

せいわ

基本理念

私たちは、患者さま方に良質で安全な満足感のある高度な専門医療技術の提供と、地域における救急医療、保健・福祉サービス、介護などの生活の質(QOL)の向上に寄与することを目指します。

ドクターコラム

精神科事前指示について

こころの病気は経過が長くなることも多く、長いあいだ安定していても、何らかのきっかけで悪くなってしまう場合があります。想像していたよりもずっと悪くなってしまうと、判断力が下がった状態になるかもしれません。そこで病状が落ち着いているあいだに「具合が悪くて自分のことがうまく決められないときに一緒に決めて欲しい人、代わりに決めてくれる人」「入院しなくてはならないときに入院してもいい病院」「入院したときに受けてもよい治療、受けたくない治療」「くすりに関する要望」などをあらかじめ話合っ

合って決めておき、後からわかる形にして残しておくことを「精神科事前指示」と名付けて、治療に役立てようとする試みがあります。

外国の調査では事前指示を行ったグループと行わなかったグループで比べると、行ったグループのほうが、本人が望まないかたちでの入院の回数が減って、その後の経過も良かったとのこと。この調査では、過去に精神病を患いケアを受けて回復した方々が事前指示の作成のお手伝いをしていました。これを実際に今の精神科地域医療に取り入れるとすれば、当人の判断力の程度を誰がどう判定するのか、誰が作成のお手伝いをするのか、作られた指示が守れそうにない場合にどうするのか、などいくつか課題があることでしょう。でも当人の意志を尊重し寄り添う医療を目指す方法として、とても大切な方向性を示唆しているように思います。

精神科 山内 祥豪



新採用者 研修

今年も3月25日～3月29日の5日間にわたり、医療人としての心構え、社会人としてのマナー、専門職としての基礎知識について新採用者研修を行いました。

それぞれの職種に求められるもの、自身の職務について自覚を促し、プロ意識を持って、取り組む意義など、学んだ事をこれからの業務に役立て、当院の提供するサービスの質の向上に寄与する事を期待しています。



イベント1月初詣



1月に、「初詣」イベントが開催されました。院内の一室を「清和神社」に見立て、鳥居、賽銭箱、鈴緒、獅子舞、おみくじ、お賽銭まで再現され、参拝される患者様の拍手を打つ手にも力が籠っていたように感じました。

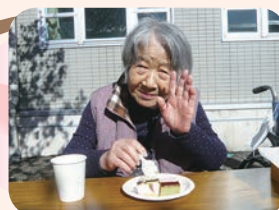
参拝後のおみくじには、大吉ばかりかと思いきや大凶（お菓子の食べ過ぎ注意等）があったりと、ユーモア溢れる内容に、声高らかに笑う患者様の声が大変印象的でした。これからも、季節感や伝統を大事にしながら、患者様に楽しんでいただきたいと思います。



イベント3月 お花見



今回は、院外のお花見イベントが、雨天の為に中止となり、病棟裏にてお花見会が開催されました。早咲きの陽光桜の散りゆく花びらと、満開のソメイヨシノが青空に映え、春の暖かな日差しに、「私は花より団子♪」と言いながら、スイーツを頬張る方もいらっしやったり、皆様表情穏やかに過ごされていました。



薬立つ話 飲みやすい組み合わせとは？



粉薬の味を不快に感じたことはありませんか？また、子供に粉薬を飲ませるのに苦労したことはありませんか？粉薬を飲みやすくするものとして、オブラートや服薬補助ゼリーなどが代表的です。みなさまもドラッグストアや薬局などで一度は見たことがあるのではないのでしょうか？今回は身近な食品を用いて、粉薬を飲みやすくする工夫を紹介します。

クラリスロマイシン（クラリスドライシロップ）というお薬。抗菌薬で感染性の咳や副鼻腔炎、中耳炎のときなど、よく処方されるお薬です。このお薬自体に強い苦味がある為、甘いコーティングが施されていますが、苦味を感じることもあります。そこで、薬をアイスクリーム（バニラ味）で包み込むようにして飲んだり、牛乳やココア、練乳などに混ぜて飲むことで苦味を感じにくくなります。しかし、酸味のあるもの（リンゴジュース、オレンジジュース、スポーツ飲料、ゼリー等）に混ぜてしまうと、甘いコーティングが剥がれてしまい、かえって苦味が増してしまいます。

このように、『飲みやすい組み合わせ』と苦味が増し更に『飲みにくくなる組み合わせ』があります。いくつかピックアップして、下の表にまとめています。また、緑茶やグレープフルーツなど組み合わせ次第で、お薬の効果に悪影響を与える物もありますので、お水以外での服用を考えている方は薬剤師にご相談ください。

薬品名	効能効果	牛乳	ヨーグルト	プリン	リンゴ	アイス	お茶	スポーツ飲料
エリスロシンドライシロップ	抗菌薬	○	×	○	×	○	×	×
メイアクト細粒	抗菌薬	○	△	×	×	○	○	×
タミフルドライシロップ	インフルエンザ治療薬	×	○	×	×	×	×	○
オノンドライシロップ	抗アレルギー薬	○	○	○	○	○	○	○
テオドールドライシロップ	気管支拡張薬	△	○	○	△	○	×	△
メプチン細粒	気管支拡張薬	△	△	○	△	○	△	△
アスベリンドライシロップ	咳・痰治療薬	×	△	○	△	×	△	△
ムコダインドライシロップ	咳・痰治療薬	○	○	×	○	○	×	○
カロナール細粒	解熱・鎮痛薬	○	×	△	×	○	△	×

○：飲みやすい △：変わらない ×：飲みにくい

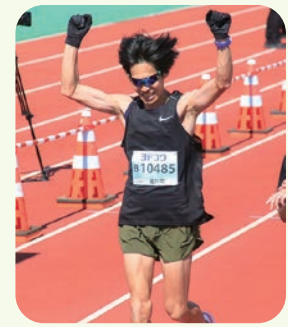
職員の趣味



マラソン 地域医療連携室 藤本

例年はない暖かさの2月18日早朝、高知市内には同じ手荷物袋を持った人達が城西公園へ向けて続々と集まっていました。公園へ到着したランナーの中には、お揃いのTシャツで写真撮影したり、レースの展望を話し合ったり、公園中くまなくお祭り騒ぎのような雰囲気。手荷物を預けた私は、満員電車内を移動するように整列ブロックへ、すぐ前のA・Sブロックでは黙々とストレッチする人達が。真剣な表情でたたずむ人は、まるでレース前のサラブレッドの如く見えていました。

場面は変わりスタートセレモニー、箱根駅伝を沸かせた青山学院大学陸上部の登場で、ライブ会場さながらの熱気に包まれそのままスタート。沿道を埋め尽くす切れ目ない応援に後押しされあつという間のゴールでした。



登山 地域医療連携室 谷内



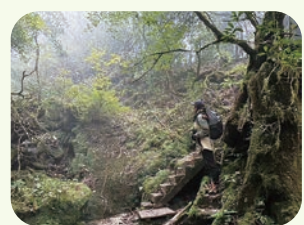
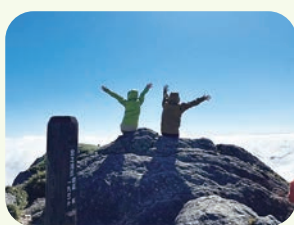
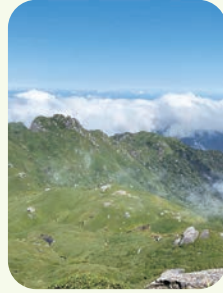
同僚にお山の魅力を熱く吹き込まれ、1回くらい行ってみようかくらいの軽い気持ちで登山を始めました。元々、私は山に囲まれた地域で育ち小学校の頃から近所の山で藪漕ぎをしていたので、山道を歩くことにすごく懐かしさを感じました。

その後、登山ツアーに数回参加し、2022年10月に屋久島の宮之浦岳に登りました。歩く度に変わる雰囲気や感動は疲れを上回りました。特に九州一高い山とされる宮之浦岳山頂では、別世界に来たような感覚を味わいました。また、20年近く恋焦がれた念願の縄文杉を見ることが叶い、その雄麗な姿を眺め「本当に来ることができた」と涙を流しました。

他にも屋久島で出会った様々な自然に、日々の穢れを洗い流されたようでした。

その時の光景は今でも鮮明に情景を思い出すことができ、何時間でも語る事ができます。

5年程前に登山を始め年に数回行く程度の初心者ですが、すっかりお山に魅了された私が語ると「話が長い」と嫌がられますので、このへんにさせていただきます。



ハッピーニュース



山本さん

この春、我が家の次女が小学校入学という大きな節目を迎えました。子供の成長とは早いものです。これからも元気で毎日を過ごしてほしいと思います。

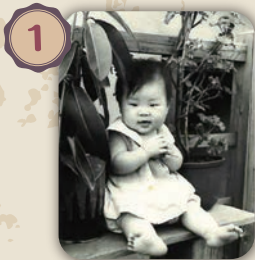
小田さん

私事ではありますが、令和6年2月12日に新しい家族が増えました。長い陣痛を乗り越え3080gの女の子を出産しました。病院からお祝い金をいただきありがとうございます。大切にしたいと思います！育児が明けましたら気を引き締めて頑張りたいと思います。



「昭和にタイムスリップ!?!」

それでは、待ちに待った第3弾の正解発表をさせていただきます!!!第3弾の可愛い男の子は、野波裕司相談役でした。皆様当てられましたか?第4弾は、初の女性の登場です。この笑顔、皆様見覚えは無いですか?それでは、次号まで、楽しんで下さい!



ぶにぶにの手がたまりませんね。観葉植物に囲まれてバシヤリ。



浴衣姿でおめかしポーズ。この笑顔は今も健在です!



小学校の入学式でしょうか。少し緊張した面持ちですね。



健康レシピ 栄養科

ハリハリ漬け ~夏に向けての下ごしらえ~

今回は宮崎県などで郷土料理として親しまれているハリハリ漬けを紹介します。ハリハリ漬けは冬の寒い間に干し大根を作り、各家庭の味で常備菜として楽しまれています。

材
料

- ① 割り干し大根 100g
(干した状態のもの)
- ② 酢 100cc
- ③ 砂糖 100g
- ④ 醤油 100g



作
り
方

1. ①を一晩水に戻し、絞る。
2. ②~④を混ぜ、砂糖を溶かし、①を漬ける。
3. 翌日から美味しくいただけます。
ご飯のお供はもちろん、お茶請けにもおすすめです。



効能・栄養

大根は乾燥させることで甘味や旨味が増し、ミネラル・ビタミンB群・ビタミンCの含有量が増加します。また歯ごたえがあり少量でも満足感を感じることが出来ます。

人は体内でミネラルを合成できないため、食事から摂取する必要があります。お互いに影響をあたえ合うことから、バランスよく摂取することが重要です。他にもビタミンB群は体内のさまざまな代謝に必要な酵素の働きを補い、ビタミンCは身体の調子を整える働きをします。