



必見!ここだけは押さえない!

せん妄対策の四ヶ条

誰もが頭を悩ませる「せん妄」。重症患者や術後患者など、起こしてほしくないときに限って起きてしまう、それが「せん妄」です。ここでは、GHPが勧めるせん妄対策のポイントを伝えます!

✓ “ベンゾジアゼピン禁忌”と心得よ

せん妄予防にまず大事なのは「安易にベンゾジアゼピンを使わない」こと。不眠時にとかく使われやすいのがエチゾラムやプロチゾラムなどですが、これらはせん妄を増悪させます。代替りの不眠時処方としてはラメルテオンがオススメ! 日中のリハビリや運動は不眠対策だけでなく、せん妄予防にも有効です。

✓ カレンダーと時計を置け!

せん妄の予防・治療には早期の非薬物療法が重要です。その1つが、見えやすい場所にカレンダーや時計を配置することです。日付や時間を意識する環境を整えることで、認知機能や見当識が保たれやすくなり、せん妄になりにくくなります。一日の初めに、その日のスケジュールを知らせるとさらに良いでしょう。

✓ “愛用品”が特效薬!

“入院”という非日常な環境がせん妄の引き金になることは知られています。少しでも自宅のように感じてもらうことがせん妄を予防します。自宅をそのまま持つわけにはいかないので、“愛用品”を持ってきてもらいましょう! 眼鏡や補聴器、入れ歯など身につけるものをはじめ、使い慣れた時計やお気に入りの小物などが Good!!

✓ せん妄は1日で治すべし

せん妄になったら早期改善をめざそう! せん妄は長引かせるほど治りにくくなります。治療の第一選択はクエチアピン。ベンゾジアゼピンは NG! 内服不可ならハロペリドール 1~2.5mg を静注または筋注です。致命的な不整脈などの副作用は要チェック! 難渋したらリエゾン精神科医に早めに相談しましょう。

参考文献: せん妄の臨床指針 日本総合病院精神医学会

頭の体操 ナンバープレイス

ナンバープレイスのルール

- ① 1~9までの数字がマスにひとつずつ入ります。
- ② タテ・ヨコの列に1~9の数字がひとつずつ入ります。
- ③ 太い線で囲まれた3x3のブロックの中にも1~9数字がひとつずつ入ります。

5	6	9	2	1	7	4	8	3
4	2	8	6	3	5	7	9	1
7	8	1	9	8	4	5	2	6
1	8	8	5	9	6	2	7	4
9	7	2	1	4	8	6	8	5
6	4	5	7	2	8	9	1	8
8	1	7	4	6	9	3	5	2
2	9	4	8	5	1	8	6	7
8	5	6	8	7	4	1	4	9

ANSWER

				4		9		3
		8		5	3		6	
2			6		7	4		
3	1	6	8	2				9
5	8	9					4	
7		2					8	
					6			4
	6	4	5		9	8	2	
		7		1			9	5

編集
後記

齋藤円先生のインタビューを通して、妊産婦の精神ケア、がん患者の精神サポート、認知症患者への対応など、リエゾン精神医学はまさに時代が求める専門領域であることを改めて認識しました。「リエゾン精神科医の魅力を若手医師たちに伝えたい」という思いから本誌は作成されました。限られた誌面では伝えきれない部分もありますが、若手医師のみなさんが興味を持つきっかけになれば幸いです。

日本総合病院精神医学会事務局

TEL・FAX: 03-5805-3720 Mail: jsghp@mth.biglobe.ne.jp

<http://psy.umin.ac.jp/>



GHP_m

GENERAL HOSPITAL PSYCHIATRY MAGAZINE

2018
秋号

SPECIAL INTERVIEW
市立ひらかた病院
齋藤 円
先生

リエゾン 精神科医の 魅力に迫る

リエゾン精神科医が語る

リアルなキャリア観

今どき研修医の新常識

精神疾患対応TIPS



SPECIAL INTERVIEW

市立ひらかた病院
齋藤 円
先生

時代が求める 「リエゾン精神科医」の 魅力に迫る

音楽家志望だった私が 精神科医になるまで

—まずは、精神科医になられた経緯を教えてください

実は高校2年生まで音楽大学を志望していました。小さいころから、ずっと音楽をやってきたので、ところが父から反対され悩んでいたところ、ピアノの先生が音楽療法の道を勧めてくれました。それに加え、看護師である母の影響と、もともと精神的なものに興味があったことが相まって精神科医を目指すようになりました。

初期研修は精神病床800床、一般病床200床の総合病院でしました。3年目からは大阪精神医療センターで精神科救急、薬物・アルコール依存症の診療、医療観察など

リエゾン精神医学ってなに？

「リエゾン」とはフランス語で「連携」や「連絡」意味する言葉です。「リエゾン精神医学」は、身体疾患に伴うさまざまな精神疾患や課題にチーム医療で取り組もうとする包括的な治療・ケアのことです。さまざまな診療科と密接な連携をとりながらチーム医療に貢献する臨床形態が特徴です。主に、外科や内科といった身体科の担当医から寄せられる、患者さんの精神・心理的課題の対応に関する相談に対応しています。

幅広く経験し、精神科医としてのキャリアをスタートしました。その後、児童思春期と通院を中断してしまった患者さんや無治療の患者さん宅へ出向くアウトリーチをメインに診療していました。

近いのに遠い精神科と 総合病院

—その後どのようなきっかけで

リエゾン精神科医になられたのですか？

5年目に入ったときに、より広範囲の疾患を経験するため4か月間、大阪急性期・総合医療センターに研修に出させてもらいました。その中で緩和ケアチームとともに取り組んだがん患者さんの精神的ケアやサポートを通して、総合病院でしか診れない精神科に興味を持ちました。その経験から、大阪精神医療センターに戻った後も、精神科の患者さんの身体疾患の治療の重要性を意識していました。ところが、近隣の総合病院に精神科患者さんの身体疾患治療を打診してもなかなか受け入れが難しく、距離は近いのに遠い存在であることを課題に感じていました。そんな折に、市立ひらかた病院とご縁があり、緩和ケアチームの回診に非常勤医として週1回参加することになりました。ひらかた病院は元々精神科がなく、精神科医もいなかったのですが、建て替えの際に緩和ケア病棟を作ったことがきっかけとなって精神科医が必要になり、私の前任者が常勤となりました。その1年後に、私が引き継ぎ、今はここに来て3年目になります。

想像以上に精神科単科病院での 経験が総合病院で役立っている

—単科の精神科病院から総合病院へ移られて

ご苦労はありましたか？

初めは、総合病院での経験が少なかったので正直不安でした。ところが実際は、意外と大阪精神医療センターでやってきたことが役に立っていると感じています。例えば、小児科から依頼があった際には児童思春期の患者を診てきた経験が生きていますし、精神科のアウトリーチで大切にしてきた家族支援の考え方が、がん患者を支えるうえで助けになっています。

出産前後の女性を 支えることで、虐待予防に

—今、注力している分野や活動は何ですか？

最近では周産期のメンタルヘルスとがん患者さんのサポートに力を入れています。出産前後の女性のメンタル不調は病名がつかないこともあり、まだまだ適切な対応が十分でない分野です。産後うつについては、枚方市の産後検診でうつ病のスクリーニング検査が導入されたので、スケールの点数が高かった方や、うつの既往や精神科治療歴のある妊婦については出産前に全例紹介してもらい、主治医と一緒に精神的ケアをしています。出産前後の大変な状況によって、結果として虐待につながってしまうこともあると思います。精神科で虐待を受けた子を診てきた経験からも、母親を支えることで、虐待予防になることを実感しています。

—これまでの臨床経験の中で、

とくに印象に残っている患者さんはいますか？

私がこの病院に来たばかりの頃に出会ったある高齢の前立腺がんの患者さんですね。前立腺がんは一般的に進

行が遅く、骨転移を伴う症例では長期間の疼痛治療が必要になります。その患者さんも入院して疼痛をコントロールし、帰宅するということを何度か繰り返しました。

長期間、経過フォローしていく中で、その患者さんは次第に認知症を合併してきました。最後の入院のときには、認知機能は低下し、せん妄もみられました。それ以前は、「重度の認知症患者を受け入れることは難しいのでは」という認識が緩和ケア病棟にあったのですが、その方はずっと診てきた方でしたので、最後まで診させていただくことになりました。実際ご家族も「認知症がひどくなったら診てもらえないかもしれない」と、とても不安に思っていたそうです。この患者さんを最後まで診れたおかげで、病棟スタッフも自信が付き、認知症患者さんの受け入れもできるようになっていきました。



がん患者や認知症患者に最後まで寄り添える

—どんな人がリエゾン精神科医に向いていると思いますか？

1人の患者さんを病気だけでなく、「その患者さんの人生を過ごしやすいように」と思える方ではないでしょうか。リエゾン精神科医の総合病院での主な役割は、他科の主治医がうまく治療できるように支援することです。さまざまな人とかわるので、協調性やコミュニケーションは大事だとは思いますが、ただ私自身は結構人見知りですが、苦労する面もあるのですが。

—これからキャリア選択をする若手医師たちへのメッセージはありますか？

精神科医というと、精神科単科をイメージする方も多いかもしれませんが、総合病院の中の精神科医という選択肢もぜひ知ってほしいです。今後、ますます高齢化が進む中で、認知症患者さんやがん患者さんを最後まで支えることができるのがリエゾン精神科医です。総合病院での経験は、たとえ精神科単科へ戻っても役立つと確信していますし、多くの人にこの領域を経験してほしいですね。