



第5号 平成29年12月発行

## 水明会通信 スワン

## 【中高年の物忘れ・心身外来】その特徴と基本となる考え

佐潟荘 院長 北村 秀明

当院の専門外来の一つである中高年の物忘れ・心身外来は、病院長の北村（週1日、毎水曜日）と副院長の佐藤（週1日、毎火曜日）が担当しています。対象とする年齢層は中高年、すなわち40歳～64歳の中年と65歳以上の高齢者です。超高齢化時代の今日からしますと、40歳の成人はまだまだ若年と思われるでしょうが、脳を含む身体には確実に老化が始まっています。少数ですが40代のアルツハイマー病もありますし、64歳以下で発症する認知症を総じて若年性認知症と呼びます。40代および50代の成人は、社会や家庭の中核として生産的活動を期待されるわけですが、その裏では老化が確実に進行しているわけです。“物忘れ”は人間の認知能力の低下の分かりやすい徴候なので、しばしば外来名に採用されます。日本全国、無数の物忘れ外来があるでしょうが、



医療の基本精神 First, do no harm. に従った医療の提供。

物忘れは老化に伴う認知能力の低下の一つに過ぎません。注意深さが無くなる、思慮が浅くなる、衝動的な判断をする、感情的になって怒る、道に迷う、言語の障害、あるいは以前にはなかった行動の出現など、初期の認知障害には“様々な顔”があります。幻を見る・聞くなど精神疾患のような症状や、歩きがもたつく・転びやすいといった神経疾患のような症状のこともあります。当外来では、まずは医学的に正しい診断を行うことを心がけて、特殊な検査が必要な場合は、近隣の総合病院に協力をお願いすることがあります。

多忙で不規則な生活は、運動不足と栄養のアンバランスと相まって、中年期のメタボリック症候群のリスクを増加させます。精神的なストレスとは別に、ほとんど座ってばかりの生活スタイルや、肥満症・高血圧・糖尿病などが、不眠症やうつ病、そしてアルツハイマー病のリスクを上昇せるとする研究が増えています。動脈硬化が進んで脳卒中や心筋梗塞が増えるのは不思議ではありませんが、身体は精神面に対しても悪影響を及ぼすのです。まさに心身一如であって、当外来が単に物忘れ外来ではなく、“物忘れ・心身外来”である理由がここにあります。初診時に尿・血液検査はもちろん、レントゲン撮影や心電図検査、必要であればCTスキャンなど、身体の評価も重視しています。治療が必要そうな身体的問題が疑われれば、同時に開いている内科外来の上村診

療部長に診察を依頼することも少なくありません。その一方で、中高年の体に無理のない治療を心がけることも重要です。現代医療においてしばしば安易に処方される薬剤は、特に中高年の人に対しては、使用法を誤れば心身の機能に悪影響を与えることさえあります。いわゆる老年症候群は、その根本的原因である老化を、現代科学をもってしても元に戻すことはできないわけですから、マスメディアによって流布されるような奇跡の方法はあり得ません。その点を考慮して、この外来では佐藤副院長が得意としている漢方薬を、より積極的に使用することがあります。

ところで、90歳代の患者・相談者さえ珍しくない超高齢化時代においては、もっぱら外来だけで医療が完結することはありません。精神と行動の重度障害や、身体機能の危機的状況が発生している場合は、入院した上での療養を提案することがあります。しかし、先ほど説明した通り、老化現象の時間的進行を逆転させることはできないわけです。医療の基本精神である「何よりもまず害をなすなかれ」(First, do no harm.)に従って、医薬品の使用を含む医療による有害作用を回避しながら、有効な対症療法や補完代替医療を実践し、高齢とはいえ患者自身が持つ自然回復力の醸成に努めることが重要と考えています。今後、佐潟荘は高齢者精神医療、および認知症医療により積極的に参画していくつもりですので、皆様よろしくお願ひ申し上げます。

## 【総合相談室】 総合相談室の紹介

佐潟荘 総合相談室主任 三科 渚

佐潟荘総合相談室では、患者様やそのご家族様が安心して受診や治療、療養を続けられるように、現在5名の精神保健福祉士がご相談に応じています。

精神保健福祉士とは精神科ソーシャルワーカーという名称で1950年代より精神医療機関を中心に医療チームの一員として導入された歴史のある専門職です。1997年より国家資格となりました。精神障害者の抱える生活問題や社会問題の解決のための援助や、社会参加に向けての支援活動を通して、その人らしいライフスタイルの獲得を目標としています。精神障害をお持ちの方の生活を支援する立場であり、医療と地域生活の橋渡しをする役割となります。呼び方としてはケースワーカーやPSW(ピーエスダブルユー)と呼ばれることが多いです。

総合相談室の仕事内容としては相談業務が中心です。受診・入院についての相談(受診日の調整、入院費の医療費助成について等)。経済的な相談(障害年金等)。日中の居場所・通所先についての相談(デイケア、地域活動支援センター等)。介護保険制度・障害福祉サービスについての相談。退院後の生活についての相談等となります。患者様を中心に、病院内外の多職種や地域の相談支援事業所等と連携しながらよりよい生活を実現できるよう支援を行っています。おひとりで悩まず、どうぞご相談ください。



ひとりで悩まず相談を。私達が支援いたします。

## 【地域活動支援センターラグーン】 クリスマスオーナメント販売中！

地域活動支援センター ラグーン主任 飯塚 有紀

こんにちは。寒い季節になりましたね。ラグーンの活動も外での活動が減り、室内での活動が中心になってきました。カフェでは今年度からスタートした「季節のラーメン」が、お陰様で人気メニューの一つになっています。この時期は温かいスープの「あごだしラーメン」がおススメですよ。また創作活動ではこの時期限定、クリスマスリースやオーナメントを作っています。可愛いものがたくさんありますので、ぜひラグーンカフェにいらっしやって下さいね。







佐潟荘病院祭にたくさんのご来場ありがとうございました！

## 【病院祭】たくさんのご来場ありがとうございました

病院祭実行委員 看護師長 伊藤 誠

10月14日(土)に佐潟荘の病院祭が「来て見て知ろう佐潟荘～地域に根ざした病院を目指して～」というスローガンのもと開催されました。

当日は、「笑い与健康」をテーマにした落語講演や北村院長とのトークセッションが行われました。風船王フージーによるバルーンアートショーは子供たちに大人気で、その後の野外パフォーマンスでは長蛇の列が出来ました。他にも体脂肪や骨密度などを測定できる健康ブース、デイ・ケア利用者様や入院患者様の作品展示などがありました。パザーでは定番の焼きそばやおでんをは



院長参加のトークセッション。

じめ、当院の佐潟荘老麺會による特製ラーメンや新潟国際情報大学によるボルシチなどが人気を集めました。また、外部より赤塚中学校音楽部による合唱や新潟総おどり「響'連」の演舞がありました。

地域活動支援センターラグーンの3周年祭も同時開催し、アロマスプレーやポップリ作りなどの体験コーナーなども楽しんで頂けたと思っております。当日は500名を超える方々にご来場いただき、たくさんのお褒めの言葉をいただきました。

来年度の病院祭はより一層盛り上げていきたいと思っております。ぜひお越しください。



子供たちに大人気の風船王フージー。