

Katsura

桂



《桂》 *Cercidiphyllum japonicum*

カツラ科：カツラ属：カツラ／広葉樹
「温かくて素直な性格」のカツラは適度な堅さと強度を持ち、温かくぬくもりのある木として愛されています。また、ハート型の葉が特徴で、新緑や紅葉の時にはとても鮮やかです。当院は、この木を囲むように病棟が建っており、私達を温かく見守ってくれています。

通巻第58号 2022.11.1発行

編集：薫風会山田病院 広報委員会(桂担当)
〒188-0012 東京都西東京市南町3-4-10
TEL:042-461-0005 FAX:042-467-4658
ホームページ：<https://www.yamada-hosp.or.jp/>



ホームページはこちら
からもアクセスできます



目次



★ドクターコラム (伊藤新先生)

★Dr.紹介

★山田川柳

★診療・相談案内



薫風会山田病院の理念

医の倫理に基づき地域社会に良質な精神科医療を提供することにより、患者様はもとよりその御家族にとっても安心して治療を託すことのできる病院であること。

Dr.コラム 伊藤新先生



精神科の診察室で「たとえ話（喩えばなし）」を聞かされた経験はおありでしょうか？

一例を挙げるならば「あなたはうつ状態です。それはバッテリーが切れた状態です。しっかり休んで充電しましょう」といったようなことです。

私自身は、疑い深い性格なのか、「たとえ話」を聞かされるとどうしても「うまく言いくるめられようとしているのではないだろうか？」と警戒してしまいます。ですので診察室で私のほうからたとえ話をしようにも、「煙（けむ）にまかれているような印象を相手に与えてしまうのではないかと」恐れて、しばしばためらってしまいます。しかし、「たとえ話」は精神科の診療において有用な場面があることも事実です。それは、難しいことがらを分かりやすく伝えることができるから、です。

ここでは、精神科医療では広く用いられていてご存じの方もいらっしゃるでしょうが、私自身も活用することがある「ダムのとえ」をご説明いたしましょう。

うつ病であれ統合失調症であれ、それぞれの人にはストレスが蓄積する限界レベルがあってそれを超えてしまうと精神症状が出現して発病する、という仮説（ストレス・脆弱性モデル）があります。この理論をそのまま説明して理解いただければそれでよいのですが、この「ストレスへの耐性・強さ」を「ダムの壁の高さ」に喩えることができます。すると「ダムにたまる水」が「精神的なストレスの蓄積」ということになります。ダムの高さをオーバーすると、水があふれてしまい、決壊してしまいます。この「ダム決壊」が「発病する」ということです。

このたとえ話ではさらに、「ダムの大きさは人それぞれで、ダムが小さい人は少ない水量（ストレス）であふれてしまい、ダムが大きな人は同じような水量でもあふれない」つまり「人によってストレスへの強さが異なる」とされます。

ではその「ダム」とはどのくらいの大きさなのでしょう？それは水量（ストレス）がダムの危険水域に近づきつつあることを感じ取る経験を積むうちに自分自身で掴み取っていくほかはないのですが、そこでは「不安や焦り」「ぐっすり眠れない」といったような“警告サイン”が頼りになるでしょう。そして「ダム」があふれそうだと感じたら「放水する（気分転換で発散する）」か「ダムへ入ってくる水流を止める（ストレス要因を軽減する）」ということが対処法となります。

このようにそれぞれの人に合わせて応用・バリエーションが豊かであることも「ダムのたとえ」が名作であるゆえんでしょう。

心という目に見えないものはたらしやくみを理解することは難しいものですが、こうして「目に浮かびやすい（視覚的な）イメージ」を共有することによって、医療者たちと患者さんとで「いまの心の状態や対処法」について話し合っていくことができる、それがこのたとえ話の効能です。

みなさんはどんな「ダム」を持っていて、それはいまどんな状態でしょうか？

～Dr紹介～

今年度より常勤になられた先生方のご紹介です！
よろしくお願いします！

中島英先生

平成30年4月より非常勤でお世話になっておりました中島英と申します。令和4年4月からは週4日の常勤医として山田病院に勤務しております。非常勤とは違う仕事内容に戸惑いを覚えつつも、皆様のご助力のもと邁進しております。また山田病院の行き帰りが増えたことで、病院付近のグルメを堪能する機会が増えました。皆様一押しのグルメがあれば、ぜひ診療の合間にでも教えていただけると幸いです。これからもよろしくお願いします。



中島翔吾先生

令和4年度より、山田病院で常勤としてお世話になっている、中島翔吾と申します。高校時から総合格闘技、ブラジリアン柔術など格闘技をはじめ、現在も継続しています。趣味はキャンプで休日には友人たちとキャンプに行き、それぞれソロキャンプを楽しんでいます。最近のマイブームは2歳になる息子とトランポリンで遊ぶことです。よろしくお願いします。



佐藤昂信先生

本年8月よりお世話になっております佐藤昂信と申します。防衛医大病院精神科に所属しており、薫風会山田病院様には、月曜日～木曜日にかけて勤務し、学ばせていただいております。卒後7年目にはなりますが、陸上自衛官でもあるため部隊での勤務や派遣も多く、腰を据えて精神科医療に携われることに喜びを感じております。分からないことだらけで皆様にご迷惑をおかけするかと思いますが、少しでもお役に立てるよう努めて参りますので、よろしくお願いします。



～山田病院川柳～

各部署のスタッフが一句を詠みました

コロナ禍で 子供と会話 オンライン

病院の 忘年会が待ち遠しい

マスクして レク体操で 汗だくに

「飲みに行こう」 喉まで出かけて マスクする

変異株、 オメガになれば もう終わる？

2-2病棟 多田野課長

外来 吉村師長

デイケア室 岡本主任

リハセンター 添田主任

事務部 小谷野事務部長



こんなとき、1人で悩まずご相談ください

福祉サービスの情報がほしい・・・

相談支援センター・えぼっく
042-452-0075
(月～土 9:00～18:00 65歳未満で障害のある方)

休職中だけど、このまま復職するのは不安があるなあ・・・

訪問看護ステーション メロデー
042-451-0090
(24時間 365日対応)

田無メンタルクリニック リワークデイケア
042-497-4571
(月～金 9:00～17:00 *祝祭日は除く)

家から出るのが怖いけど誰かに相談はしたい・・・

最近物忘れが増えたわ・・・

認知症疾患医療センター
042-461-0622
(月～金 9:00～17:00)

出かけるところがほしい・・・

地域活動支援センター♪ハーモニー
042-452-2773
(月・火・木・金 10:00～19:30 水 12:00～18:00
土 10:00～18:00 *18歳以上で精神に障害のある方)

山田病院 医療連携・相談室 042-461-0005 (代)

外来診察案内

曜日	月	火	水	木	金	土
午前	伊藤(新)	山田	伊藤(新)	後藤	中島(英)	後藤
	河野	藤井	長谷川	山田	穂山	山田(幸)
	伊藤(暢)	治部	竹中	穂山	伊藤(暢)	森
	中島(翔)		永井		上村	河江
午後	後藤	河野	有馬	森	有馬	竹中
	竹中			桑原		

2022.10月現在

患者権利章典

- 誰でも、どのような病気にかかった場合でも良質な医療を公平に受ける権利があります。
- 一人の人間として、その人格、価値観などを尊重され、医療提供者との相互の協力関係のもとで医療を受ける権利があります。
- 病気、検査、治療、見直しなどについて、理解しやすい言葉や方法で、納得できるまで十分な説明と情報を受ける権利があります。
- 自分の診療情報を求める権利があります。
- 治療の過程で得られた個人情報の秘密が守られ、病院内での私的な生活を可能な限り他人にさらされず、乱されない権利があります。
- 良質な医療を実現させるためには、医師をはじめとする医療提供者に対し、患者様自身の健康に関する情報をできるだけ正確に提供する責務があります。
- 納得できる医療を受けるために、医療に関する説明を受けても、よく理解できなかったことについて、十分理解できるまで質問する責務があります。
- すべての患者様が適切な医療を受けられるようにするため、患者様には、他の患者様の治療や病院職員による医療提供に支障を与えないよう配慮する責務があります。

薫風会山田病院

編集後記

今年もやっと猛暑が終わり涼しくなってきました。衣替えの季節ですね。皆さん体調を崩さないように気をつけて過ごしましょう！ ぐっちー

編集委員

あん
ぐっちー
ちみ
とみ