準で109万人(依存症予備軍は約400万人、危険な飲酒や有害な飲酒をしている人は約960万人)、しかし治療を受けていない人(未治療率)は実に96%にのぼる。ギャンブル依存症は536万人と推測され、日本で最も多い精神疾患となっているが、未治療率はさらに高い。インターネット依存症は人口の約10%と推測されている。中学・高校生の少なくとも10%が経験しているリストカットなどの自傷、摂食障害やクレプトマニア、家庭内暴力、性依存症、覚醒剤・危険ドラッグなど規制薬物だけでなく、眠剤などの処方薬の依存症も手つかずだ。

現実的にはもう無視できない問題となってきている。

回復と成長の道

誰もがなり得る、心と身体の痛み・辛さを一時的にでも和らげてくれる、このアディクションの治療・回復は厄介だ。残念ながら、強い意志の力でも、現在の発達した医学でも脳の神経細胞の病的変化(脳の暴走)は元に戻すことはできない。しかし、治すことはできなくても回復の道はある。病気に侵された神経回路とは繋がらない、新たに健康な神経回路、行動習慣・人との関係をつくることである。

ヒト同士の信頼関係・絆をつくり、共感し体験を分かちあうこと(前頭前野の機能の回復)で再発防止や回復ばかりでなく人間的成長をとげる人達、自助グループの活動・仕組みのなかにヒントがある。原始、私たちホモ・サピエンスが天敵から命を守るため、家族とつながり・分かち合い、共同体、社会をつくる基本となった力(社会性)、すなわち私たちホモ・サピエンスの遺伝子の中にある原初的な本能—ヒトとのつながり・社会性を回復することである。ヒトに隠された最も強い力・脳の仕組みでなければ、この脳の暴走は鎮まらないのであろう。

私たちが、人との関係をつくり、「やめ始める」支援を行い、「やめ続ける」仕組みにつなげていくこと。前頭前野の機能・活動(社会脳)を存分に発揮するようエンパワメントすることが期待されている。

精神科認定看護師資格を取得して

昨年度、病院の全面的な協力もあり、約1年間をかけて日本精神科看護協会の精神科認定看護師制度の教育課程(研修会・実習)を受講し、精神科認定看護師の資格を取得いたしました。平成28年4月1日現在で全国に674名(愛媛県では16名)が精神科認定看護師として登録されています。

精神科認定看護師の役割として、

- ①すぐれた看護実践能力を用いて、質の高い精神科看護を実践すること
- ②精神科看護に関する相談に応じること
- ③精神科看護に関する指導を行うこと
- ④精神科看護に関する知識の発展に貢献すること

以上4つの役割が求められています。

いままで患者さんの症状に焦点をあてて見るが多かった自分にとって、精神科認定看護師制度の教育課程の講義(ストレングスやリカバリー)で、患者さんの強みに着目し、患者さんが望んでいること(夢)と一緒に考えていく大切さを学んだことは、とても貴重な経験でした。

研修会終了後に有志による「看護を語る会」で、全国から集まる仲間同士で看護観や倫理観について語りあったことも、自分の看護を見つめ直すきっかけになりました。看護の目的や、看護を提供するうえで自分が心がけてきたことは何かなど、原点に立ち戻って考えることができました。

このような学びを実際の看護の場面で活かし、病棟や院内のスタッフにも伝達しながら、当院の理念でもある「患者さんのために」、患者さんが望む生活に向けた看護が提供できるように取り組んでいきたいと思っています。



5病棟 主任 井上 賢一



部署だより (1病棟)

個別性を重視した 治療とリハビリテーションを

1病棟は、精神療養病棟(60床)です。患者さんが治療を行いながら社会生活に適應できるように、個別性を重視した治療とリハビリテーションを実施して退院支援に取り組んでいます。また、患者さんが閉鎖的な空間の中でもストレスが溜らない支援ができるように日々努めています。



認知症疾患医療センターからのお知らせ

連携協議会・研修会を開催して



平成28年5月12日、「認知症疾患保健医療福祉連携協議会」を開催し、前年度の活動状況や今年度の事業計画、各部門に分かれての意見交換を行いました。

6月29日、「第1回保健・医療・福祉関係者合同学習会」を開催しました。今年度は「圏域での取り組みをしよう」という目標のもと、鬼北町・松野町と協働し、谷向知先生（愛媛大学大学院医学系研究科地域・高齢者看護学講座教授）をコーディネーターとしてお迎えし、「地域課題を探る」をテーマにグループワークを実施。総勢86名の参加があり、各分野における課題を話し合いました。

また、8月25日に鬼北町立北宇和病院にて学習会での課題をもとに報告会を開催。鬼北・松野地域の事業所の方々にご参加いただき、今後の圏域での取り組みについて話し合いました。当地域での連携・ネットワークの構築に努めて行きたいと思っております。



8月24日、当院の「ふれあいの夕べ」にボランティアで参加いただいた宇和島市立城北中学校の生徒を対象に「認知症サポーター養成講座」を開講し、認知症についての知識・理解を深めていただきました。今後の「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」に協力していただける若いパワーが誕生しました。

9月9日、宇和島医師会学術講演会「認知症の人の想いを大切にされた医療・ケア」に参加し、高橋幸男先生（医療法人エスポワール出雲クリニック院長）から認知症の「カラクリ」について学びました。また、講演会終了後、意見交換会があり高橋先生、かかりつけ医の先生方とも交流を深めることができました。



お問い合わせ

愛媛県地域拠点型認知症疾患医療センター（公益財団法人 正光会 宇和島病院内）

専用電話 ☎0895-22-8020 対応曜日および時間 月～金曜（平日のみ）8:30～17:00

EVENTS & NEWS

8/27 (土) ふれあいの夕べ

宇和島病院で「第17回ふれあいの夕べ」を開催しました。焼きそばやフライドポテトなどの食べ物の出店のほか、ステージ発表などがあり、小さいお子様からお年寄りまで、多くの方にお越しいただきました。

わかば太鼓の皆さんの演奏で開幕。少林寺拳法の迫力の演技、デイケアコーラス宙の皆さんによる合唱、真美中須真由美教室による息の合った演技などで会場を盛り上げていただきました。



城北中学校ボランティア参加者の感想



- 人のために何かをするのは、やりがいがありました。これからも、ボランティアに参加していきたいと思います。
- 自分が分からないことがあった時に、仲間が頼りになることが分かりました。来年は高校生として参加したいです。
- 大人から子供まで多くの人達が来てくれて、コミュニケーションの仕方の勉強になりました。とてもいい時間を過ごせました。
- お客さんがにっこり笑ってくれたり、返事を返してくれると、すごくうれしかったです。接客するのは、とても難しく勉強になりました。
- ボランティアを通してたくさんの人とふれあうことが出来たので、すごく良い体験になりました。これかもたくさんの人とふれあっていきたいと思います。

見守りのお手伝いに参加して

宇和島看護専門学校
21期生 矢野 彩夏さん

今年は、学生10名が出店や見守りのお手伝いとして参加させて頂きました。

「ふれあいの夕べ」は、様々なステージによる明るく賑やかな雰囲気でも始まり、美味しい食事や抽選会等、最後まで参加する人々の笑顔が見られました。私たち学生も、職員の方々や患者様、地域の人々と一緒になって楽しむことができました。普段は学校や病院の中で学ぶ事が多いですが、この様な地域に密着した活動を通し、地域で生活する患者様や家族の方々と接する事も医療に携わる中で必要であると感じる機会となりました。貴重な経験をさせて頂き、ありがとうございました。

10/19 (水) 宇和島病院文化祭

宇和島病院で「第17回宇和島病院文化祭」を開催しました。

元気の泉保育園の皆さんの元気いっぱいのお遊戯で文化祭が開幕。ボランティアグループ絆の皆さんによるカラオケショー、患者さんが参加してのコーラスやミュージックフェア(カラオケ大会)などがあり、会場を盛り上げていただきました。

また、会場には患者さんが作成した作品の展示コーナーや近隣の作業所の皆さんによるシフォンケーキやタオルなどの出店コーナーがあり、来場された方を楽ませさせていただきました。



11/13 (日) 柿原地区防災フォーラム

柿原地区の住民・事業所を対象に地域の防災意識を高めるため、柿原一区自治会主催の「柿原地区防災フォーラム」が宇和島病院で開催されました。今年で2回目となる今回は「親子で考える南海トラフ巨大地震」「親子で身につけよう防災テクニック」をテーマに、柿原一区自治会防災士による講演と、宇和島地区広域事務組合消防本部警防課職員による演習が行われました。

今後も地域住民の皆さんと一緒に「地域防災力」の向上にむけて取り組んでいきたいと思っています。



デイケア「宙」の プログラム



デイケア「宙」が開設されて21年がたちました。

時代の流れと共に「障がい者やそのご家族が何を求めているか」を試行錯誤し、

デイケアのプログラムを構築してきました。現在のプログラムは30種類以上に及んでいます。

① 症状改善や生活能力の再獲得を目指すもの

- 疾患管理・治療プログラム (ARP、SST、IMR、脳トレ・頭の体操 / 脳トレ・パソコンクラブ、SMARPP)
- 生活技能訓練プログラム (しゅおんクラブ、あんぱんクラブ)
- 機能訓練プログラム (えんげ体操、はつらつ倶楽部)
- 健康維持プログラム (プチウォーキング、スポーツクラブ、エクササイズ、ラジオ体操)

② 生活の楽しみや生きがい・仲間作りを目指すもの

- 芸術系プログラム (茶道、書道、コーラス、絵画教室、手芸)
- 娯楽・リフレッシュ活動 (カラオケ、娯楽的活動、創作活動、お手玉教室、ゆったり倶楽部、レク活動)

③ 就労・復職に関するもの

- リワークプログラム (リワーク)
- 就労体験プログラム (パン工房宙・CAFE)

デイケア「宙」のプログラムについて詳しく知りたい方はいつでもデイケアへご連絡ください。

今後も各プログラムが充実したものになるよう、スタッフ一同取り組んでまいります。



公益財団法人 正光会 宇和島病院

〒798-0027
愛媛県宇和島市柿原1280番地

☎0895-22-5622

FAX.0895-24-1182



交通案内(目安時間)

お車での来院

JR宇和島駅より、国道320号線経由 約9分

バスでの来院

JR宇和島駅より、
柿原行 変電所前バス停下車約1分



<http://www.shokokai-grp.or.jp/category/uwajima>

正光会ロゴマークの紹介

正光会の理念をあらわす言葉「空と雲」。空は社会や公共を意味します。
2つの雲は患者さんと職員。2つの雲をつなぐのがS字形の正光会です。

