



検温の様子 感染対策にご協力いただきありがとうございます

シリーズ こころの散歩道 vol.14

「コロナ」差別について

新型コロナウイルス感染症の第1波が落ち着き、5月末に緊急事態宣言が解除されましたが、7月に入って再び感染者数が増加しています。とても心配な状況ですが、これまでの経験を生かして対応していくしかありません。

第1波の時に深刻な問題と思われたのは、感染者やその家族に対する嫌がらせ、いわゆる「コロナ差別」です。感染者の家に石が投げ込まれた、感染者の通っていた大学の他の学生が飲食店の入店を断られた、医療従事者が子供と行った公園から出て行くように言われた、等々。同様のことは、世界中で起きていて、「特定の宗教や民族集団を感染源と決めつけ、迫害する事例も相次ぐ」といいます(朝日新聞 2020.6.24)。

このような差別の背景には、行動免疫という、病原体との接触を避けるための心理的なシステムがあるともいわれています(Schaller, 2011)。ヒトが感染源の手がかりを察知すると、嫌悪感情が生じ、その対象から回避する行動をとるというものです。体に入った病原体を生体が攻撃する機能が、生理的なよくいわれている免疫です。行動免疫によって感染源から距離をとり、生理的な免疫で体に侵入した病原体から身を守るという仮説です。行動免疫と同様の現象はヒトだけではなく、チンパンジーやミツバチなどでも報告されているので、動物の個体や種を存続させるための本能的な仕組みなのかもしれません。それでは、感染症において差別はやむをえないのでしょうか。

東エルサレムで子どもの支援しているNGO職員の山村さんが通りを歩いていて、アラブ人の女の子達に「きやあコロナ!」と言われたそうです(朝日新聞、2020.6.27)。山村さんは、パレスチナとイスラエルの対話の少なさが対立の溝を深め、憎しみと差別を増幅していると感じていたので、その子達にコロナと呼ばれて悲しいとアラビア語で伝えました。するとその子達は「あなたがそんな風に感じているとは思わなかった。ごめんなさい。」と謝ったそうです。感染を恐れ、嫌悪する気持ちをなくすことは無理な話でしょう。でも、対話によってお互いの気持ちを知り、それについて考えることができれば、差別を解決する糸口が見つかるかもしれません。人間には動物と違ってその能力があると思います。

茨城県立こころの医療センター病院長 堀 孝文

正しく理解しよう、ゲーム障害



茨城県立こころの医療センター

小松崎 智恵 先生

ゲーム障害(いわゆる“ゲーム依存”)という言葉が最近よく耳にするようになりました。2019年5月に世界保健機関(WHO)は、ゲーム障害を国際疾病として正式に認定しました。スマートフォンなどの普及でゲーム依存の問題が表面化し、健康を害する懸念が高まっています。

今回は、ゲーム障害について小松崎智恵先生に解説してもらいました。

Q1 ゲーム障害とはどういうこと？

A

ゲーム障害は、

- ・ゲームをやることをコントロールできない
- ・他の関心ごとや活動よりも、ゲームを優先する
- ・健康、学業や仕事、対人関係、経済面などで問題が起きても、ゲームをやり続ける

という特徴があります。ただのゲーム好きとは違います。

そして、ゲーム障害の人には、薬物依存症の人と同じような脳の機能不全が起きているという研究報告があります。発達障害や不安障害、うつ病などとの合併することがあります。

Q2 なぜゲーム障害になるの？

A

ゲーム障害になる理由を特定するのは難しいのですが、特に重要な2つの要因があります。

ひとつはゲームの仕組みです。ゲームはやる人を飽きさせないように、いろいろな仕掛けがしてあります。もうひとつは“自己治療”です。私たちはゲームの世界で、特別な存在になれたり、人から認めてもらえたりします。学校生活や仕事がつまみかないとき、家族との関係や自分のダメな点で悩んでいるとき、ゲームはリアル世界の苦痛を和らげてくれます。つらい現実を生き抜くために、ゲームが手放せなくなるのです。

Q3 治療はどんなことをするの？

A

薬物依存症やアルコール依存症、ギャンブル障害の治療をもとにして、ゲーム障害の治療が行われています。しかし、さらなる研究が必要です。他の精神疾患を合併している場合は、その治療も行います。

一般的に、周りの人がゲームを禁じるだけではうまくいきません。特に自己治療としてゲームをしている人の場合、ゲームを取り上げられても、抱えている苦痛はそのままです。今度は、ゲーム以外のものに依存するかもしれません。

まずは本人が主体的にゲームの問題に取り組めるよう動機づけをすることが大切です。そしてリアル世界の活動を増やし、豊かなものにしていくこと、その過程で自己肯定感を育てていくことが必要です。

今に繋がる 友部病院時代の想いに迫る

～患者さん、地域から信頼される病院づくりを目指して～



表彰状を手にする林氏と(左から2番目)
左から影山医療局長、堀院長、妹尾副院長

当センターの前身である友部病院時代に看護局長を務めた林^{かずのり}和功氏に瑞宝双光章が授与されました。林氏は昭和45年から平成23年までの間の約37年の長きにわたり、精神障害者の看護と看護職員の資質向上に尽力されました。

この機会に林氏の勤務していた友部病院時代から現在の当センターに至る想いを伺うことができました。

—この度はおめでとうございます。長きにわたりご尽力されましたが、精神科看護に関心をもったのは、どんなきっかけがあったのでしょうか。

林氏)私が幼少の頃、実家は農業を営んでおり、手伝いに来る人がいました。その方は友部病院の前身である内原病院の患者さんだったようです。子どもだった私は遊んでもらうこともありました。母が面倒を見ていて食事や入浴もしていました。不思議なところのある人でしたので、今思えば当時から精神科の患者さんを身近な存在と感じる機会になっていたと思います。



完成間もない頃の友部病院入院病棟

—昭和35年に開設された友部病院は、社会復帰促進を念頭においた積極的な開放的治療を導入していたことから「東洋一の精神科病院」と評価される時代があったと聞くことがあります。入職された当時はどんな想いを持って勤務されていましたか。

林氏)映画にもなり評価される時代はあったものの、昭和47年頃には、それまで積極的に実施されていた慢性化予防のリハビリが勢いを失って停滞していました。陰性症状に対する看護の中心だった生活療法も、その方法が疑問視され精神医療と看護は転換の時期にありました。患者さん一人ひとりの個別的な生活ケアや支援に切り替えが必要になっていました。

患者さんにどのように向き合い、理解し、病気による不安や緊張を受けとめ、その状態をどのように和らげるかということに焦点をあてた医療を提供できるようになりたいと日々考えておりました。同じような思いをもつ医師や看護師たち有志と毎週勉強会を開き、そこでの共感や同意が行動の大きな動機づけになりました。

—どうあるべきか、自問自答の日々だったのですね。長年勤める中で病院やご自身の仕事で変わっていくこともあったのではないのでしょうか。

林氏)ある精神科病院の不祥事をきっかけに、精神保健福祉に関する法改正が行われ、時代とともに入院中心から地域への流れが生まれました。そして、児童思春期病棟、訪問看護、救急病棟の開設や医療観察法の施行など精神科医療の変化が続きました。看護師も地域ケアを視野に看護することが一般化していきました。

私自身管理職を務めるようになって、経営状況の改善や制度改正、院内教育にも関わることがありました。その中で、『どうすれば当たり前のことを皆が当たり前に取り組めるか』を常に考えてきました。その想いが現在の看護局の理念や基本方針につながっていると思います。

—現在の看護局が『患者中心の質の高い信頼される看護』を理念とし、新人教育やキャリアラダーなどの継続教育システムを運営しているのは当時の想いが礎になっているのですね。貴重なお話を有難うございました。

今回お話を伺う中で、専門的な知識や技術の習得のようなテクニックのみではなく、どう患者さんと向き合うのか、看護師に限らずプロとしての姿勢の大切さを考えさせられました。



現在当センターではキャリアラダーの他にも積極的に院内研修を開催している(写真上)

地域ケアの一環として看護師もアウトリーチ活動に参加し地域支援者と直接意見を交わしている(写真左)

新型コロナウイルス院内感染対策への取組み



当センター正面玄関入口手前にアルコール消毒液を設置し、来院されるすべての皆さんに手指消毒のご協力をいただいています。



新型コロナウイルス感染対策として、外来受付にビニールカーテンを設置し、患者様と職員の接触を少なくするように努めています。

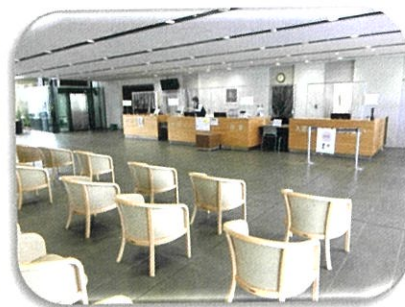
茨城県立こころの医療センター
感染対策委員会
感染管理認定看護師
梅津幸孝

新型コロナウイルス感染症が全国的に猛威を振るっています。今こそ更に気持ちを引き締めなおす良い機会です。

咳エチケットとしてマスクの着用はとても大事な感染対策です。同じように大事な感染対策があります。それが手洗いです。咳やくしゃみで飛び散ったしぶきを手で触り、口や鼻にもっていけば感染をしてしまいます。気付かないうちに手にウイルスが付着しているかもしれません。感染をする前に洗い流してしまいましょう。そして、手を洗った後はハンドクリームなどで手をいたわってあげてください。



当センター正面玄関入口では、来院されるすべての皆さんに検温のご協力をいただいています。



密接を避けるため、外来待合のレイアウトを変更し、可能な限りのソーシャルディスタンスを取れるような環境に変更いたしました。

「今年度のイベントに関してのお知らせ」

新型コロナウイルス感染症により、罹患された皆様に心よりお見舞い申し上げます。
現時点で新型コロナウイルスの感染終息の見通しが立っていないため、例年当センターで開催していたイベント(サマーコンサート・文化祭・クリスマスコンサート)を、今年は中止とさせていただきます。患者様はじめ地域の方々がいつも楽しみにしていただけにとても残念ですが、ご理解をいただきますようお願いいたします。

＜編集後記＞

今般当センターに勤務されていた林氏が叙勲の栄に浴され、当院としても大変名誉なことで、心よりお祝いを申し上げます。
こうした先人たちの想いがあって、今に引き継がれ、現在の病院運営に繋がっていることを思うと、感慨深いものがあります。
そして私達はそれに甘えることなく精進し、継承していく使命があると思います。
てっちゃん

茨城県立こころの医療センター広報誌 第56号
発行：福祉連携サービス部 地域医療連携室
発行者：堀 孝文
発行日：令和2年7月31日
〒309-1717 笠間市旭町654
TEL：0296-77-1151
FAX：0296-77-1739