

あいあいこころの宅配便

contents

- 特集**
 - 「からだ」の病気と「こころ」の変化
山形さくら町病院 村山直樹
- report**
 - ・山形さくら町病院ふれあい祭
 - ・ステップアップ電城1周年感謝祭
 - ・合同新人研修会
 - ・ふれあい看護体験
 - ・グループホーム地鎮祭
- gallrey むづははだより**
 - ・クアオルト健康ウォーキングに参加しました
 - ・療食スタッフのおいしいおかげ
- topics**
 - イベントの案内
- information**
 - 山形さくら町病院外来診療体制表
上山病院外来診療体制表

**2013夏号
No.68**

特集 「からだ」の病気と「こころ」の変化

山形さくら町病院
医師 村山 直樹



こころの変化は、からだの病気やその治療でおきる場合がある

精神科は「こころ」の変化、具体的には「いつもの、以前のこころと違う」といった「こころの変化」について診断・治療を行う診療科です。したがって、精神科を受診しようとされる患者さんあるいはその御家族は「いつもの、以前の自分/家族のこころの状態と違う」という心配をもって精神科を受診されることだと思います。こころの変化をもたらす原因としては、統合失調症や、うつ病・そろうつ病等の気分障害といわれる疾患等がありますが、その中で、「からだの病気」あるいは「からだの病気の治療に使われるている薬」によっておきているこころの変化もあることを、ぜひ知っておいていただければと思います。なお、今回のお話には、「病気にかかるて心配で、不安な気持ちや落ち込んだ気持ちになっている」ケースは含まれません。

からだの病気でおきるこころの変化

どのような「からだの病気」が「こころの変化」をもたらすか、比較的良くみられるものをまとめると、表1のようになります。どのようなことが問題になるかといいますと、既にからだの病気の治療が開始されている場合には、「このこころの変化はからだの病気によるものではないか」と気づかれやすいのですが、からだに問題があることが御本人や家族に認識されておらず、初めに気づかれた症状が「こころの変化」であった場合、「本人の性格の問題」や「一時的な気分の問題」と考えられたり、精神科を受診するのに抵抗があつたりで、医療機関への相談が遅れがちとなり、結果としてからだの病気が進行してしまうケースがあります。これらのこころの変化に対しては、からだの病気を治療すること

表1

こころの変化をもたらすからだの病気

からだの病気・からだ側の原因	こころの変化 (よくみられるもの、症状はこの限りではありません)
1. 内分泌(ホルモン)の病気	
1) 甲状腺	機能亢進(ホルモンが働きすぎ) 機能低下(ホルモンが少なすぎ) うつ病様症状など
2) 副甲状腺	機能亢進 機能低下 抑うつ、気分変動、幻覚
3) 副腎	皮質機能亢進 皮質機能低下 異常な感覚(しびれ、痛み等)、抑うつ、気分不安定など
4) 脇臓	皮質機能亢進 怒りっぽい、不安など
2. 肝臓の病気によるもの	怒りっぽい、不眠など
3. 腎臓の病気によるもの	うつ、怒りっぽい、神経過敏、こだわりなど
4. 尿毒症、人工透析	ほんやり、錯乱・興奮、もうろうなど
5. 腎臓の病気によるもの	不眠、気分変動、まとまりのなさ、無気力など
6. 全身性エリテマトーデス	うつ、不安、記憶低下など
7. 婦人科的な原因によるもの	うつ状態、幻覚など
月経	イライラ、易怒性など
妊娠・出産	うつ状態、幻覚など

表2

薬剤によってもたらされるこころの変化

薬剤名(どのような病気に使われるか)	こころの変化
インターフェロン(肝炎などの治療薬)	うつなど
ステロイド(膠原病、炎症性の様々な病気)	幻覚、妄想、躁状態など
甲状腺ホルモン(橋本病)	興奮、幻覚、躁状態など
ドーバンあるいはその類似薬(パーキンソン病)	幻覚、妄想、錯乱など
抗コリン薬(パーキンソン病、精神科薬剤の副作用止め)	幻覚、妄想、不安、焦りなど
鎮痛薬(さまざまな痛みに対して)	落ち着かなさ、まとまりのなさ、興奮など
ジキタリス(心房細動など)	落ち着かなさ、まとまりのなさ、興奮など

がなによりも必要です。その中で、こころの変化をおさえる・和らげる薬剤をあわせて使いつつ、治療をすすめることになります。

からだの病気の治療でおきるこころの変化

からだの治療のために服用されている薬剤によっても、こころの変化をきたす場合があり、それらをまとめると表2のようになります。ごく稀な場合まで含めると、薬剤によって起きるこころの変化は様々なものがあります。したがって、薬を服用している際になかこころの変化が起きた場合には、「薬のせいではないか」という意識を持っていただかなければなりません。

からだの病気によっておきるこころの変化は時に残念な結果を招く

今回のお話でぜひ知っておいていただきたいのは、からだの病気によって生じたこころの変化は、からだの病気につづけられない限り、時に人間関係の悪化を招いてしまうことがあるということです。実際に、私が経験した患者さんの中でも、からだの病気によってこころの変化が生じているのに、本人含め周囲がそれに気づいていなかったため、「本人

の性格の悪い部分が目立つようになった」「本人の気持ちが変わった」「本人に適応力がない」といった周囲の見方によって、残念な境遇(離婚、解雇、絶縁など)になってしまった方がおられました。このコラムをお読みの皆さんには、ぜひ、こころの変化にも今までお話ししてきたような理由によって生じているものがあることを知っていただき、治療の糸口へつなげていただければと思います。

からだの病気によっておきるこころの変化を見逃さないために

当院では、初めて受診された方に対して、血液・尿検査・CT検査等によって「からだの病気によって発生しているこころの変化ではないか」を確認しながら、治療を開始するよう心がけています。「精神科に来たのになんで体の検査をされるんだ」とご不満をお持ちの方もおられたと思うますが、それは今までお話ししてきた理由によるものです。また、他の病院・医院で処方されたお薬を服用されている場合には、お薬手帳等を持参いただき、どのような薬を使用されているかお伝えいただければと思います。

こころの変化がみられた時、「からだに変化が出ていないか」という観点も、一度振り返っていただければと思います。

表紙のテーマは



今回の写真は、
上山病院の病棟風景です。
静かな朝のひと時を撮影しました。

お詫びと訂正

あいあい67号の内容に誤りがありました。次のように訂正しお詫びいたします。

- 上山病院… **誤** ●地域活動支援センター あららぎ 647-4266
正 ●訪問看護ステーション あららぎ 672-2556



山形さくら町病院 ふれあい祭2013

6月2日(日)に山形さくら町病院
ふれあい祭りが開催されました。
地域の方をはじめ600名以上の
多くの方に足を運んでいただき、
盛大に行うことができました。

report

ステップアップ霞城 1周年感謝祭

平成24年4月2日にオープンし、1周年が経過いたしました。その間、野菜の販売などを含め多数の行事が行われました。当作業所は就労継続支援事業所として電気製品の一部部品の組み立てや贈呈カタログの箱作りなど、メンバーの皆さんが日々楽しく作業されています。就労支援の仲間になりたい方、メンバー全員心よりお待ちしております。



グループホーム 「あすなろの家」地鎮祭

上山のグループホーム「あすなろの家」が新しく生まれ変わります。これから着工に向けて6月7日に地鎮祭が執り行われました。



合同新人研修会

毎年山形さくら町病院と上山病院合同で、新人研修会を行っておりまます。今年度は新採用者28名を対象とし、7月4日(木)に山形国際ホテルにて開催しました。様々な講演会と懇親会も行われ、これから希望を持って働くにあたっての大変な機会となつたようです。



ふれあい看護体験



「ふれあい看護体験」とは、市民のために保健医療福祉施設がドアを開き、見学や簡単な看護体験、関係者との交流などを行うイベントです。「山形さくら町病院」と「上山病院」でも「ふれあい看護体験」の受け入れを5月15日に行いました。患者さんとのふれあいを通じ、体験後には「医療関係に進みたい」という気持ちになつた」といううれしい言葉がありました。



GALLREY

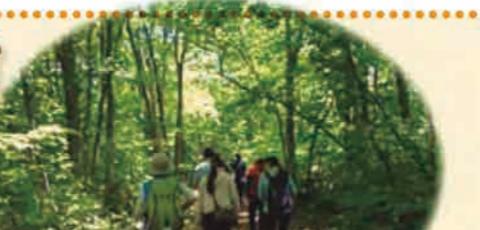
精神科デイケアセンター
むづれは だより

クアオルト健康ウォーキング に参加しました

精神科デイケア『むづれは』では「心の病を患ったことで弱ってしまったこころや体の回復」を目指し様々な活動を行っています。今回「むづれは」の活動でクアオルト健康ウォーキングへの参加を希望した所「むづれは」の為のプランを作成して頂き、6月13日に蔵王坊平でウォーキングを行うことができました。

当日は天候に恵まれ、流れる雲を眺めたり、林を通る風やセミの音を聞きながら、ゆっくりとしたペースで歩くことができ、参加者のほとんどが「気持ちが良かった」といった感想を述べていました。

ガイドを含め専門スタッフ3名の方が、さりげない配慮と丁寧な案内をしてください、本当に心地よいウォーキングが行えました。ありがとうございました。



クアオルト健康ウォーキングとは?

上山市(かみのやま温泉)ではドイツの健康保養地をお手本に蔵王高原坊平や里山、温泉など豊かな地域資源を生かし市民や観光客の誰もが、心身をいきいきさせることができるとされる健康保養地づくりを推進しています。クアオルト健康ウォーキングは、気候性地形療法の歩き方を専任のガイドからレクチャーを受けながら自分の体力にあったスピードで歩きます。木々を抜ける風や木漏れ日など自然の素晴らしい体感しながら、無理せず森の中を散策します。日ごろのストレスからこころと体を解放しエネルギーを蓄える効果が期待できます。



上山病院 管理栄養士
舟越 亜愈子

栄養士さんの おいしそう おかず

切り干し大根の さっぱり和え

材料(2人分)

A
酢
砂糖
醤油
こま油

大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

B
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

C
こま油

小さじ1

D
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

E
こま油

小さじ1

F
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

G
こま油

小さじ1

H
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

I
こま油

小さじ1

J
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

K
こま油

小さじ1

L
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

M
こま油

小さじ1

N
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

O
こま油

小さじ1

P
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

Q
こま油

小さじ1

R
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

S
こま油

小さじ1

T
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

U
こま油

小さじ1

V
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

W
こま油

小さじ1

X
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

Y
こま油

小さじ1

Z
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

AA
こま油

小さじ1

BB
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

CC
こま油

小さじ1

DD
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

EE
こま油

小さじ1

FF
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

GG
こま油

小さじ1

HH
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

II
こま油

小さじ1

JJ
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

KK
こま油

小さじ1

LL
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

MM
こま油

小さじ1

NN
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

OO
こま油

小さじ1

PP
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

QQ
こま油

小さじ1

RR
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

SS
こま油

小さじ1

TT
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

UU
こま油

小さじ1

VV
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

WW
こま油

小さじ1

XX
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

YY
こま油

小さじ1

ZZ
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

AA
こま油

小さじ1

BB
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

CC
こま油

小さじ1

DD
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

EE
こま油

小さじ1

FF
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

GG
こま油

小さじ1

HH
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

II
こま油

小さじ1

JJ
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

KK
こま油

小さじ1

LL
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

MM
こま油

小さじ1

NN
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

OO
こま油

小さじ1

PP
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

QQ
こま油

小さじ1

RR
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

SS
こま油

小さじ1

TT
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

UU
こま油

小さじ1

VV
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

WW
こま油

小さじ1

XX
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

YY
こま油

小さじ1

ZZ
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

AA
こま油

小さじ1

BB
大さじ1
小さじ1
小さじ1
小さじ1

CC
こま油

小さじ1

</