

来外期春思 - 始まる -



まめなりの

〈発行〉
西郷町城北町
隠岐病院長



二月より、「内科再診予約制」
を導入しています。
詳しくは内科外来まで

このたび当病院精神科において、思春期における心の問題を扱う場として、思春期外来を設けることとなりました。思春期と云う時期はいつだいなことが起こってくる時期なのか、またその結果として、どんな問題が生じてくるのかを説明したいと思います。

(1) 思春期という時期とは？

幼い頃は、自分の眼差しはつねに外の世界へと向けられています。思春期に入ると初めて自分自身と向かい合い、自分の内面を見つめることになっていきます。自分を見つめることによって、他の人を見つめていく目や、人付き合いも、小さい頃の戯れあいの様なものから大きく変わってくると思えます。

また自分のからだも変化していきます。急激な成長や、少年から男性へ、少女から女性への変化は、自分の意志とは関わりなく進んでいきます。こうした変化を受けとめ、乗り越えて行かなくてはなりません。つまり、人はからだの変化、こころの変化、内を見つめることで知った自分の姿とそれなりに折り合いをつけ、そして大人になっっていくかならないのです。しかし、この道は平坦なものとは云えず、問題を起こす子供も数多くみられます。

(2) 性の問題と思春期
思春期の入り口での変化として、性が生活に登場してあげられます。

ホルモンの分泌等により、第二次性徴と呼ばれる徴候があらわれ心と体に変化が生じてきます。この時期に生じてくる性的な衝動や攻撃性、自分の変化に対する違和感、今までに経験したことない奇妙な感じであり、それは、自分の内を見つめるきっかけともなっています。そしてこうした変化を受け入れることが必要なのは先に述べた通りですが、それをうまく行なえず色々な症状となつてあらわれることもあります。

(3) 親の問題と思春期

思春期のもうひとつの大きな問題として親離れということがあげられます。特に最近の問題は、子供が未熟で離れられないと云うことよりも、親の側に原因があつて母子の分離が出来ないことのほうが多くなつてきていることです。このことは、母親自身がまだ成熟しきれていないことや、夫がきちんと夫婦の一翼を担いきれていないことなどにも原因があると言われています。いづれにしても、そうした問題に対処することが求められているといえるでしょう。

以上、思春期における課題、問題について簡単に述べましたが、さまざまな意味で「大人になることがむずかしい」時代であるといえます。当科外来では、そうした問題や悩みに対するひとつの支援としての窓口でありたいと思つておりますのでどうぞよろしく願ひします。

思春期外来 診療

・診療日：毎週金曜日午後一時から三時まで
・担当医：第一、第二週は小野、第三、第四週は山根が担当します
・予約等：原則として、予約制とさせていただきます。精神科外来に直接お尋ねになるか、電話 2-1356
内線 110 へおかけください。

他に当精神科では、痴呆に対する相談や質問等にお答えする場としての「痴呆疾患センター」を設けています。痴呆のことについて相談したいが、どこに相談して良いのかわからない。病院で診てもらいたい、どうしたら良いのかわからない。etc.、当院では、専用の電話回線が設けてありますので何でも気軽に相談ください。(2-6462)
なお、痴呆に対する相談、治療については当科外来で受け付けています。電話では説明しにくいという方は、直接外来のほうへお越しください。

精神科医員 小野 晴久

お知らせ

◎ 4月より眼科常勤！

長い間、住民のみなさまの懸案の1つでございました眼科常勤の件ですが、いよいよ4月よりその運びとなりました。常勤医師は、以前より当病院に診療にいられていた瀬戸川 章先生です。詳しくは、次号で紹介いたします。

◎ 皮膚科診療時間について

2月15日～6月30日の間、皮膚科診療時間を12:00～14:30までとさせていただきます。

◎ 糖尿病教室開催について

日時 3月19日(水) 午後2時から
場所 隠岐病院 2F 講義室にて
・糖尿病の検査及び薬物療法について
・日常生活の注意点について

よろしくお願い
いたします。



総婦長
本井 幸枝

二月一日付で総婦長を拜命いたしました。もとより微力ではございますがこの重責に最善の努力をいたす所存でございますので、どうかよろしくお願いいたします。

さて、当院では一昨年より「経営安定化対策」を進めておりましたが本年より、いよいよ実施の段階に入り、職員が一丸となって取り組んでいるところで、中でも外来サービスの向上では、長年の課題でもありました、「外来診療待ち時間の短縮」と「受付の改善」に向かって数々の取り組みを始めました。

患者様には、戸惑いや、分かりにくい面も多々あるかと思いますが遠慮なくお問い合わせください。ご協力の程お願い申し上げます。

隠岐における「若者定住化対策」が叫ばれて久しい今日ですが、病院では看護婦確保が危機的状況であります。募集しても応募がなく、慢性的な看護婦不足です。加えて各町村でも、保健・福祉対策で種々の施設がつけられ看護職を必要としています。資格を持った看護職が、隠岐へ帰って来れるような対策が急がれます。

幸い、中学生・高校生の病院体験実習の希望者も増えつつあります。将来の後継者のためにも病院を働きやすい、魅力ある職場にする責任があります。

現在、病院は様々な問題を抱えています。このことが、患者様へのサービスの低下、看護の質の低下にならないよう、住民の皆様と本音で話し合い、開かれた病院になるよう努力したいと思っております。どうか温かく見守っていただき、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

子供の発熱について



小児科医長
堀 大介

子供さんに発熱。お家の方は心配されますよね。「たしか、冷蔵庫の中に坐薬があったはず、まず、入れてみよう・・・」

ちょっと待ってください。確かに熱は下げてあげたいものでも、まず考えていただきたいのは「どうして熱が出たのかな？」ということ。熱が出るにはそれなりの理由があるはず。このうちの大部分は感染症(目に見えない細菌・ウイルスが身体の中で暴れます)で、しかも、そのまた大部分が上気道炎(カゼ)・気管支炎・腸炎などのありふれたものなのです。

- ① このため、私達がまず最初にお家の方に尋ねることは・・・
- ② ①いつからですか?
- ③ 咳・鼻水・のどの痛み・下痢など、発熱以外の症状はありますか?
- ④ 保育園・学校に行っていますか? 家族に同じ症状の人はいませんか? という3つです。



これにより、ありふれた感染症なのか、もしそうだとした場合、身体の中の部分に感染が起きているのかを推測し、所見(胸やお腹の音、あとの腫れぐあいなど)と、あわせて診断をつけます。この結果、診断にあったお薬をお出しします。つまり、発熱に対しては、それを起こしている病気を治療することが一番重要なことです。「そうは言っても、現実には熱が高く、ウンウン唸っている。しんどそうで何とかしてあげたい」と思われるでしょう。そこで熱を下げようとするわけですが、ここでも重要なポイントがあります。

- ① 解熱剤は、しんどさをとる目的で使います。元々病気(けいれんなど)がなく、元気があれば無理して使わなくても構いません。
- ② 解熱剤は一時しのぎです。元の病気がよくなるなければ、効き目が切れた時に熱はまた上がります。(解熱剤を使う前より、かえって高くなることもあります)
- ③ 6ヶ月未満のお子さんでは、病態がわかりにくく副作用の面からもなるべく使用する前に病院にかかったほうが良いでしょう。
- ④ 解熱剤が効くから「いい熱」、効かないから「悪い熱」と言うことはありません。
- ⑤ 解熱剤のなかには、特殊な病気の場合、発熱時でも使ってはいけない薬もあります。
- ⑥ 氷枕などを嫌がらなければ、その方が安全です。「熱が下がらないから」といって、続けて使用したり、量を越えないようにしましょう。(最低でも6時間はあけましょう)

最後に、次のような状態なら病院にかけましょう。(平熱より1℃高い場合を発熱とした場合)

- ① 1週間以上続く
- ② 他の症状が重い、例えば・・・
脱水状態(食欲が無く、ぐったりしている)
尿量が少ない・皮膚がかさかさしている
けいれんを起こした・顔色が悪い。など、
- ③ 乳児(特に6ヶ月未満は)症状がわかりにくく重症の場合があります

この様な場合、頻度は少ないながらも、生命に関わる病気であることがあり、場合によっては入院が必要となります。しかし、右記のような症状が無くても、お家の方が「いつもと違うな」と思われれば、これも重要なポイントです。ご心配な点があれば、受診されることをお勧めいたします。

編集後記

今冬は例年に比べ、温かいといっても春のやさしい日差しは待ち遠しいものです。手づくりで、創刊号・第2号と発行してきました。住民の皆様中心の医療を目指して、隠岐病院は変わろうとしています。この変化が十分お伝えできているでしょうか・・・皆様のご意見をお待ちしております。
「では、まめで、たっしやで来号まで・・・」 S