

はじめての精神科外来

精神科（神経科・心療内科）外来をはじめて受診する際、多くの方が事前にあれこれと思いをめぐらし、それぞれに悩まれていると思います。「この程度で病院へ行つて良いのか、この病院が自分にとってベストな選択なのか、どんな医師でどんな診察がなされるのか」。実際、当院においてもこのような相談が、メールやフリーダイヤルを通じて寄せられています。今回はこれらの不安を少しでも軽減していただけるよう、当院における外来の流れと、専門外来のひとつ「漢方外来」についてご紹介いたします。

◎ 外来のご利用者：

当院外来は、一日平均80名前後の方に利用いただいています。約半数がうつ病をはじめとした感情障害で受診され、主な訴えとしては、「眠れない」「気持ちが減った状態が続いている」などで、家族や周囲からすすめられて来院されるケースが多いようです。初診の方の年齢層は、20歳台が約25%、30歳台が28%、40歳台が14%となっております。清田区、豊平区を中心とした札幌市内全域と近郊の市町村（北広島市、恵庭市、小樽市など）から、さらに遠方の市町村からいらっしゃる方も増えています（データは平成19年4月～平成20年1月）。専門外来としては、認知症専門外来・漢方外来・ED外来があります。予後のためにも、症状が軽いうちに早めの受診をおすすめいたします。

します。どうぞお気軽にご相談ください。

◎ 満足していただけるサービスを：

エントランスには喫茶コーナーがあり、患者さまや面会にいらしたご家族の憩いの空間となっています。雑誌・大型テレビ・環境音楽などで待合を快適に過ごしていただけます。外来フロアでは、定期的に「待ち時間調査」「満足度調査」を実施し、アンケートにご協力いただく場合があります。頂戴したご意見は、医療サービス向上委員会を通じて検討され改善につなげていきます。また、ご意見箱に投函されましたご要望に対する回答は、外来コーナーや1階掲示板で閲覧することができます。一期一会を胸に、お一人おひとりを大切にしたいサービスに努めています。

外来受診の流れ

受付

予約は必要ありません。受診票に記入していただき、健康保険証の提出をお願いいたします。お名前を呼ばれることに抵抗がある方には、番号でお呼びしておりますのでお気軽にお申し出ください。

精神保健福祉士による面接

面接室で現在お悩みの症状、病歴などを診察前に伺います。できる範囲でお答え願います。カウンセリングをご希望の方はその旨をお伝えください。

精神科医による診察

外来担当の精神科医師は13名、2～4診態勢で行っています。症状や最近の生活についてなどをお尋ねしながら問診を行います。また必要に応じて心理検査などを行い、経過を追いながら総合的に診断いたします。

会計

受付横のカウンターで精算し診察券をお受け取りください。

調剤

薬局で調剤したお薬を薬剤師からお渡しいたします。服薬方法やお薬の内容で不明な点はお気軽にお尋ねください。

「漢方外来」

小澤剛久 医師

我々が普段慣れ親しんでいる西洋医学は、身体全体から組織へ、組織から細胞へと人間の体を細かく分析することによって原因を突き止めようとするミクロ志向の医学です。したがって、細胞内の特定の分子を狙い撃ちにして、その機能を抑えることで病気を治療する方法が西洋医学のやり方です。この方法はとてもすぐれていて、たとえば精神科の分野で言うならば、ある種のうつ病はセロトニンという神経伝達物質を調整することで改善することがわかってきました。

一方、東洋医学いわゆる「漢方」では、人間の体はあくまでひとつの個体と考え、それぞれの個体の持つ性質をいかに良い状態に保つたかを考えるマクロ志向の医学です。「病氣」体質の乱れ」と考え、この乱れを正常に戻すことで病気を治療するのが漢方のやり方です。漢方では、この体質

のことを「証（しょう）」と呼びます。もちろん、この「証」は人それぞれ大きく異なりますので、今の症状とは全く関係ないと思われることを質問したり、舌を診たり、脈をとったり、お腹をさわったりしながら、その人の「証」を掴もうとします。「体質Ⅱ証」を決めることが、その人に合った薬を決めることになるのです。この方法の利点は、西洋医学的には原因不明な疾患でも、体質改善に注目することによって治療可能であるということです。精神科の分野で言うならば、病氣とまでは言えないけれど、明らかに不快な症状が続く不定愁訴群（喉のつまり感、やる気のなさ、イライラなど）やストレス性の生活習慣病などは、体質を整えることで十分改善可能です。

西洋医学で治療が難しい疾患は、東洋医学でも同様に難しいことが少なくありません。森林を理解するには、一本の木を詳細に見る目、森全体を大きく捉える目が必要です。人を治療する場合も同様です。時に症状を細かく検討し、時に全体像を把握しながら、どちらか一方に偏るのではなく、それぞれ得意とする分野を上手に使い分ける東西医学の融合が大切だと考えています。



学術研修レポート4

「リスクマネジメント～マサチューセッツ総合病院（MGH）から学ぶ～」 「肥満に対する胃内バルーン留置療法の紹介」

兵庫医科大学 臨床教育教授 / 宝塚市立病院 消化器科部長 澤田幸男 先生

2月の研修会では、講師に澤田幸男先生をお招きし、上記2つのテーマでご講演いただきました。前半は、リスクマネジメントにおける基本姿勢のあり方について、MGHでの理論に基づいてわかりやすく説明くださいました。実際に欧米で起きた医療事故を例に挙げ、二重、三重の事故防止のための「Fail Safe」の導入の必要性や、万が一事故が起きた際に、①First, Do No Harm（何よりも患者に害をなすな）②No one is perfect（ミスは誰にでもあることだから）③Don't point any fingers（個人攻撃はいけない）という言葉から、医療事故は組織全体の問題として捉えるべきであると話され、事故に対する心構えについて改めて考える機会となりました。私たち医療人は

患者さまの味方として誠実に対応していきたいと感じました。

後半は、胃内バルーン留置法という新しい肥満治療法についてでした。これは胃の中に専用のバルーンを入れることで食事量を減らして、体重減少を図るものです。従来の内科的治療法では効果のない人に有効なことでした。日本でも身近な治療となる日が近いかもしれません。オランダで行われた講習会でのバルーン脱着映像を見ながらの講演と、ユーモアあふれる先生のお話は大変楽しく興味深いものでした。

