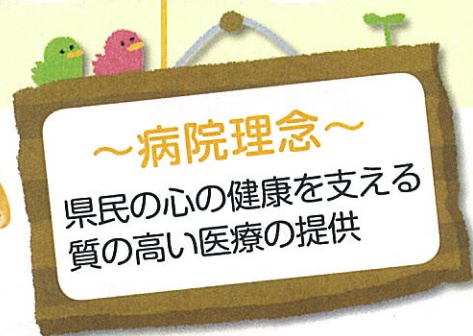


こころだより

特集

意識障害とは ～せん妄について～



9月に神奈川県で行われた DPAT 訓練に参加しました。

※ DPAT (Disaster Psychiatric Assistance Team) とは、大規模な自然災害や深刻な事件事故が発生した際に各都道府県等から派遣される精神医療チームのことです。当院はこれまで熊本地震や広島豪雨の被災地で活動を行いました。



恒例の夏祭りを開催。
今年も大盛況。



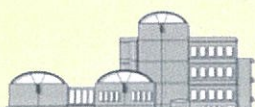
7月1日は日本精神科看護協会が「こころの日」と位置付けており、当院でも盛大なイベントを開催しました。

* 私の看護の原点

* 高次脳機能障害リハビリテーション講習会のお知らせ

* 病院ボランティアの募集

* 診療のご案内



特集!

意識障害とは ～せん妄について～

精神科医 ^の野田 ^{としこ} 稔子

意識障害と聞くと、稀で特別なことのように聞こえるかもしれませんが。しかしながら、お子さんの寝ぼけは意識障害の一種ですし、夏の熱中症でも意識障害が起こります。熱中症では、不安感など気持ちの問題が、軽い意識障害の症状として目立ち、熱中症と気づかれにくい場合もあります。そこで、意識障害・意識について簡単に説明し、意識障害を生じやすい高齢者に多い『せん妄』についてご紹介します。

1) 意識障害とは

- ①**意識とは**：自分や自分の周囲の状況のことを正しく認識していること。脳の活動・覚醒レベルという意味も含まれます。
- ②**意識がはっきりとしている状態（意識清明）とは**：目が覚めていて、目的に沿った行動ができ、自分がしたこと等を覚えていることです。
- ③**意識障害とは**：意識の清明度の障害の他、意識の及ぶ範囲が狭くなる状態なども含まれます。意識障害の原因には、脳梗塞・脳出血や脳外傷といった脳の問題、脳以外の身体の問題や薬剤性、心因性などが挙げられます。

2) せん妄とは

何らかの原因により『急に』意識が混乱した状態であり、**混乱の度合いが『時間、日の単位で変化しやすい状態』**のことです。原因として、身体不調、手術後、痛み、環境変化、薬などがあります。認知症など脳機能に問題のある方で起こりやすいです。意識がはっきりとした時には混乱していた時のことを覚えていないことが多いですが、部分的に覚えていることもあります。

大事なことは、「**多くの方のせん妄は治療により回復する**」ことです。

- ①**せん妄を疑うべき状況**：時間や場所がわからない／幻覚（実際にはないもの）が見える／夜眠れず日中眠る／落ち着きなく意味のない動きをする（ベッドから起き上がろうとする、タンスを開け閉めする、服をいじる）／話のつじつまが合わない／怒りっぽくなる・ぼんやりする（その人らしくない理由不明の感情や意欲の変化）／会話中に言い間違える、話のまとまりが悪い、等

②せん妄に対してどうすればよいのか？

夜しっかりと寝られないことが原因となることが多いため、しっかりと眠れるよう主治医の先生に薬を調整してもらおうと共に、せん妄の原因となる薬を飲んでいないか、確認・調整してもらいましょう。併せて、日中は日光を浴び、家族・友人と話をしたり、好きなことをしたり、昼寝をしすぎないようにして過ごしましょう。また、時計・カレンダーを見えるところに置いて状況を理解してもらい、夜寝る部屋には危険なものを置かないよう安全に留意しましょう。

『夜しっかりと眠り、日中はしっかりと起きて過ごし、安全に過ごせるよう生活環境を整える』ことで、せん妄は治療・予防することができます。



私の看護の原点

現在は、児童思春期から老年期に渡るまで精神科医療へのニーズが高まり、効果的医療は進み、それに伴う精神科看護も一層求められています。

私が就職した頃、1980年代の精神科医療と看護は、看護学校で学んできたこととかけ離れた特殊なものに驚くことばかりでした。長期入院せざるを得ない患者さんも多く（いわゆる社会的入院）、多剤多量の薬物療法、生活療法という名の下に患者の1日がスケジュール管理され、作業療法や院外作業も看護師がしていました。その頃の精神科医療は患者主体ではなく病院主体の患者管理という批判がされ、精神科病院で起こった事件により、全国的に精神科病院での医療変革が求められました。当院でも院内ルール、行動制限、患者と医療者の関係性、治療環境等を見直していきました。

私は学校卒業後直ぐに就職したため、若い看護師は少なく患者さんからは子どものように大事にされました。

料理をする場面では患者さんが料理を私に教え、私は洗いのものをする、レクリエーションでは患者さんの方から意見や希望を出し私が手伝う、不穏な患者さんに困ったときは他の患者さんが私の側に集まって心配してくれる、調子の悪い患者さんへの対応は一心にお話を聞く、気持ちが悪い、幻覚に支配されて苦しい時は昼夜問わず側について一緒に過ごす、患者さんが体験したいことがあれば一緒に計画を立て院外に出かけるなど様々なことを体験しました。

今のように効果的な薬物や治療法も少ない中、自分にできることは何かを知るためにあらゆる本を読み、精神医学を医師からも学びながら、目の前の患者さんと共に悩み、考え、笑い、時には怒りながら真剣に向き合うことができたのは、人が「心を病むこと」と「病がありながら生きていくこと」について、深く考えさせられたからです。看護師としてだけではなく人としても考えさせられた体験が、私の精神科看護の原点となっています。

いわしげ ゆみ
看護部長 岩重 由美

講習会のお知らせ

<一般社団法人 日本損害保険協会 助成事業 >
令和元年度山口県高次脳機能障害
リハビリテーション講習会

こんな症状は、
ありませんか？

覚えられない



集中できない



イライラして
怒りっぽくなった



効率的にできない



参加費
無料

交通事故や脳卒中で 脳が傷ついたら...

～もっと知りたい高次脳機能障害～

とき 令和元年 10月12日(土)
13:00～16:30(受付 12:30から)
ところ 山口県総合保健会館(多目的ホール)

「山口県の現状と、高次脳機能障害の基礎知識について」

講師：山口県立こころの医療センター
高次脳機能障害支援センター長 兼行 浩史氏

「当事者・家族が主体的に生活を再構築するために ～地域における居場所としての役割～」



NPO 法人宝塚高次脳機能障害者共生の会
地域活動支援センター Wakaba 施設長
講師：宮原 智子氏

「社会的行動障害について」



慶應義塾大学医学部精神・神経科学教室教授
講師：三村 将氏

誰にでも起こりうる高次脳機能障害って何？

交通事故や病気などで脳が損傷され、認知機能（注意、記憶、問題解決能力など）が低下し、社会生活を送ることが難しくなる障害です。外見ではわかりにくいので、「見えない障害」とも呼ばれています。

お申込み・お問い合わせ先

地方独立行政法人 山口県立病院機構
山口県立こころの医療センター
高次脳機能障害支援センター

TEL：0836-58-1218 (担当：坂井・下瀬)

山口県立こころの医療センターのホームページからも
様式をダウンロードできます。

<http://www.y-kokoro.jp/>

病院ボランティアの募集

当院では患者さんのサービス向上を図るため、ボランティア活動を行っていただく方を募集しています。

応募条件

病院でのボランティア活動は特別な資格はいりません。
健康な方で患者さんのお役に立ちたいと思っておられる方ならどなたでも応募できます。



お問い合わせ先

山口県立こころの医療センター デイケア
宇部市東岐波 4004-2
Mail : konishi.mieko@ymghp.jp FAX : 0836-58-6503

*電話でのお問い合わせはご遠慮下さい。*詳しくは当院HP<<http://y-kokoro.jp/>>にてご確認ください。

診療のご案内

		外来診療担当医			
初診		再診			
月	(物忘れ・高次脳) 兼行	(一般) 角田	磯村	藤田	(禁煙、第1・第3) 藤田 新造
火	(児童・思春期) 村田		吉田	青島(AM)	山科
水	(児童・思春期) 吉田(AM)		兼行	村田	新造 野田(PM)
木	(依存症) 藤田	(一般) 新造	兼行	角田	吉田
金	(児童・思春期) 青島(AM) 吉田(PM)		藤田	野田	

初診・再診とも予約制となっております。予めお電話でご予約されてご来院ください。
外来直通電話：0836-58-2327

交通のご案内



お車 / 山口宇部道路「宇部東IC」より丸尾方面へ約5分
電車 / JR 宇部線「丸尾駅」より徒歩約15分
バス / 宇部市営バス「東岐波中学校前」より徒歩約10分

地方独立行政法人山口県立病院機構
山口県立こころの医療センター

〒755-0241 山口県宇部市東岐波 4004-2
TEL : 0836-58-2370 (代表)
: 0836-58-2327 (外来直通)
FAX : 0836-58-6503



こころの医療センター

検索

<http://www.y-kokoro.jp/>