

令和6年5月診療予定表

診療時間(午前:9:00~12:00 午後:15:00~18:00) ※予告なく変更となる場合があります。


日	曜日	午前診				午後診			当直
		内科・一診	内科・二診	内科・三診	小児科	内科・一診	内科・二診	小児科	
1	水	隈元	多田羅	佐尾山	岩井	前田隆/前田純	多田羅	岩井	多田羅
2	木	佐尾山	多田羅		岩井	佐尾山	藤原	岩井	次田
3	金	休診(日直 次田)							松川
4	土	休診(日直 高橋重)							高橋重
5	日	休診(日直 山中)							山中
6	月	休診(日直 山中)							阪梨
7	火	前田純	田代	佐尾山	岩井	佐尾山	田井	岩井	田井
8	水	隈元	多田羅	佐尾山	岩井	前田隆/前田純	多田羅	岩井	多田羅
9	木	佐尾山	多田羅		岩井	佐尾山	藤原	岩井	次田
10	金	前田隆/前田純	多田羅	佐尾山	岩井	佐尾山		岩井	松川/福家/安藤
11	土	前田純	福家		岩井	竹谷/馮			桑原
12	日	休診(日直 桑原)							阪梨
13	月	前田純	多田羅		岩井	前田純		岩井	竹崎
14	火	前田純	田代	佐尾山	岩井	佐尾山	田井	岩井	田井
15	水	隈元	多田羅	佐尾山	岩井	前田隆/前田純	多田羅	岩井	多田羅
16	木	佐尾山	多田羅		岩井	佐尾山	藤原	岩井	次田
17	金	前田隆/前田純	多田羅	佐尾山	岩井	佐尾山		岩井	松川/福家/安藤
18	土	前田純	隈元		岩井	竹谷/馮			桑原
19	日	休診(日直 桑原)							長谷川
20	月	前田純	多田羅		岩井	前田純		岩井	竹崎
21	火	前田純	田代	佐尾山	岩井	佐尾山	田井	岩井	田井
22	水	隈元	多田羅	佐尾山	岩井	前田隆/前田純	多田羅	岩井	多田羅
23	木	佐尾山	多田羅		岩井	佐尾山	藤原	岩井	次田
24	金	前田隆/前田純	多田羅	佐尾山	岩井	佐尾山		岩井	松川/福家/安藤
25	土	前田純	福家		岩井	竹谷/馮			高橋重
26	日	休診(日直 高橋重)							長谷川
27	月	前田純	多田羅		岩井	前田純		岩井	竹崎
28	火	前田純	田代		岩井		田井	岩井	田井
29	水	隈元	多田羅	佐尾山	岩井	前田隆/前田純	多田羅	岩井	多田羅
30	木	佐尾山	多田羅		岩井	佐尾山	藤原	岩井	次田
31	金	前田隆/前田純	多田羅	佐尾山	岩井	佐尾山		岩井	松川/福家/安藤

※多田羅Dr. 1・8・15・22・29日の午後診は 16:00~18:00、月曜日は午後診 ⇒ 午前診へ変更になります。

※皮膚科・形成外科は予約診療・訪問診療を行っています。

専門外来	消化器内科	前田隆史 前田純	呼吸器内科	前田隆史
		田井裕樹 田代康平	呼吸器外科	佐尾山信夫
	消化器外科	隈元謙介 馮東萍	泌尿器科	多田羅潔
		藤原潤一 竹谷洋	小児科	岩井朝幸
		福家拓郎		

当院では、正面玄関や病棟に「ふれあいの箱」というご意見箱を設置しておりますので、当院に対するご意見・ご要望等ございましたらご遠慮なくお聞かせください。



善通寺 前田病院

広報 純心便り

今月の一言



理事長 前田純

皆さんこんにちは。

5月ですね。ゴールデンウィークは皆さんご旅行など行かれたでしょうか？

5月といえば例年は気候の穏やかな過ぎやすい季節のイメージですが、今年は大雨が降ったり、風が強かったり、寒暖差が激しかったりとなかなか大変です。レタスやキャベツなどの葉物野菜も生育が悪く高騰しているとのことで、やはり温暖化の影響なのでしょうが？

さて、話は変わりますが、我々医療の業界では2年に一度、診療報酬改定というのがあります。今年はその年に当たります。我々が患者さまを診療した際にいただいている診療報酬は全国一律で決められて

2024年
5月
第193号

トピックス

- 今月の一言・・・理事長
- 純心会・善心会 合同入社式
- 強迫性障害について
- 旬の素材で簡単料理



純心会善心会 入社式

3月は雨が多く肌寒い日が多かった影響で、例年より遅い桜の開花になりました。

快晴の天候で迎えた4月1日、ケアハウスかがや木にて、純心会・善心会 合同入社式が行われ、17名の仲間が加わりました。



〔純心会理念〕
信頼される医療
想いと優しさの伝わるケア
私たちはそれを目指します



強迫性障害について



強迫性障害とは

強迫性障害とは、実際にはありえない事柄や状況に対する不安感に、それが不合理でバカバカしいと分かりながらも過度にとらわれ、その不安を解消するために一見無意味で過剰と思われるような行動を繰り返す病気のことで、具体的な、何度も確認したにもかかわらず家の鍵をかけたかどうか不安に思ったり家の鍵をかけたかどうか不安に思ったり繰り返して家に戻ったり、汚物などを触ったわけでもないのに手に病原体がついていることを気にして何時間も手を洗い続けたりすることを指します。生活上のさまざまなことに不安感を持ち、何度も確認するといった行動は誰にでも経験があるものです。

一方で、強迫性障害は強迫観念と強迫行為が続き支配されることで日常生活に大きな支障をきたすような病的な状態を引き起こします。

強迫性障害は10〜20歳代など若い世代に発症することが多く、発症率は1〜2%と珍しくない病気です。

また不安症やうつ病など、ほかの精神疾患を同時に患っていることも多々あるため、治療が難しいケースも少なくありません。

原因

強迫性障害は精神疾患の1つですが、はっきりとした発症メカニズムは解明されていません。

一方で、強迫性障害は不安症、うつ病、摂食障害、強迫性パーソナリティー障害など、ほかの精神疾患を併発しているケースも多く、何らかの精神的な不調が背景にある可能性が示唆されています。

また、しつかり者、頼りがいがある、真面目で完璧主義、といった性格の人が発症しやすいのも特徴の1つです。

かつて、強迫性障害は不安障害の症状を中心とする病気であると考えられ、不安障害のカテゴリーに分類されてきました。

しかし症状や脳内機序など不安障害との様々な相違から、現在強迫性障害は不安障害のカテゴリーから分離して、強迫症および関連症群カテゴリーに分類されました。

その強迫症および関連症群に分類されている強迫性障害は、認知的タイプと運動性タイプ、そしてサブタイプにチック関連が挙げられています。

分類

【認知的タイプ】
強迫観念という頭から離れない考えや不安に掻き立てられ、止めたいと思いつながらも止められずに繰り返し行ってしまう典型的なタイプです。火事の心配などから確認を何度もしてしまうなどが該当します。

【運動性タイプ】
これは、厳密に適用しなければならぬルールに従って、駆り立てられる様に行われます。たとえば、カチャという鍵が閉まる感覚が納得できるまでこの行為を繰り返すなどが挙げられます。

【チック関連】
チックは体の一部の速い動きや発声を、突発的かつ不規則に繰り返す状態です。運動チック・音声チックそれぞれに行動の複雑性により単純性と複雑性に分かれます。

強迫性障害患者の中で、この既往や現病があれば、チック関連と特定します。

症状

【本人が感じる症状】
「ドアの鍵を閉めたかな」と不安になったり、「トイレのあとは必ず手を洗いたい」などは、普通の感覚です。しかしその不安やこだわりが過剰になりすぎると、鍵が閉まっているかの確認に何時間もかかり、何時間も手洗いを続けたり、肌荒れするほどアルコール消毒を繰り返したりなどが見られます。

【家族に対する症状（巻き込み）】
強迫性障害の症状の中で最も深刻なものに、「家族の巻き込み」があります。少なくとも約半数の強迫性障害の方が、自分自身のこだわりやルールに家族を巻き込んでいます。この巻き込みには3つのタイプがあります。

- ①保証の要求
手洗いや鍵の確認などがちゃんとできたかが不安になり、「大丈夫」という保証を家族に繰り返し求める
- ②強迫行為（ルール）の強要
手洗いや入浴などの一連の洗浄行為（自分のルール）などを家族にも従うよう強要する
- ③強迫行為の代行
自分の代わりに、寝る前の鍵の確認などの儀式的行為を家族にさせる

診断

強迫性障害は、一般的な病気のように血液検査や画像検査で異常が見られることはありません。そのため、症状の程度、日常生活の困難さなど、さまざまな状況を総合的に判断して診断が下されます。

本人が感じている症状の分類や重症度の評価として、**Y-BOCS** が用いられます。

治療

強迫性障害の主要な治療は、**SSRI** を主とした薬物治療、および認知行動療法です。

【薬物療法】
強迫性障害の治療は、うつ病の治療に用いられる**SSRI**（選択的セロトニン再取り込み阻害薬）などによる薬物療法が主体となります。どのようなメカニズムで**SSRI** が強迫性障害の症状を改善するか明確には分かっていませんが、この薬を服用することで感情や気分の安定を促すセロトニンと呼ばれる脳内物質が増えることが症状改善につながると考えられています。

【認知行動療法】
強迫性障害の治療は薬物療法だけでは十分な効果が得られないことも少なくありません。そのため、薬物療法と同時に、**症状の不合理性に関する理解を促し、行動修正（逃げない・繰り返さないなど）を図る認知行動療法を行うのが一般的です。**

また、医師や臨床心理士とのカウンセリングなどを行う精神療法を併用します。認知行動療法は、当初はおおむね治療者主導ですが、自ら課題を考え、問題を分析し解決する方法を模索するなど、徐々に自己制御へ移行することが重要です。

- 自分を傷つけてしまうのではないかと怖くなる（ナイフやフォークを使うのが怖いなど）
- 汚れやばい菌を過剰なくらい心配している（ドアのノブに触れたりしたときにばい菌がついたのではないか）
- 病気や体の不調に対して過度に心配してしまう（医者から大丈夫と保証されても、癌や心臓病などにかかっているのではないかと心配がとれない）

【強迫行為】

- 極端に長く、あるいは儀式的なやり方で手を洗う（一日に何度も、あるいは長時間手を洗う）
- 何らかの失敗をしなかったかいつも確認する（家を出るときに、戸締りや、ストープの消し忘れがないか、コンセントは大丈夫かと何度も確認する）
- なんでもきちんと整理したり並べたりしないと気が済まない（机の上の紙や鉛筆、本棚の本をまっすぐに並べる。家の中のものをきちんと整頓するのに何時間も費やし、それが乱されたり邪魔されるといらいらする。）



豊富な食物繊維とカリウムで高血圧予防に「たけのこ」



- 【作り方】**
- ①米は洗ってザルにあげておく。
 - ②ごぼうはさがきに切り水につけてアクぬく。
 - ③にんじん・油あげ・しいたけは細切りに切る。
 - ④たけのこは他の具材よりもやや大きめに切る。
 - ⑤フライパンにゴマ油をひき、温まったら具材を入れ炒める。
 - ⑥具材に油がまわったらAを入れ沸騰したら弱火で2分煮込む。
 - ⑦具材と出汁を分けるためボウルとザルに移す。
 - ⑧お釜に米を入れ出汁を入れ、2合のラインまで水を足す。
 - ⑨具材をお米の上に乗せそのまま炊飯したら完成♪

●●● たけのこの炊き込みご飯 ●●●

- 【材料2人分】**
- 米・・・2合、たけのこ・・・150~200g、油あげ・・・1枚、にんじん・・・50g、ごぼう・・・50g、しいたけ・・・50g、ゴマ油・・・大さじ1.5
 - A { 水・・・200cc、しょう油・・・大さじ2、みりん・・・大さじ2、酒・・・大さじ2、砂糖・・・小さじ・・・1/2、ほんだし・・・大さじ1/2

【ひとこと】
鶏肉を入れたらコクが出てうま味UP
炒めた具材を炊飯せず、炊きあがったお米と混ぜてもOKです。
お好みに海苔や白胡麻をかけてください。