

国内の自殺者数の推移は年々減少傾向ではあるものの、各世代別の死因において自殺は上位に位置づけられています。主な自殺の動機は、上位から健康問題、経済・



精神科医療者が知つておきたい 院内自殺事故とその予防・事後対応

札幌医科大学神経精神科主任教授 河西 千秋先生

10月の学術研修会では、日本自殺予防学会副理事長、国際自殺予防学会日本国代表であり、札幌医科大学神経精神科主任教授の河西千秋先生による講演が一週間にわたって行われ、多くの職員が出席しました。

生活問題、家庭問題があげられ、健康問題においては、痛みから逃れるためであったり、完治は難しいと医師より告知され、絶望し自ら命を絶つなどの理由があげられています。

また、自殺者の98%が何らかの精神疾患を患い、内85%以上の人々が生涯に一度も精神科を受診していないという実態があります。河西先生の講演を通して、自殺の危険性がある方をどのように精神科受診へ繋げるか、ということが課題でもあるように感じました。

自殺予防の基本概念の中で、予防は大きく分け1次～3次予防まであるとされています。1次予

防は「未然に防ぐ」、住民や社会各領域への啓発、専門職への教育が行われます。2次予防は「治療」、ハイリスク者や未遂者への介入です。3次予防は「リハビリ、再発予防」、残された遺族へのケアや群発自殺の予防等があります。

講演を通して、私が特に印象的だったのは3次予防についてです。残された遺族らは、自殺の衝撃は勿論、喪失感や心労、混乱や自責といつた辛くて苦しい思いを抱えています。それらは感覚の鈍麻や不眠、動悸等として心や身体にも反応して出る場合がほとんどです。

そのような遺族を前に精神保健

(精神保健福祉士 元木加奈子)



入院中の給食は、栄養摂取と同じで、患者さまにとって楽しみであり憩いの時間もあります。また、特に精神科においては、バランスの良い食事を1日3回規則正しく摂ることで身体のリズムを自然に整え、病状を安定させることに繋がります。そんな大切な病院給食を作り、皆さまの栄養管理を担う「食の守り人」、当院栄養科のお仕事をについてご紹介いたします。

時に、患者さまにとって楽しみであり憩いの時間もあります。また、特に精神科においては、バランスの良い食事を1日3回規則正しく

摂ることで身体のリズムを自然に整え、病状を安定させることに繋がります。そんな大切な病院給食を作り、皆さまの栄養管理を担う「食の守り人」、当院栄養科のお仕事をについてご紹介いたします。

摂ることで身体のリズムを自然に整え、病状を安定させることに繋

がります。そんな大切な病院給食を作り、皆さまの栄養管理を担う「食の守り人」、当院栄養科のお仕事をについてご紹

介いたします。

『給食管理』における中核業務は、「食材の発注」と「献立作成」です。当院では平日昼の食数は750を超える。食材発注は、廃棄率や納品日を考えて行いますが、近年の食材費高騰で予算内に収めるのに苦労致します。厨房では3食の食事作りや洗浄で朝3時～20時頃までフル稼働。厨房内やそこで働くスタッフ、食材や調理品の衛生環境を良好に保ちチエックするのも栄養士の仕事です。

『給食管理』業務でウェイトを占めるのが「栄養管理計画書」の作成です。病院給食では、一般食以外にも疾患に応じた特別食、軟菜食、ペーストなど副食形態の選択が可能ですが、提供中の食事がその方にふさわしいか、栄養状態はどう

か等を評価し今後の計画を立てています。年齢・採血結果等の客観的データの他、食事時間に病棟へ伺い、個々の嚥下や食欲の確認を行い、主観的データも活用していま

す。患者さまの体調は日々変化しているので、栄養状態とリスクに応じ定期的に作成しながら入院中の見守りを致します。

また、特に食事の摂り方や栄養

的に問題があり介入が必要な方には、入院外来問わず管理栄養士が栄養相談や栄養指導を個別に行います。患者さまの生活環境や食事スタイルを個々に詳しく伺い、

食生活改善への意欲や目標を持てるようお手伝い致します。どうぞお気軽にご相談ください。

◆食を通じてサポート◆

私たちの日常の食事における塩分は1日平均約10g。歳を重ねるごとに濃い味になるとと言われていますが、病院給食では塩分1日8g以下とかなりの薄味です。皆さんにご満足いただける給食を提供するために、患者さまのご要望の聞き取りや年1回の嗜好調査、院



(管理栄養士 小沼陽子)

が増える中、厨房で手作りした水分ゼリーを食事の合間に必要な方に提供しています。皆さん入院生活に喜びと活力を与えられますように、これからも食を通して全力でサポートさせていただきま

す。

か等を評価し今後の計画を立てています。年齢・採血結果等の客観的データの他、食事時間に病棟へ伺い、個々の嚥下や食欲の確認を行います。患者さまの体調は日々変化しているので、栄養状態とリスクに応じ定期的に作成しながら入院中の見守りを致します。

また、特に食事の摂り方や栄養的に問題があり介入が必要な方には、入院外来問わず管理栄養士が栄養相談や栄養指導を個別に行います。患者さまの生活環境や食事スタイルを個々に詳しく伺い、

食生活改善への意欲や目標を持てるようお手伝い致します。どうぞお気軽にご相談ください。

また同じ給食を食べる職員からも意見を得られ、メニュー・調理方

法等の検討に生かしています。月

1回は行事食を取り入れ、季節を感じ楽しんで食べられる工夫もし

ています。さらに、病棟では高齢者

も意見を得られ、メニュー・調理方

法等の検討に生かしています。月

内に設置しているご意見箱に寄せられるご意見等で汲み取ります。

また同じ給食を食べる職員からも意見を得られ、メニュー・調理方

法等の検討に生かしています。月

1回は行事食を取り入れ、季節を感じ楽しんで食べられる工夫もし

ています。患者さまの体調は日々変化しているので、栄養状態とリスクに応じ定期的に作成しながら入院中の見守りを致します。

また、特に食事の摂り方や栄養

的に問題があり介入が必要な方には、入院外来問わず管理栄養士が栄養相談や栄養指導を個別に行います。患者さまの生活環境や食事スタイルを個々に詳しく伺い、

食生活改善への意欲や目標を持てるようお手伝い致します。どうぞお気軽にご相談ください。

また同じ給食を食べる職員からも意見を得られ、メニュー・調理方

法等の検討に生かしています。月

1回は行事食を取り入れ、季節を感じ楽しんで食べられる工夫もし

ています。患者さまの体調は日々変化しているので、栄養状態とリスクに応じ定期的に作成しながら入院中の見守りを致します。

また、特に食事の摂り方や栄養