

ルチアめる

患者さんの自立した生き方を支える
～精神科看護の魅力語りつくす～



患者さんとのコミュニケーション
精神一般病棟師長 尾崎貴裕

- 子育てサポート活用のおすすめ ～療育支援事業の目指すところ～
- FOCUS／適応障害とは？
- 聖ルチア病院のプロフェッショナル／重度認知症デイケア

Discussion

患者さんの自立した生き方を支える

～精神科看護の魅力を語りつくす～

聖ルチア病院は、うつ病や発達障害、認知症、統合失調症などさまざまな精神疾患に対応し、子どもから高齢者まで、幅広い状態の患者さんを受け入れています。患者さんの思いを理解し、身近で支えるのが看護師です。当院の看護師121人を代表し、看護教諭歴のある中山さん、一般科での看護経験のある三浦さん、下川さんの3人に精神科看護の魅力を語ってもらいました。



患者さんに寄り添う看護を目指し、精神科看護を志す

中山 今思えば、思春期特有なのかもしれませんが、10代のころ、生きづらさを感じていました。家族や社会の関係で困っている人をサポートすることで、自分も生きづらさが軽くなり、心が豊かになるのではないかと考えていました。そのとき映画「レナードの朝」に出会いました。神経難病の患者さんを支える人の心の関わりに憧れて、精神科看護師になりたいと思いました。

三浦 祖父が入院した時、病気の人を支えたいと思ったのがきっかけです。整形外科、内科、リハビリテーション科に勤務した後、聖ルチア病院で働くようになりました。

下川 私の母は身体が弱く、私が病院に付き合うことが多くありました。医療や看護師さんが身近に感じることができ、憧れるようになりました。

中山 若いころ、いとこが事故で集中治療室に入りました。意識が無いいとこへの2人の看護師の接し方が印象に残っています。1人は無言で事務的に処置し、もう一人は「髪をとかしますよ」など、話しかけながらお世話をしていました。精神科看護は後者のように、患者さんに寄り添



中山 理恵(病棟副看護師長)
看護歴：精神科14年
看護教諭14年

うことが大切です。お二人は、どうして一般科から精神科に変わられたのですか？

下川 大学病院の脳神経外科勤務でしたので、患者さんは急性期ばかり。入院期間も短く、患者さんとしっかりと向き合う時間はありませんでした。患者さんに寄り添う看護をしたいと思い、精神

科病院を選びました。友人から、「せっかく急性期のキャリアがあるのに、どうして？」と聞かれることもあります。一般科の経験があるから、精神科でも生かせるのではないのでしょうか。

三浦 複数の一般科看護を経験し、精神科も学んでみたいと考えました。さまざまな一般科の病気と精神疾患を併せ持つ人は多いので、一般科で学んで来た知識は生かしていると思います。

中山 私が看護師になったころは、精神科は看護に偏見が多くみられていました。知り合いの看護師に「患者さんとゲームなどして、遊んでいけばいいでしょ」と言われ、悔しい思いをしたことは忘れられません。患者さんが自分らしく、そして自立した生き方を支えるのが精神科看護です。一般的なイメージとは異なることが、きちんと患者さんや家族に伝わるように取り組みたいですね。

自ら治療への一歩を踏み出した患者さんの気持ちを大切に

下川 私はまだ、外来を担当していないのですが、入院と外来では、患者さんやご家族への対応で気をつける点は異なりますか？

中山 精神科看護師の基本はコミュニケーションです。外来では限られた機会の中で、患者さんを理解することが求められ、特に初診の患者さんには、また来てもらえるような働きかけが大切です。病院に来ると一歩



三浦 由紀(外来看護師長)
看護歴：一般科12年
精神科12年

を踏み出すのに、患者さんはとても勇気が必要だと思います。不安な患者さんを「今まで大変でしたね」という気持ちで迎えることが大切ではないかと思います。

三浦 病棟では、入院患者さんや家族にも、ここで過ごして良かったと思ってもらえる環境づくりが大切です。

自分をしっかり持ち、客観的な姿勢を崩さないことも重要

中山 聖ルチア病院を選んだ理由はありますか？

下川 看護学生のころ、精神科実習で聖ルチア病院にお世話になりました。指導していただいたスタッフの方々が優しく、ずっと印象に残って、精神科看護をするなら聖ルチア病院と思い、決めました。

三浦 私は家から近いという理由もありました。精神科は初めてなので、当初は不安がありましたが、スタッフにフォローしてもらいながら、少しずつ慣れてきました。

下川 精神科看護に適しているのは、どんな人ですか？

中山 患者さんの言動の背景を考えたり、自分自身を振り返ることが出来る人が適していると思います。看護教員として、精神科看護とは何かを追求していく中で、精神科看護は奥深いと思うようになりました。ある意味、熟練した職人のようなイメージを描いています。

基本的に身体的な処置は少ないために、急変したときの対応を不安に感じる看護師さんはいると思います。身体的処置について、一定の知識を持つことは必要です。一般科を経験した上で精神科を目指すのは、強みとして生かします。もちろん、新卒の人でも身体処置を学ぶ環境はあります。

三浦 患者さんに良いと思って、私がしたこと、患者さんが悪い反応を示すこともあります。「悲しい、残念」など、自分の感情は出さず、冷静に状況を分析して対応

することが求められると思います。患者さんの感情の変化に流されず、自分をしっかり持ち、客観的な姿勢を崩さないことも大切です。

信頼関係ができ退院していく姿を見ると、働き甲斐を感じる

中山 看護師は、患者さんと会話する中で、患者さんが自分の状況に気づくような働きかけが大切です。患者さんが自分のことを分かってくると、行動が変わり、主体的に治療に取り組むようになります。そのような場面をみられるとやりがいを感じます。

お二人は、精神科看護のやりがいや魅力をどのように考えていますか？

下川 コミュニケーションが一番だと思います。話したいけど、どのように話したらよいか分からない患者さんの思いを引き出すように努力しています。話ができるようになり、信頼関係を築けるようになると、退院につながるケースが多いです。信頼関係ができて退院していくのを見るのが、やりがいであり魅力だと思います。

三浦 看護師は、患者さんの症状や薬の副作用などを把握して医師に報告し、治療方針の検討に生かしてもらって役割があります。患者さんと医師をつなぐ役割があり、患者さんが回復していく様子を見られることがうれしいです。

中山 今回は初心に戻ることができ、改めて精神科看護の魅力をを感じる事ができました。これからも患者さんに寄り添った看護を目指していきたいです。



下川 明由美(病棟看護師)
看護歴：一般科3年
精神科5年

子育てサポート活用の

療育支援事業のめざすところ



子どものこころ専門医 坂本 奈緒

発達障害の認知度が高まり、聖ルチア病院を受診する子どもの数が年々、増えています。きっかけは「学校の友だちとなじめない」「ルールや規則が守れない」などの困りごと。発達障害の特性を知り、生活環境やコミュニケーションの取り方を工夫することで、子どもが抱える困りごとを減らしていただけます。聖ルチア病院の専門家と一緒に子どもの特性を理解し、尊重して支える子育てに取り組んでみませんか。

診断は医師、生活支援は家族や学校、地域みんなで

最近、小学校低学年の男子の受診が増えています。自分の思いが伝わらないため暴れてしまい、学校から受診を勧められたというものです。発達障害の特性として「忘れ物が多い」「ルールを守れない」「コミュニケーションがとれない」などが挙げられます。特性による苦手が誤解され、「努力が足りない」「親のしつけが悪い」など、本人が自信を無くしたり、親が疲弊してしまうケースも見受けられます。

一方で障害の特性を理解し、関わり方や環境を変えることで、本人が苦手を感せず、生きやすくなることも可能です。例えば、注意力が持続しない子に対し、「教室の座席を出入り口付近や窓際ではなく、教師のそばにする」「宿題をするときは親と一緒に座る」など、「できる」ようにするために周囲が工夫をすることで、落ち着いた生活を送れるようになりました。

受診は、子どもの「困りごと、苦手なこと」を理解するために必要です。けれども、多くの時間を過ごす家庭や学校などで、適切な関わり方を継続することが何より大切です。子どもは、一人ひとりに特性がありますし、日々成長しています。発達状態や特性に合った子育てをするために、療育支援事業を活用してください。

相談、施設訪問、親のつながりづくりでサポートする療育支援事業

聖ルチア病院は、福岡県と久留米市の両自治体から「発達障害児等療育支援事業」を受託しています。主に発達障

がいなどがある子どもたちの地域生活を支えるため、発達に関する療育指導、相談などの援助を行い、子どもや家族の福祉の向上を図ることが目的です。当院は、いずれの事業も、医学的知見に基づいた支援を行う医療連携型で、久留米市を含む久留米圏域、八女・筑後、有明、朝倉・甘木、筑紫圏域の福岡県南部地域を主な対象にしています。

事業の対象は17歳までの子どもさん。「言葉が少ない、遅れている」「肌触りやにおい、音などに敏感」「自分の思うようにならないとかんしゃくを起こす」など、気になることがあれば話をうかがいます。来院での相談のほか、当院の担当者が学校や施設を訪問し、先生方と一緒に対応の仕方を考える訪問支援も受け付けています。また、保護者同士で支え合うことが目的の「子育てサロン」も実施しています。

「子育てサロン」で子どもへの関わり方の定期点検を

「子育てサロン」は毎月第2、4火曜日の13時から、当施設内で開催しています。保護者同士で話すことで、悩みや関わり方の工夫を共有します。成長を続ける子どもに対し、親の関わり方も成長が必要です。臨床心理士などの専門スタッフとお話しし、子どもへの関わり方を定期点検してみたいかがでしょうか。

お問い合わせ

聖ルチア病院 地域医療連携室
TEL:0942・33・1581
※「療育支援事業」とお伝えください

地域で支える場をつくりたい

社会福祉士・精神保健福祉士 中野 紀子

療育支援事業は、子どものこころ専門医、看護師、社会福祉士、精神保健福祉士、作業療法士、臨床心理士など、多職種チームが担っています。それぞれが持つ専門性や個人の経験を活かし、対象者を支えています。子どもの相談をされる保護者や学校の先生方は、どこに相談したらよいのか、どう対応したらよいのかと困っていることが多くあります。そのような場合、専門的な支援が必要だが支援を受けていない子、成長過程で見守れば落ち着いてくる子などがいます。それぞれの子に合った適切な支援へとつなげられるように、学校を訪問することもあります。先生方と一緒に子どもたちが健やかな成長を遂げら

れるよう支援していき
たいです。



療育支援事業を支えるスタッフ

多職種の専門性に つなげる役割も

看護師 徳吉 真弓

看護師の専門性として患者さんや家族の状況をきちんと見て、適切に多職種の方に橋渡しをする役割もあります。療育でも、子どもの様子から工夫できる可能性を見つけ、作業療法士に相談して道具などを紹介してもらったり、地域の資源を活用したい場合は精神保健福祉士に関わってもらっています。子どもや家族が求めているのはどんなことかを考えながら、家族の育児、先生の教育の苦勞に対しても話を聞き、寄り添うようにしています。



リハビリの視点で子どもを支える

作業療法士 秋山 綾子

子どもの困りごとを聞きながら、ご家族の身体や心の健康状態にも気を配るようにしています。また、私自身も子育てをしており、同じ母親としての悩みや共感できる部分もあるので、あまり堅苦しくならないように、身近な存在に感じてほしいと思っています。

リハビリの視点は、良いところをのぼすことはもちろん、できないところは工夫して、少しでもできるようにすることです。訪問支援の際に「書道で文字が紙からはみ出てしまう」と相談を受けました。一般的には簡単なことですが、苦手な子にとっては、真っ白な半紙に整った形の字を書くことは難しいので、枠のある半紙を使用して書くことをお勧め

しました。できないことに着目せず、できるための環境設定や使用するものの工夫など、作業療法士としての視点で見方を変えて、子どもや家族、支援者を支えることも大切だと感じています。



家族を支える「子育てサロン」を運営

臨床心理士・公認心理師 武下 和史

子育てサロン「シフォン」を担当しています。当院の患者さんだけではなく、子どもの発達が気になりな人が集まり、悩みを共有したり、ほかの参加者にアドバイスをもらったりする会です。私は、保護者の気持ちを引き出したり、保護者同士をつなぐ役割があります。最初は個別で話を聞き、グループに誘導しています。子どもや家族を支えるには、医療機関だけでは足りません。地域の情報は保護者の方が持っている場合が多く、保護者同士のつながりはとても重要です。サロンで話すことで少し元気になり、また来ますと言ってもらえるように支えたいと思います。



適応障害とは、ストレスや圧力に対する適切な対処が困難で、日常生活に支障をきたす心の状態を指します。季節の変わり目や学校や仕事の新学期や新年度など、新たな状況に適応しようとする時期に増える傾向があるとされています。日本では近年、適応障害に対する認識が高まりつつありますが、まだまだ理解が及んでいない部分もあります。ここでは、適応障害の定義や症状、原因、そして適切な対処方法について解説します。

今回のテーマ

適応障害とは?

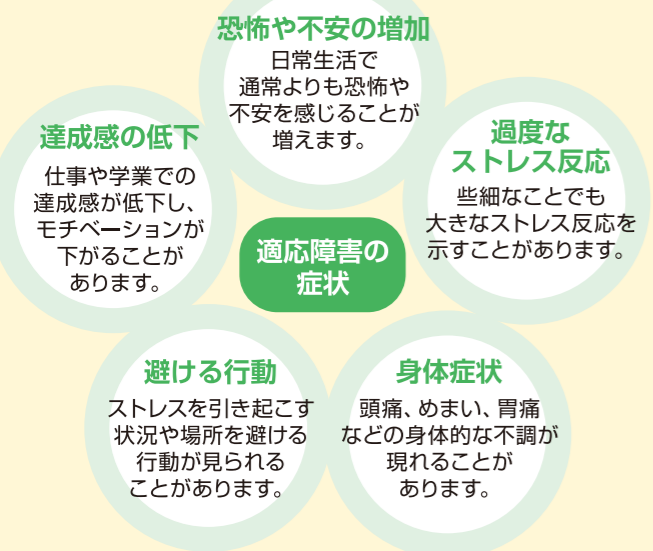
～日常生活に影響を与えるストレス反応の理解～

適応障害の定義

適応障害は、外部からのストレスや圧力に対して適切に対処できず、それによって社会生活に支障をきたす心の状態です。つまり、通常のストレス反応が長期間続き、心身に深刻な影響を及ぼす状態を指します。適応障害は、仕事や学業、人間関係など、さまざまな面で現れることがあります。

適応障害の症状

適応障害の症状は、個人によって異なる場合がありますが、一般的な症状には以下のようなものがあります。



適応障害の原因

適応障害の原因はさまざまですが、主な要因には以下のようなものがあります。

長期間にわたるストレス

仕事や学業、人間関係など、長期間にわたるストレスが適応障害を引き起こす

個人の性格や特性

ストレスに対する個人の性格や特性によって、適応障害が引き起こされることがあります。

環境の変化

突然の環境の変化や生活の変化が適応障害を引き起こす要因となることがあります。

適応障害の対処方法

適応障害は季節の変わり目や花粉症などの季節的な健康問題、学校の新学期、仕事の新年度や繁忙期など、特定の時期や季節になる傾向があるとされています。これに対処するためには、まず原因となっているストレスを軽減し、心理的に回復させることが必要です

ストレス管理

ストレスを軽減するためには、適切なストレス管理が重要です。定期的な運動やリラックス法、趣味の時間を持つことなどが役立ちます。

カウンセリングや心理療法

専門家のカウンセリングや心理療法を受けることで、適応障害の原因や対処法を理解し、問題解決に向けた支援を受けることができます。

日常生活の見直し

日常生活の見直しや時間管理の改善など、生活習慣の改善が適応障害の対処に役立ちます。

適応障害は症状や原因、対処法を理解し、適切な支援を受けることで、適応障害を克服することが可能です。自身や身近な人が適応障害に悩んでいる場合は、早めに専門家の支援を受けることをおすすめします。



監修

佐藤 真耶

- ・一般精神医療
- ・医学博士
- ・精神保健指定医
- ・日本精神神経学会専門医
- ・指導医
- ・認知症診療医

New Staff Introduction

新任
あいさつ

患者さまに信頼される
最良の心温まる
看護を継続します



看護部長 兼 教育部長
山口 浩昭

2024年3月より看護部長に就任することになりました。これまで築き上げられた成果を引き継ぎ、病院の理念のもと地域の精神衛生向上に尽力して参りますので、ご指導とご支援を賜りますようお願い申し上げます。聖ルチア病院は、児童から高齢者までの精神医療を担う地域密着型の精神科病院です。昨年度は精神科急性期病棟の増床を行い、急性期症状のある患者さまの受け入れ体制の強化と、地域での生活支援を推進してまいりました。今後も地域の様々な関係機関と協力し、チーム医療を提供し、患者様とご家族の支援に努めて参ります。

当院の看護部は、「患者様一人ひとりに寄り添い、安全で、質の高い看護を実践します」を理念として掲げています。患者さまとご家族の思いに寄り添い、誠実で心のこもった看護を提供し、患者さまに信頼される最良の心温まる看護を継続していくことが目標です。そのためには、看護師が活気に満ち、充実した職場環境で働けることが重要です。新人研修や院内外の研修、管理者研修など、キャリアアップを支援する教育プログラムを整備しています。また、感性豊かな人間性を育み、成長をサポートすることで、患者さまの人権を尊重し、職員同士が互いを思いやれる風土を醸成していきます。

今後も引き続き、看護を通して地域の健康と幸福に貢献していく所存です。

2024年3月より人事部長に就任いたしました。これまでは看護部長として、院内はもちろん院外でも福岡県精神科看護協会の役員として関係機関の皆さまとの活動の機会に恵まれ、大変お世話になりました。新たな職務に就くことで、より多くの専門職人材の活用と育成に尽力し、地域の精神衛生向上を目指して参ります。

人事部長としての役割は、人材の採用や配置など、法人組織における病院の人材戦略を牽引することです。私は、これまでの現場での経験を活かし、職員の能力や適性を最大限に引き出すための仕組みづくりに取り組んでまいります。また、職員のキャリアの充実や労働環境の向上を通じて、人材の定着を図り、持続的な病院運営に貢献していきます。

今後も皆さまのご理解とご協力を賜りながら、地域社会に信頼され、選ばれ続ける病院の実現に向けて努力して参りますので、何卒よろしくお願い申し上げます。

職員の能力や適性を
最大限に引き出す仕組みづくりに
取り組みます



人事部長
関根 麻紀

重度認知症患者デイケアは、認知症と診断された方のリハビリや認知症の周辺症状緩和を目的とした通所サービスです。精神科のある保険医療機関しか認められないため、地域でも認知症に特化したデイケアは限られています。入院外来診療や在宅支援で培った認知症の治療技術やノウハウを生かし、看護師や作業療法士、介護福祉士などの様々な専門職種が連携し、日々のリハビリケアに携わっています。症状悪化の際は外来や病棟と連携し治療につなげる事ができるので安心してご利用できます。退院後もご自宅や施設からの日中活動の場の一つとしても利用可能です。認知症があっても地域で自分らしく過ごしていただくために、在宅の方も施設入所中の方も様々な形で支援をしていきたいと思っています。



▲新年会の活動 昔懐かしい福笑い



▲節分会の活動 豆まき(玉入れ)で鬼退治

連携先の皆さまへのメッセージ

すずらんは介護保険の認知症グループホームや有料老人ホームなどを利用中の方でも、医療保険を併用して利用可能です。ご利用には認知症の程度や介護度、送迎エリアなど条件があります。お気軽にお問い合わせください。



重度認知症デイケアすずらん課長
精神保健福祉士 菖蒲 純平

お問い合わせ先 聖ルチア病院 重度認知症患者デイケアすずらん (直通)0942-33-1530 担当：菖蒲

キラリ
pickup
Kiririn No.1
氏名：古賀 愛満
所属：作業療法課
所属：作業療法士
趣味：音楽鑑賞



聖ルチア病院に入職して1年が経ちました。患者様が抱える心情を丁寧に引き出すことを最優先に考えています。一人ひとりの考え方や特性に応じたサポートは確かに難しいですが、その過程で得る多くの経験から、常に新たな気づきが日々訪れ、やりがいを感じています。



社会医療法人 聖ルチア会
聖ルチア病院
St. Lucia's Hospital

TEL0942-33-1581 (代表)
FAX 0942-33-1586

関連施設

- ・精神科デイケア、デイナイトケア、ショートケア
- ・重度認知症患者デイケア すずらん
- ・訪問看護ステーション クローバー
- ・訪問看護ステーション クローバー おおき
- ・グループホーム ルピナス

