

地方独立行政法人 宮城県立病院機構

# 宮城県立精神医療センターが 提供できるサービス



## 理 念

「心のかよう良質な医療を提供し、  
信頼される病院を目指します。」

### 私たちの3つのS

**Smile**

笑顔で

**Support**

支 援

**Spirits**

心をこめて



# 精神科の病気とは

統合失調症、双極性障害（躁うつ病）、うつ病、パニック障害・強迫性障害・解離性障害などの不安障害、PTSD（心的外傷後ストレス障害）、認知症に代表される脳器質性精神障害、アルコールなどの薬物依存症、児童思春期関連の疾患、摂食障害、てんかん、発達障害、知的障害、パーソナリティ障害など多岐にわたっています。

その数は全国で300万人以上にのぼり、自殺や失業など大きな社会問題の原因の一つにもなっています。そのため、がん、脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病に加えて、国から5大疾病に指定されています。

## 精神科の病気の特徴

### 不安、抑うつ、興奮、幻覚妄想などの精神症状が主な症状

身体の病気とは異なり、精神疾患は、検査をしても病気の状態が数値や画像には表われない場合が多いため、専門医でも経過を注意深く観察しながら確定診断をすることがあります。そのような病気の特徴から、今後の経過の確実な予測が難しい場合が多いのです。

### 個別性が大きい

同じ病名でも、病状の程度や、時間経過に伴う症状の現れ方が、その方によって大きく異なります。そのため、性格や生活環境などによる個別性を十分に考慮して、ケアマネジメントの手法などを用いた個別の治療計画を立てる必要があります。

### 慢性化、再発しやすい

生活習慣病と同じように、病気そのものが慢性化しやすい傾向があり、薬の中断や生活面のストレスなどにより再発（再燃）をしやすい事が特徴です。慢性化や再発は、回復を阻む悪循環を引き起こすので、病状が改善しても引き続き気をゆるめずに、病気の自己管理を継続して行うことが必要です。

精神科の病気の原因については、医学にとどまらない広範な研究がなされており、日々新しい知見が加えられていますが、身体科の病気以上に、生物的・心理的・社会的要因が複雑に絡み合って発症することから、原因を特定することが現在の医学では難しいとされています。

## 精神科の病気の治療について

病気の状態に応じて、主に次のような治療を行います。

### 薬物療法

- ・薬を投与して脳内神経物質のバランスの乱れを整える

### 精神療法

- ・面接や相談を行い、心理面での改善をはかる

### リハビリテーション

- ・低下した機能や活動性を回復させる

人は皆、病気になっても残された健康な力を利用して自から回復する力を備えています。多職種からなる医療スタッフは、ご本人が本来持っている健康な部分を強化して、回復が自律的に行われるように援助します。治療を成功させるためには、自分の長所短所をよく知り、対人関係など周囲の環境と上手に付き合い、病気を恐れず、病気をあなどらず、前向きに生活する姿勢が回復をもたらす基本と言えます。

自身が病状や治療法をよく理解し、対人関係などのストレスと上手に付き合う方法を会得し、賢明かつ柔軟に生きていく術を身につけることで、むしろ病気になる前より強く生きることが可能になるのです。





# チーム医療と地域連携

当院では、医師、看護師、精神保健福祉士、作業療法士、臨床心理士、など多くの職種がチームで対象者、ご家族の方々の入院から生活に至るまでの一貫した支援を行います。

また、早い段階から可能な限り地域の支援スタッフとの連携を図り、安心できる地域生活を目指します。



## 支援チーム

おひとりおひとりに、医師、看護師、精神保健福祉士、作業療法士など、必要な職種が支援チームを作り支援していきます。

## 入院中のプログラム

おひとりおひとりの退院後の生活を想定したりハビリテーションプログラムが立てられます。心理教育、作業療法、家族支援などがあります。

## ケア会議

ご本人・ご家族の望む生活が送れるための支援を行うために、地域の支援スタッフも参加してもらう会議を定期的に行います。

## 退院後の支援

安心した生活を送るために病院の職員ばかりでなく、お住まいの地域で支援してくれるスタッフが応援します。退院後に利用できる制度、サービスもあります。入院中から紹介致します。





薬は症状を少なくすると共に再発のリスクを減らす働きがあります

# 薬の継続が重要です

- ★ ご本人とご家族が薬を服用するという治療を理解し、自らの意志で選択し、服薬の継続に取り組んでいくことが大切です。
- ★ 薬の不都合な点は医師に相談しましょう。例えば薬が大きすぎてのみにくい、散剤より錠剤がのみやすい、昼は忘れやすい、副作用はどうかなどなど。服薬を妨げる要因はなるべく排除していただきましょう。精神科で使用される薬はいろいろありますが、症状はひとりひとり違いますので医師が合った薬を選択します。



抗精神病薬	多くなった脳内のドーパミンを調整して症状を改善し、継続することにより再発しにくくします。のみ薬の他に2～4週間に一度の注射という選択肢もあります。
抗不安薬	不安を和らげる作用、眠くなる作用、けいれんを抑える作用、筋肉を弛緩させる作用などがあり薬によって作用の強弱や作用時間の長短があります。
睡眠導入剤	不安などにも効果がありますが、特に眠くなる作用が強いものです。様々な種類があり、不眠のタイプにより使い分けされます。中止する時期など医師の指示に従ってください。
気分安定剤	気分の高まりや落ち込みを防ぐ作用があり、継続により予防効果もあります。てんかんの発作を抑える作用も併せ持つ薬もあります。
抗うつ薬	脳内のセロトニンやノルアドレナリンを調整して抑うつ性の気分を改善する働きがあります。効果がでるまで時間がかかる場合もありますので、継続が必要です。
パーキンソン病の薬	パーキンソン症状による副作用止めとして使用する場合があります。
認知症の薬	アルツハイマー型認知症などの症状の進行を抑える働きがあります。

## 薬剤師による服薬指導について

当院では入院される方を対象に服薬指導を行っています。お薬についてわかりやすくお話しすることを心掛けています。また、服用中の薬との飲み合わせを調べたり、お薬により副作用が起こっていないか毎回確認して安全に服薬を継続できるようサポートします。「お薬手帳」を提出された方には入院中の服薬に関する情報を記載して、調剤薬局の薬剤師が継続してサポートできるようにします。お持ちでない方で希望される場合には退院時にお薬手帳をお渡しします。





こんにちは。  
 私達は精神科看護師です。  
 皆様のこころの疲れがとれ、安心して生  
 活が送れるように、お話を伺い、一緒に  
 考えながら支援いたします。

## — 精神科看護とは —

精神的健康について援助を必要としている人々に対し、**個人の尊厳と権利擁護**を**基本理念**として、**専門的知識と技術**を用い、**自律性の回復**を通して、その人らしい生活ができるよう支援することです。

### 通院



日常で不安なことや困ったこと  
 のお話を伺います。

### 入院



治療のお手伝い、休息の確保、  
 日常生活の手伝いなど行います。

### 訪問看護



入院中から看護師が自宅への訪  
 問を行います。



私たちは一人ひとりの  
 思いを大切に尊重しな  
 がら、皆様に援助を提  
 供して行きます。



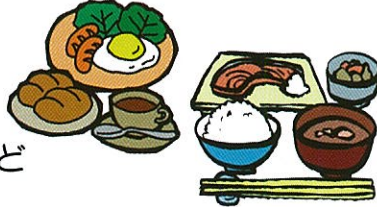


# 栄養食事指導

「糖尿病や脂質異常症と言われたがどのような食事したらよいか」、「体重が増えてきたが、ダイエットするにはどうしたらよいか」など、食事について困っていることはありませんか？  
当院では、主治医の指示のもと、管理栄養士が下記のような栄養指導を行っています。

## 1 内容

- バランスの良い食事の取り方
- 自分に合った食事量
- 望ましい間食の内容
- 簡単な料理のレシピ紹介 など



お気軽に  
ご相談下さい。

## 2 対象例

- 糖尿病、脂質異常症、高度肥満症、腎臓病、肝臓病など

## 3 内容

### (1) 個別指導

主に身体合併症がある方を対象に、食生活状況、生活習慣、検査値等を見ながら、「無理なく改善・継続できることから始める」をモットーに実施しています。

外来の場合は月1回、入院の場合は入院期間中に2回の実施を目安にしています。

### (2) 集団指導

病棟での健康教室、糖尿病教室など、クイズ形式や調理実習を取り入れ、「楽しく学習」をモットーに実施しています。

# 社会生活支援部では 皆様の地域生活を応援します

私たちの3つのP

Power

(力を合わせ)

Partnership

(協働し)

Positive

(前に進もう)

## 医療福祉相談科

各種生活上の相談、利用できる制度や施設といった地域生活に役立つ情報の提供など利用者、ご家族のお手伝い、受診・入院の相談を行ないます。

利用者を中心とした  
急性期から地域での生活に至までの  
一環した支援

## リハビリテーション科

入院中の利用者の機能回復・早期退院を後押しできるような活動、通院されている利用者の生活機能を維持・向上させるための活動を提供します。

## 地域支援科(訪問看護)

利用者のご自宅などに訪問して、薬の飲み方や日中の過ごし方、人付き合いについてなど日常生活の様々なアドバイスや支援を行います。

「皆様の地域生活を支えるパートナー」を目指しております。ぜひご活用下さい。





## 医療福祉相談科では

ソーシャルワーカーが、病気やけがなどから生じるご本人やご家族の様々な悩み事、例えば、「働きたい」「医療費のことが心配」「生活が苦しくて」「福祉の制度が難しくて」「誰に相談していいのかわからない」等に対して、共に考え、社会資源の活用等を通して、生活者としての視点から、その人らしい生活を目指したサポート（ソーシャルワーク）を行っています。

## リハビリテーション科では

作業療法とデイケア(DC)を実施しています。

### 作業療法 ~Occupational Therapy~

作業療法は、様々な活動を通して、自信を回復したり、他の人との良いコミュニケーション体験を通して、病気の回復過程を促進していきます。

- ★生活リズムを身につけたい方、自信をつけたい方、生活技術を身につけたい方、周囲とのコミュニケーションをうまくとりたい方などにお役に立ちます。
- ★作業療法場面は、“安心できる場”“体験できる場”“継続的に活動ができる場”“自然なコミュニケーションがとれる場”です。
- ★作業療法における作業活動は手工芸的なものから運動、音楽、家事や仕事など幅広くあります。
  - ①良い体験や良いコミュニケーションをするための道具として利用する。
  - ②現実感や自信が回復するよう、作業活動をとおした体験を積み重ね、力をつける。
  - ③実際の生活課題(家事・仕事・社会資源の利用など)を解決する。
  - ④人生にとっての生きがい、趣味、潤いなどをみつける。など作業療法において作業活動を利用する意味は様々です。

**今のあなたにとって、意味のある作業活動を一緒に考えていきましょう！**

### デイケア

精神科の外来に通院されている方を対象とした、リハビリテーションを行う通所施設です。病気とうまく付き合いながら、日々の色々な活動を仲間と共に行うことを通して、それぞれの目標に向かい、ゆっくり歩んでいくところです。

## 地域支援科では

地域支援科では、「精神に障害を持つ方が、地域で安心して生活を維持できるように支援する」という理念のもと、『訪問看護』を行っています。患者様が、家庭や地域の中で、より安定した生活を送れるようお手伝いするのが訪問看護です。看護師、精神保健福祉士、作業療法士等が自宅療養されているご本人やご家族の了承を得て自宅など訪問し、日常生活の相談・援助・指導を行います。

**くわしいことは職員におたずね下さい。**





地方独立行政法人 宮城県立病院機構  
**宮城県立精神医療センター**

〒981-1231

宮城県名取市手倉田字山無番地

TEL : 022-384-2236

<http://www.miyagi.pho.jp/mpc>