



診療案内

診療科目

精神科・神経科

受付時間

AM(月~金) 8:50~11:30
PM(火・木) 13:15~15:00

休診日

土・日・祝祭日

テイクケア開所日

月・火・木・金
9:00~16:00



試される大地

北海道立向陽ヶ丘病院

〒093-0084 北海道網走市向陽ヶ丘1-5-1
(TEL 0152-43-4138 FAX 0152-43-4365)

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/kyb/index.htm>

医療機能評価の認定を受けて



当院は今年の4月、財団法人「日本医療機能評価機構」から3回目の認定証を交付されました。評価機構の厳正な審査を受けて、当院は、同機構が定める医療機能の認定基準に到達していることを証明されたわけです。医療機能評価とは、国内の各病院が標準的な医療を確実に実践し、適正な結果を出しているのかを具体的に評価・認定する制度のことで、国民の病院医療への信頼を確保するものとされています。その方法は、事前に膨大な書面審査を実施し、更に訪問審査といって同機構から専門の評価者(サーベイヤーと呼ばれる)数名を現地に派遣して、3日以上かけて病院の診療内容等を厳正に調査するものです。

当院は昨年の12月に訪問審査を受けました。調査対象は多岐に渡り、患者の権利の確保、療養環境と患者サービス、医療安全、医療の質、精神科に特有な病院機能、病院運営の合理性など352項目について審査を受けました。基本的には全ての項目が標準以上でなければ認定証は交付されません。従って、受審に備えて診療行為や業務内容をしっかりと見直して改善することが求められます。認定証が交付されないこと



もありません。因みに当院は、5年前の2回目の審査のときに再交付を延期されたことがあります。指摘された不備な点を改善し、その旨を再申請した1年後に認定証を交付されました。

病院の「医療の質」を専門の第三者機関が評価して公表する制度は、米国で発達した制度で国民が病院を選ぶ根拠となっています。前提としては、病院の治療成績など病院情報が既に公表されていることだそうで、例えば心臓外科病院であれば、バイパス手術の年間件数と手術成績、心臓弁置換術の年間件数と治療成績など、術式ごとの結果を公表していることだそうです。公表していない病院は審査の対象にもされません。サーベイヤーは短くて7日間では現地で調査することですから、かなり厳しいものと想像されます。公表内容の修正を迫られることもあるそうです。日本ではそこまで立ち入った評価をしていないのが実情で、今後の課題とされています。

当院は、これからも外部の厳しい審査を受けて、地域の皆さんに貢献できる精神科病院を目指していますので宜しくお願いいたします。



病院長 佐々木 信一

デイケア交流会

今年のデイケア交流会は、4年に1回訪れる当病院開催だったため、7月8日(金)向陽ヶ丘病院内の屋外、屋内問わず、色々な場所で様々なプログラムを実施しました。

参加病院は玉越病院、北見日赤病院、端野病院で、総勢、約100名という大人数が集結し、大変盛り上がる交流会となりました。

過去はスポーツ大会的な色合いが強かったのですが、今回は当病院が当番病院だったこともあり、「より多くのメンバーさん達が自然な形で交流を図る」というコンセプトでプログラムを決定していきました。全員参加の「〇×クイズ」、「ジャンケン大会」を午前中に中庭で行い、午後は、「ペタンク」、「カラオケ」、「ゲームコーナー」を屋内で行い3つから自由に選べるようにしました。

事前に、向陽ヶ丘病院デイケアメンバーさんには司会も含めた「進行係」、会場



設営等を中心とした「会場係」と役割を決め、1週間前から準備をしてきましたが、ほぼ全員が何かを準備することが可能となり、そのため、いつもは話すこともないメンバーさん同士の交流も生まれていました。

当日は、「〇×クイズ」、「ジャンケン大会」のそれぞれ上位10名にちょっとした景品が当たることにしたため、熱心に問題を聞いている様子や、ジャンケンという簡単なゲームにも白熱していたようでした。

唯一スポーツの「ペタンク」は、小さなボールを投げる動作で年齢を問わず楽しめるもので、年齢層の高いデイケアでも参加希望者が多かったようです。

また「カラオケ」では、事前にダンスチームを選定し、そのメンバーさんが踊ったり、かけ声をかけて盛り上げたため、他病院デイケアメンバーさんからは「向陽はすごい!!」とのお褒めの言葉を頂いたり、大変喜んでもらえたようです。

初の試みもいくつもあり、どうなるかと心配もありましたが、時間も延長することもなく、つつがなく進行し、大盛況のなか終了したように感じました。次回4年後もまた、趣向を凝らして、皆が楽しめる会にしたいと思います。

向陽たなばた祭



7月13日水曜日。恒例となった「向陽たなばた祭」です。

長く入院されている方の中には時期が近づくと「いつあるの?」「今年も〇〇くるのかい?」と開催を待ちわびる言葉があがりました…この日が来るのを楽しみにされていたようです。屋外でのお祭り…前日まで雨が続き天気が心配されてましたが、当日は晴れ!過ごしやすい空気、開放感ある中庭での開催となりました。

お祭りといえば目当ては食べ物でしょう。おやきやおでん、たこ焼き、ヤキトリなど街中でのお祭りでもおなじみのものが並びました。開店準備中から会場へ足を運びチェック、中村副院長の開会の挨拶を終えるやいなや早速おやきを頬張り満足の笑みを浮かべる人、青空カラオケをまったり聴いている人、売り子さんとのお話を楽しむ人…

普段、調子が悪くお部屋で休まれている方もこの日ばかりはお祭りの賑やかさにつられて外に出てくつろいだ様子で過ごされていました。古着屋さんで衣装をとっかえひっかえしお気に入りのものを選んで楽しむ人もいました。

また、昨年に続き2度目となった「藤華会」の方々の踊りもすばらしく、『盆踊り』では患者様も浴衣姿のお姉さん達の間に混ざって大きな輪になって踊り楽しませてもらいました。

精神的な病気の影響を受けて人との交流が苦手になったり、ものごとを楽しむことが難しくなったり…また、長い入院生活で地域とのつながりがうすくなったりする入院患者さまにとって、このようなイベントを通してお店を出してくださる方々や患者様間の交流ができ楽しんだりすることで、前向きな気持ちになれたり、自信がついたり療養の励みになったことかと思えます。



精神科 まめ知識

パニック障害

丹羽 佑輔 医師



パニック発作が繰り返し起こる病状をパニック障害と言います。ではパニック発作とは何でしょうか？ テレビドラマなどであるような、「困ったことになってどうしてよいかわからない」と、慌てふためくことを想像しやすいですがこれは、『パニック発作』とは異なります。

呼吸ができない、息が詰まる、激しい動悸が起こる、冷や汗が出てくる、手足が震える、めまい、吐き気がおこる などの症状と同時

に、「死んでしまうのではないか」という不安や恐怖を感じ、いわゆる自律神経の嵐とも言うような症状を呈するのがパニック発作です。

このように大変辛い症状が出るのですが、身体症状が前面に出るので、心臓や脳、呼吸器などの病気と間違えられて、内科、循環器科、夜間救急外来などにかかりますが、発作が治まれば症状も落ち着くので、その後の発作予防のための適切な治療が行われないことが少なからずあります。中には診断がつくまで転々と様々な科を受診される方もいます。

パニック障害は100人中2~3人

が発症するといわれ、決して珍しい病気ではありません。芸能人の方の中にもパニック障害を伴い、治療して克服している方もたくさんいらっしゃるようです。

精神科受診のもと適切な治療（抗不安薬、抗うつ薬などの薬物治療）を行えば、パニック障害はほとんどの方が軽減、軽快します。

しかし、放っておくと「また、つらい発作が起こるのではないか」と不安になり、この不安が自律神経の発作を引き起こしやすくなるという悪循環を呈するので、早めに受診されることをお勧めします。

もし、まわりに上記の症状を呈して困っている方がいらっしゃれば、精神科受診を勧めてあげてください。



S S T ってなあに？

『SSTとは、生活（Social）技能（Skills）訓練（Training）の3つの言葉の頭文字で、技能の訓練をいいます。』

技能とは、人が当たり前の日常を、普通に続けて行くための技術、生活するための力量ということです。

すなわち生活技能の訓練とは、人が日常生活を続けるための力量をつける訓練です。

当院では SST を平成21年度から導入しています。

対象は急性期症状が改善し回復期にある入院患者様で、食・金銭・服装などの基本生活技術、対人関係保持能力、服薬習慣・再発徴候への対処技能が不足してい

る人を対象としています。

人と上手く付き合えるようになる、思ったことが言えるようになることを目的に、週1回1時間、3~5人程度で話し合い（セッション）を行っています。

話し合い（セッション）や場面を想

定した演技を実演し（ロールプレイ）対処技能に自信をつけ、社会復帰して行った患者様が多数いらっしゃいます。

参加メンバーからの声として、『このような話し合いの場があったほうが良い』『他の意見を聞いて参考になる』『自分も実践してみたい』等の声も聞かれており、SST 継続の必要性を感じています。



お知らせ & ご案内



外来では 訪問看護を実施しています

私たちが訪問に行ってます！



通院患者さまを対象に、外来の看護師が訪問看護を行なっています。遠方から通院されている患者さまも多く、市内はもちろん北見や斜里など、広範囲に対応しています。訪問では、病状の観察や薬の飲み方の確認、社会資源の紹介や生活全般で困っていること、日中の過ごし方や楽しみなどを、患者さんやご家族とお話し、地域で安心した生活を送れるよう、お手伝いしています。

お困りの方はご相談ください。(内線211)

ソーシャルワーカーの仕事について

ソーシャルワーカーの目的は、患者様を中心として病院と地域との「潤滑油」的な存在となり、患者様ご本人がよりスムーズな地域生活ができるような取り組みを目指していくことであり、患者様やご家族が生活の中で直面する課題について相談に応じ、一緒に解決を図っていくことが業務の中心です。

相談内容は多岐にわたっていますが、その都度、選択できる社会資源を提案したり、実際に連絡を取って課題解決の道筋を立てることが、ソーシャルワーカーの重要な役割と考えています。

具体的な相談は主に「医療福祉相談室」で受け付けています。相談は無料です。デイケア業務との兼務のため不在のことがありますので、ご利用の際は予約をお勧めしています。

(内線208)



統合失調症の家族教室休止

当院では平成12年より、統合失調症の患者さまの御家族向けに「統合失調症の家族教室」を毎月一回行なってきました。しかし、この数年、参加される御家族の数の減少が続いていることを受け、当地域における家族教室がこの10年余の間に一定の役割を果たしたものと考え、これを休止することと致しました。

何卒御了承下さいますようお願い致します。



編・集・後・記

「こころの和と輪」第25号が完成しました。特定機能評価病院として改めて認定され、今後も地域に根付いた頼りがいのある病院であるべく、精進していく所存でございます。

皆様方には心身ともに、より御健勝に過ごされますよう、ご自愛くださることを願っております。

