

こころ だより

特集

コロナ禍で迎えた3回目の夏、
皆さんはどう過ごされますか？

病院の理念

県民の心の健康を支える
質の高い医療の提供

こころの医療センターに赴任して
人vsウイルスor人withウイルス
夏に食べよう♪さっぱりレシピ
夏祭り中止のお知らせ
診療のご案内

編集：広報委員会

発行：山口県立こころの医療センター
山口県宇部市東岐波4004-2
TEL:0836-58-2370 (代表)



地方独立行政法人
山口県立病院機構



コロナ禍で迎えた3回目の夏、 皆さんはどう過ごされますか？



むらた ゆき
精神科医 村田 由紀

夏休みといえば皆さんは何を思い出されるのでしょうか？ 学生の方も、かつては学生だった方も、宿題というのは苦しめられたり、大きな思い出でしょうね。今は自主学习というのでしょうか。長期の休みに勉強を忘れないために宿題が出されているようですね。親心なのでしょうね。

せっかくの休みなのに宿題、勉強をしないといけない、押しつけや強制とを感じる方も多いですよ。私自身も宿題というものがとにかく嫌いで、夏休みの宿題も最後にまとめてしていました。夏休みに限らず、家に帰ってランドセルを玄関に置いた途端、学校での記憶がすべてリセットされていました。夜になって思い出し、眠いのにはイヤイヤ宿題をやったことを思い出します。では私が学ぶことが嫌いかということそうではありません。



私はもう20年近く精神分析的な精神療法の研修を続けています。正直、時間も費用もかかります。でも非常に豊かなものを手に入れているという実感があります。私たち精神科医は標準的な精神科治療一般が必須だけでなく、サブスペシャリティというより専門領域を持つことを勧められています。仕事のために研修をうけ勉強する、私たちはそういう環境ではありますが、私が精神分析的な精神療法の学習を続けているのはその領域への興味によります。

20世紀の初頭ウィーンに住む精神科医のフロイトによって精神分析は創始されました。フロイトは、日中は患者さんの診察を行い、夜は論文執筆に当たるという生活を一生に渡って続けたと言います。フロイトが見いだした精神分析という治療は試行錯誤の中で発展したのですが、初期には今から思えばビックリするような介入を行い、医学会から批判を浴び、満足のいく治療結果が出ない場合も多々ありました。フロイトはそれらを率直に記載し、どうしてうまくいかなかったのかを考察し、その考察が新たなアプローチを生む、それによって精神分析が更に発達する、フロイ

トは一生にわたって人の心について考え続けたのです。

そのフロイトの最後の論文は1937年に書かれた「終わりある分析と終わりなき分析」です。ナチスがオーストリアに侵攻したのは1938年3月でした。ヨーロッパ全土が戦争に巻き込まれ、ユダヤ人であるフロイトにも生命の危機が迫っていました。フロイトは1938年にロンドンに亡命、1939年にウィーンに戻ることなく上顎癌のため83歳で亡くなりました。人生の最晩年に、自らが生み出し、一生を掛けて取り組んだ精神分析的治療の限界について語ったのがこの論文です。前向きで決して思考することを諦めなかったフロイトが精神分析に限界があるといい、後悔の残る治療についても語っています。その時フロイトは何を感じたのだろう。…ただ、これ以上の内容については私は詳細に語る力を持ちませんので興味のある方は是非本文や解説書を読んでください。

精神分析の世界は100歳近い指導者が70代の教え子達と学ぶこともある、生涯にわたる学習の場です。私もこの学習を通して学ぶことは楽しいと思いました。皆さんは人生に何を求めて生きていきますか。

こころの医療センターに赴任して

みちかわ すずむ
事務部長 道川 進

こんにちは。4月にこころの医療センター事務部長に着任しました道川と申します。

簡単に自己紹介をしますと、平成5年に山口県庁に入庁し、10ヶ所の職場を経験してきました。県庁から転勤するのは実に27年ぶりとなります。この間、地域医療推進室(現在の医療政策課)に2年ほど在籍しましたが、主に許認可事務と「やまぐち医療情報ネット」の運用管理、地域の医療情報連携システム(宇部・小野田・美祢医療圏では「さんさんネット」)の立ち上げ支援といった業務を担当していました。しかしながら、病院事務は全く未経験であったため、異動が決まったときにはとても不安でしたが、病院スタッフの皆さんに温かく迎え入れていただき、なんとか職責を果たしていけそうだと感じているところです。

さて、赴任してまだ2か月ですが、病院業務に携わる中で、医師をはじめ様々な職種のスタッフがチームとなって医療を行っていると感じました。

「チーム医療」をネット検索したところ、厚生労働省

の報告に「医療に従事する多種多様な医療スタッフが、各々の高い専門性を前提に、目的と情報を共有し、業務を分担しつつも互いに連携・補完し合い、患者の状況に的確に対応した医療を提供すること」、そして、「患者・家族と共により質の高い医療を実現するためには、1人1人の医療スタッフの専門性を高め、その専門性に委ねつつも、これをチーム医療として再統合していく」と記述されています。

当院においても、患者さんに携わるスタッフ1人1人が、それぞれスキルを高めながら、病院理念である「県民の心の健康を支える質の高い医療の提供」の実現を目指しています。その中で、事務部として、病院の質を高めるために何ができるのか模索する日々です。まだまだ新米勉強中ですが、一日でも早く業務に習熟し、患者さんやご家族、医療スタッフのお役に立てるよう努力していきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

人vsウイルス or 人withウイルス

とがわ けいいち
感染管理認定看護師 戸川 桂一

新型コロナウイルス、この言葉を耳にしてから3年以上が経ちました。人類はウイルスと戦い続けています。スペインかぜ、天然痘、新型インフルエンザ、ジカウイルス、エボラウイルス、テング熱ウイルス(ヒトスジシマカ)、SFTSウイルス(マダニ)、新型ノロウイルス・・・

他の哺乳類や鳥類、魚類、爬虫類、両生類、昆虫、微生物も自らが生存するために戦っています。ウイルスも同様です。ウイルスは「偏性細胞内寄生体(obligate intracellular parasite)」と定義されています。宿主となる細胞の外部では、増殖し、新しいウイルス粒子を産生することができません。ウイルスは「生き続けるために、人に感染する」、これはウイルスにとって唯一無二の目的ですので、完全に阻止できません。

新たに誕生したウイルスのターゲットは、宿主内

の細胞や別の宿主の細胞です。私の懸念は、地球温暖化により、溶けだした氷河の中に潜んでいる過去のウイルスがグローバル化により拡大すること、新興感染症を予防するが故に、ウイルスへの接触頻度が激減し、コツコツ積み重ねていく抵抗力(抗体)を得る機会が減ることです。コロナの流行後に生まれた子供は、ウイルスに触れる機会が極端に減り、自然免疫を得る機会が奪われています。話題になっている小児肝炎で検出されているアデノウイルスの型の多くは、従来よく見られる小児胃腸炎の型のようです。長期にわたる感染対策の弊害でなければ、いいのですが・・・

院内感染管理者として感染防止対策はおろそかにできませんが、ウイルスとの共存にも意味があるのです。「人withウイルス! with コロナ!」元の生活、あるべき生活、願っています。





夏に食べよう♪ さっぱりレシピ



[栄養管理部]

チキンときのこのレモンペッパー



- 【材料(2人分)】
- 鶏もも肉 大1枚
 - レモンの薄切り 3枚
 - しめじ 1パック
 - しいたけ 4個
 - a 塩 小さじ1/5
 - a こしょう 少々
 - 塩 小さじ1/3
 - こしょう 少々
 - オリーブ油 大さじ1

【作り方】

- 鶏肉は一口大に切り、aを振る。レモンはいちょう切りにしてボウルに入れ、塩を混ぜる。しめじは石づきをとりほぐし、しいたけは2~4等分に切る。
- フライパンにオリーブオイルを熱し、鶏肉をきつね色になるまで焼いて火を通す。
- しいたけ、しめじを加えていたため、こしょう、塩をしたレモンを汁ごと加え、いためる。

きのこは低糖質なうえ食物繊維も多くミネラルも豊富なのでたっぷり食べていい食材です。便秘解消にも!



【材料(2人分)】

- トマト(完熟) 1/2個
- 玉ねぎ 1/4個
- 中華スープの素 小さじ1/4
- 酒 小さじ2
- 塩 小さじ1/5
- しょうゆ 小さじ1/5
- こしょう 少々

トマトと玉ねぎのスープ

【作り方】

- トマトはくし形に切り、玉ねぎは薄切りにする。
- なべに水300ccとスープの素、酒、玉ねぎを入れて煮る。
- 玉ねぎが透き通るまで煮たらトマトを加え、塩、しょうゆ、こしょうで味を調えひと煮立ちさせる。



夏祭り
中止の
お知らせ

毎年7月に開催していましたが「こころの医療センター夏祭り」ですが、新型コロナウイルス感染症の発生者は高止まりの状況で、来場者及び関係者の健康や安全面などを第一に考え、開催を中止することとしましたのでお知らせします。

感染拡大防止対策を取り入れた新しい生活様式が今後も求められることになることから、夏祭りに代わるものとして、インターネットを活用した公開講座等の開催を検討しているところです。夏祭りの開催を楽しみにされていた皆様にはお詫びを申し上げますとともに、ご理解をいただきますようお願いいたします。

診療のご案内

外 来 診 察 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	(思春期、一般) 村 田		青 島	坂 倉				
水			兼 行	村 田	新 造	青 島	坂 倉 (AM)	
木	(依存症) 藤 田	(一般) 新 造	兼 行	角 田	原 賀			
金	(一般) 坂 倉		藤 田	青 島	水 本	中 原		

※最新は病院ホームページをご覧ください。

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

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

