

# こころ、かるく

KOKORO KARUKU

TOSHIDA MEDICAL CORP. KUMEDA HOSPITAL PUBLIC RELATIONS MAGAZINE

第5号

2018 春夏

特集

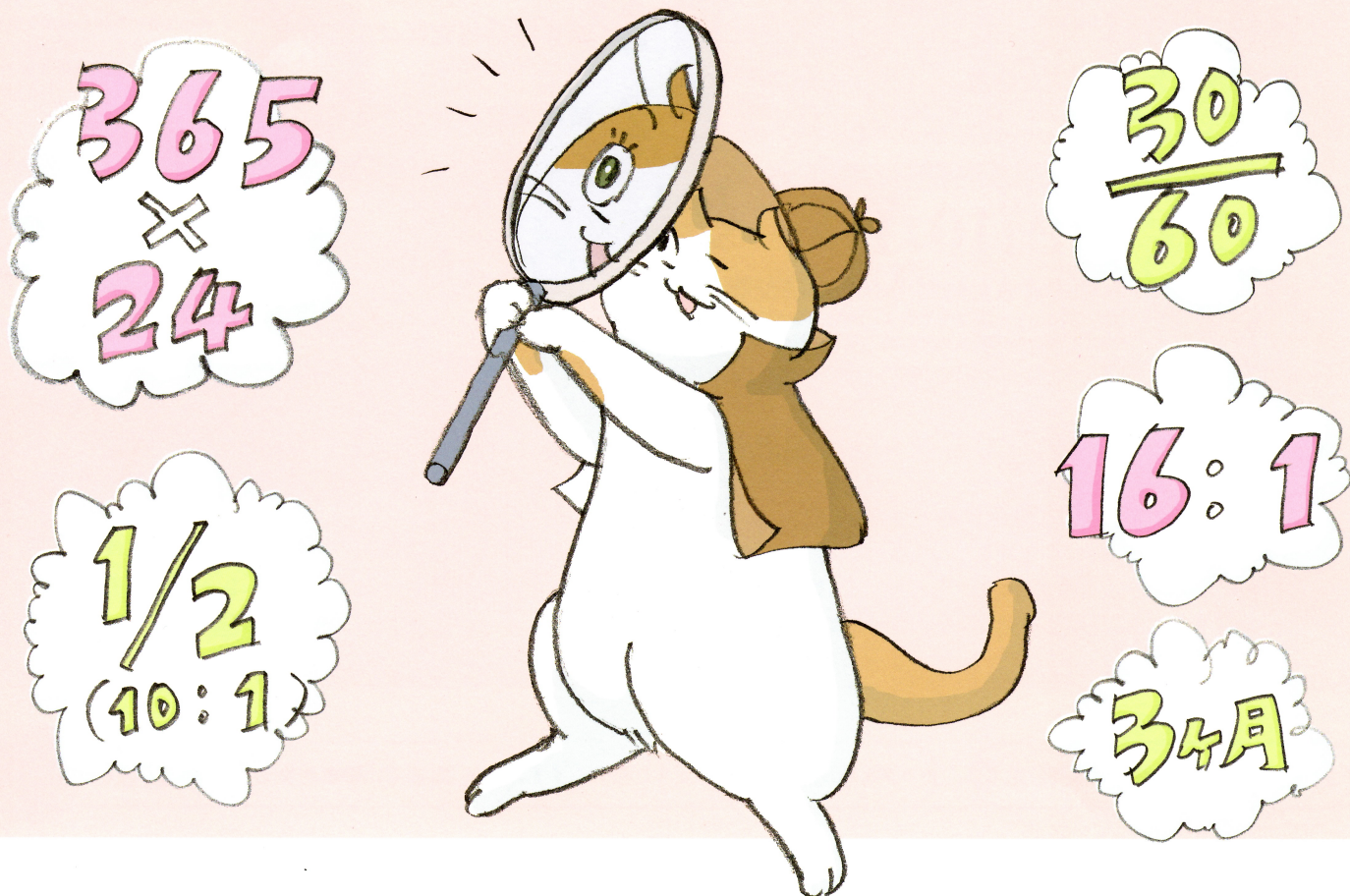
1

2017年11月 久米田病院でスタート!

手厚い療養体制で  
早期退院をめざす病棟、

「スーパー救急病棟」の

## スーパーな数字を解明する!



特集

2

家族の受け入れサポートは? 独居サポートは?

## 早期退院のカギ!?! 「退院後のケア」はどうする?



# 手厚い療養体制で 早期退院をめざす病棟、「スーパー救急病棟」の スーパーな数字を解明する!

精神科の治療に関して、社会的な関心・ニーズが高まっているのが「早期治療・早期退院」。いかに短期化し在宅医療へ移行するかが全国的に模索され、久米田病院でも「急性期病棟」を設置し取り組んできました。しかし2017年11月、さらに進化した「精神科救急入院病棟」として認可を受けました。別名「スーパー救急」とも呼ばれるこの病棟。いったい何がスーパーなのか?どこがスゴイのか!?わかりやすい数字でご紹介します!

**365 × 24**  
365日24時間体制で、入院受け入れ可能!  
時間外・深夜・休日の緊急要請に対応し、24時間体制で入院の受け入れができます。

**16:1**  
患者さんと医師の比率。  
16名の入院患者さんに対して病棟医師を1名以上配置。早期退院を目指した、最適な治療を行います。

**30/60**  
病棟60床のうち30床が個室。  
久米田病院のスーパー救急病棟は60床。そのうち、半分の30床が個室!治療に集中できる環境が整っています。

**5** 精神保健指定医は5名以上。  
病院全体に精神保健指定医が5名以上おり、この病棟には専従の精神保健福祉士が2名以上います。手厚い人員配置で万全のケアを目指します。

**1/2 (10:1)**  
入院患者さんに対する看護師配置の数。  
60名の入院患者さんに対して30名の看護師を配置。患者さん10名につき1名の看護師が、24時間常勤していることになります。

**3ヶ月**  
3ヶ月  
目標入院期間  
新規入院患者さんの6割以上の方が、入院日から3ヶ月以内に退院し在宅へ移行することを目標にしているのがスーパー救急病棟です。

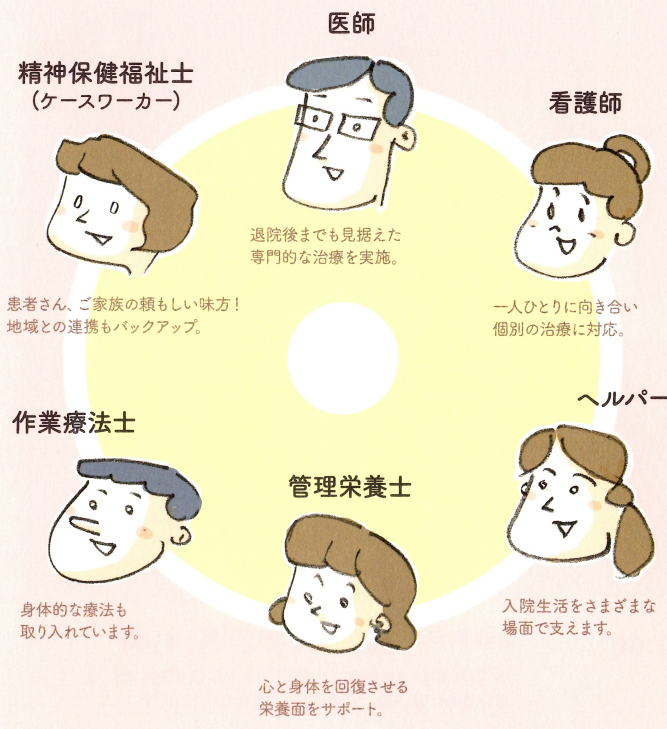
## 「スーパー救急」の「スーパー」なまとめ。 スーパー救急とは…

- ヘリコプターで飛んでくる救急部隊ではない。
  - 高規格の施設・人員水準をクリアした精神科医療病棟である。
  - 「できるだけ早期に退院すること」を目標に治療に取り組んでいる。
  - 「スーパー救急」は、施設面が充実した専門性の高い病院にだけ認可される。
- ご紹介した数字の他にも、「スーパー救急病棟」として認可されるためには、さまざまな面で高いレベルでの基準をクリアすることが求められています。



## 早期退院に取り組む充実のチームワーク!

患者さんが入院したその日から、スタッフみんなで退院の日に向けて情報を共有します。

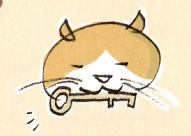


## 専門性の高いスタッフが力を発揮!

スーパー救急病棟では、医師と看護師、ケースワーカーなどのコメディカル連携により、患者さんの早期退院を特に目指しています。私は精神科認定看護師として、その人らしく、その人のペースを見据えた看護を大切にして、患者さんの自己回復が最大限に発揮されるように、これからも援助していきたいと考えています。



精神科認定看護師 長井理治



## 早期退院のカギ!? 「退院後のケア」はどうする?

やみくもに「早期退院」だけを取り上げると、不安を感じる患者さんやそのご家族もおられるかもしれません。実は早期退院を実現するために大切なのは、「退院後のケア」だと考えています。自宅で生活をしながら病院と連携する方法が整えば、早期退院が現実的になり、その後の変化にも早い段階で対応できるのです。ここでは、退院後のケアについてご紹介します。

**外来通院**  
ご自宅で過ごしながら、通院して状態を維持することを目指します。

**医療福祉相談**  
精神保健福祉士であるケースワーカーが、電話や通院時などにご相談に乗ります。入院患者さんの退院後についても、地域との連携がとれるよう協力機関に働きかけます。

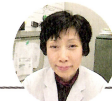
**デイケア**  
デイケア・デイナイトケア・ナイトケアを完備。外来通院中の患者さんが、治療の一環として集まり、さまざまな活動をしています。

**宿泊型自立訓練施設 あかやま**  
地域で自立した生活を目指す方を対象に、居住の場や設備を提供して、自立生活に必要な家事や日常生活能力を向上させるための生活訓練施設です。

**訪問看護ステーション うらら**  
在宅ケアをより広く行うために、4月1日に開設したばかりの新しい取り組みです。看護師が訪問し、お薬のチェックや症状の確認を行います。



## 「こころ・かるく」ごはん カラダとココロに効くレシピをご紹介します。 管理栄養士 周郷 正恵



### 花粉症対策に! ヨーグルトムース

ヨーグルトで腸内環境を整えて花粉症対策!免疫力UPに加え、症状を和らげるビタミンB群を作る働きもあり、カルシウムも豊富でストレスの緩和もできる!いちごに多く含まれるビタミンCは、かゆみの炎症を抑える働き&美肌効果も!

**【材料(5人前)】**

- ・いちご … 1パック(200g)
- ・プレーンヨーグルト … 200g
- ・砂糖 … 50~60g (いちごの甘さで調整)
- ・粉ゼラチン … 5g
- ・お湯 … 大スプーン3杯
- ・お好みでバナナやキウイをトッピングすると見た目もキレイです!!

**作り方**

- 1 いちごを細かく刻み、ヨーグルト、砂糖と一緒に混ぜる。(ミキサーにかけてもOK!)
- 2 粉ゼラチンをお湯で溶かし、①に混ぜる。
- 3 器に入れて冷蔵庫で冷やし固めて、できあがり!好きなフルーツを彩りよく飾ると、食欲がない方にも食べていただけそうですね!

**【1人前あたりの栄養素】**

- ・エネルギー … 85kcal
- ・タンパク質 … 3.3g
- ・脂質 … 1.5g
- ・食物繊維 … 0.7g
- ・食塩相当量 … 0.05g



## こころ・かるくアイテム ウォーキングのススメ

大寒波が到来した寒い寒い冬が終わり、緑の季節となりました。そんな季節におススメなのは、ズバリ!ウォーキングです。普段は車などで通る道を、おしゃべりな運動着に着替えて、ゆったり・ゆっくりと、ウォーキングしてみたい方が多いのではないでしょうか?!心身共にリフレッシュして、終わった後は気持ちがスッキリします。ウォーキングをすると、歩いた時間に応じて脳内にホルモンが分泌されることが分かっています。歩くことでβエンドルフィンやドーパミン、セロトニンの分泌が促され、不安感を取り除いたり、爽快感ややる気UP・リラクゼーションなど、様々な効果が期待できます。病院の近くには久米田池があり、1周約2.6キロの散歩コースになっていて、近郊住民の方がウォーキングをされていますよ。

## ひと彩々 精神科救急病棟 看護師 村田 結歩



入職1年目なので日々悩むことばかりですが、つくづく大切だと考えるのは、患者さんとの信頼関係。スーパー救急病棟では短期間で退院を目指すために「個別性の高い看護」が必要です。今後もさらに信頼関係を大事にしながら、チームの一員として努力します!

**編集後記** 毎年、病院職員数名で出場している泉州国際マラソン!!今年も走ってきました!この日のためにランニングを続けてきて、いざ、本番!!道からの温かい声援は本当に励みになり、つついオーバースペースになってしまうことも多いのですが、何とか参加職員全員が完走することが出来ました。

2018

4月 花見大会

グラウンド周辺では桜が見事に咲き、患者さんは桜を鑑賞しながら、カラオケなど楽しい時間を共有します。

2018

7月 七夕まつり

1年に1回のお願いの日!? 患者さんもスタッフも真剣な表情で短冊に願いを込め、笹を飾ります。

2018

5月 スプリングコンサート

恒例となった地元近隣のママさんコーラスグループによる歌や手品の披露など、楽しいコンサートを開催!

2018

8月 盆踊り

本番前から盆踊りは始まっています! そう、踊りの練習です! 本番では練習の成果を存分に発揮します。

訪問看護ステーション「うらら」を開設

「入院から在宅へ!」という社会的な大きな流れの中では、在宅での生活を維持していくことが大きな最終目標です。この在宅生活を支える仕組みのひとつが、訪問看護。この度、医療法人利田会は、訪問看護ステーションを開設し、その援助をさせていただくこととなりました。経験を積んだ看護師たちによる訪問看護により、これまでの地域貢献をより一層推し進めていきます。



まずは相談するにゃー

INFORMATION

お知らせ

月・水・金の午前中は、専門医による「もの忘れ外来」を行っています。

毎週月曜・水曜・金曜の9時～12時に、「もの忘れ外来」を常設しています。「認知症」は、誰でもかかる可能性があるだけでなく、最近では、投薬による治療が可能な疾病とされていることをご存知でしょうか。ご自身で気になる方も、ご家族が気になるという方も、予約は不要ですので、お気軽にお越しください。

外来診療時間のご案内

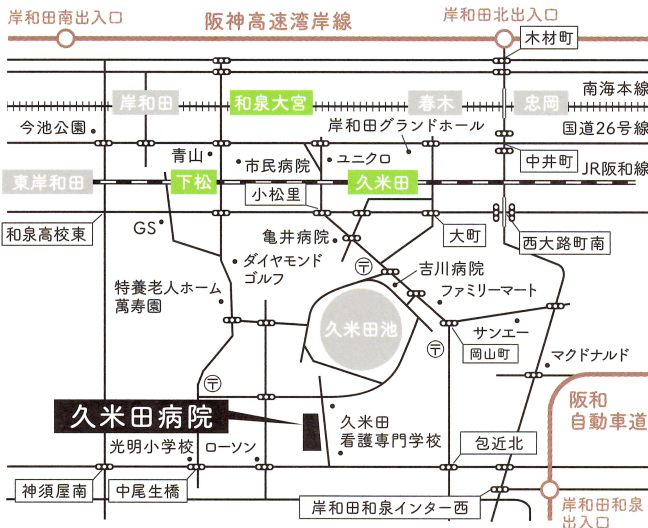
診療日時 ▶ 月曜～金曜 9:00～12:00

休診 ▶ 土曜・日曜・祝日

診療科目 ▶ 精神科、神経科、内科

※ 診察が始まる時刻は、状況により多少変動いたします。  
※ 再診の場合は、午前8時より受付いたします。

アクセス



電車で

JR 阪和線「久米田」駅より、車で約8分  
JR 阪和線「下松」駅より、車で約8分  
南海本線「和泉大宮」駅より、車で約15分

車で

阪神高速湾岸線「岸和田北」出口より車で約20分  
阪和自動車道「岸和田和泉」出口より車で約15分

無料送迎バスのお知らせ

平成30年4月更新

時刻表 ★は土日祝も運行。●は土日祝のみ運行。

南海和泉大宮駅発	JR 下松駅発	JR 久米田駅発	久米田病院発
★8:00	★8:10		9:15
9:40	9:20		●9:25
●9:50	9:25		9:40
	9:50		10:35
15:50	★10:00	9:55	11:05
	10:45		11:35
	11:15		12:00
	11:45		12:30
	12:10		13:00
	12:40		13:30
	13:10		14:30
	13:40	15:30	15:15
	14:40		
	15:25		
	16:00		
	●16:10		★17:15

医療法人 利田会 施設一覧

関連施設

- ▶ 久米田看護専門学校
- ▶ 宿泊型自立訓練事業「あかやま」
- ▶ 就労継続支援B型事業「カーネーション」
- ▶ グループホーム「いずみ」・「たちばな」・「みちるべ」
- ▶ 精神科通所施設「デイケア」・「デイナイトケア」・「ナイトケア」

介護サービス事業所

- ▶ ケアプランセンター、通所リハビリテーション「ゆうバル」
- ▶ 認知症対応型グループホーム「やすらぎ」



医療法人 利田会

久米田病院

〒596-0816 大阪府岸和田市尾生町6丁目12番31号

072-445-3545

久米田病院

で検索