



こころの風景 福祉連携サービス部長 中村
霞ヶ浦から富士山を望む

シリーズ こころの散歩道 vol.31

戦争について

5月にG7広島サミットが開催され、被爆地広島に核保有国を含むG7の首脳が集まり、平和記念資料館を訪れました。そして、ロシアの侵略と戦っているウクライナのゼレンスキー大統領が電撃来日し、会議に加わりました。テレビでは、平和が訪れた広島での祝祭的なサミットと、ウクライナの激戦地バフムトでの戦闘の映像が交互に流れていました。

『ひとはなぜ戦争をするのか』（講談社学術文庫）は、ノーベル賞を受賞した物理学者のアインシュタインと、精神分析学の創始者であるフロイトの往復書簡を載せた本です。国際連合（国連）の前身である国際連盟が、アインシュタインに誰でも好きな人を選んで、最も大切と思われる問いについて意見交換をすることを提案し実現しました。1932年のことです。この翌年、ヒトラー内閣が成立しています。

アインシュタインは「人間を戦争というくびきから解き放つことはできるのか？」とフロイトに問いました。彼は、戦争の問題を解決するためには、全ての国家が一致協力して一つの機関を作りそこへ立法と司法の権限を与えればよいと考えられるが、現実には遠く及ばない、平和が訪れてないのは人間の心自体に問題があるのではないかと、憎悪にかられ相手を絶滅させようとする欲求が潜んでいるのでは、と書きました。

フロイトはそのような本能が人間にはある、と答えます。人間には生を統一し保存しようとする欲動（生の欲動）と、破壊し殺害しようとする欲動（死の欲動）の二種類がある、だから世界から戦争がなくならないと。それでも戦争をなくす方法として、「死の欲動」に対抗する「生の欲動」に訴えることをあげます。たとえば「愛するものへの絆」、人とつながり合うことです。もう一つは「文化の発展」です。文化は欲動の発動を抑える働きがあり、人間は文化を獲得することで、知性の力が強くなり欲動がコントロールされるようになります。フロイトは、「文化の発展を促せば、戦争の終焉へ向けて歩みだすことができる！」と力強く結んでいます。

二人の知の巨人による、人間と戦争についての悲観的で楽観的なとても興味深い考察です。問題解決の鍵となる「文化の発展」についてはもう少し考えたいと思います。

茨城県立こころの医療センター病院長 堀 孝文

漢方薬ってなんだろう

～生姜や牡蠣がくすりになるの？～



日進月歩な現代医学の中、治療を補完するものとして中医学に期待が高まっています。

中医学とは紀元前2世紀頃から発展してきた中国の伝統医学のことです。中医学においては、経穴（いわゆるツボ）を針で刺激する「鍼灸（しんきゅう）」と、植物や鉱石などの素材で作られた生薬（しょうやく）を配合した「漢方薬」の治療があります。

今回はそんな「漢方薬」について、中村翼（らん）先生に説明していただきました。

Q1 生薬って何でしょう？

中国最古の薬学の書『神農本草経』には、およそ365種類の生薬が収載され、それぞれの特性、効能、使用方法が記されています。それらの生薬のうち2～10種類前後を組み合わせで作られるのが漢方薬です。

生薬には私たちの身近なものもいくつかあります。たとえばショウガの根茎は「乾姜（かんきょう）」という生薬で、手足の冷えを温めたり、咳や嘔吐を抑えたりする効果が期待されます。他にもキキョウの根やナツメの果実、牡蠣の貝殻などが生薬として用いられています。

Q2 「葛根湯」はどんな生薬でできているんでしょう？

世間でよく耳にする「葛根湯」には葛根（かっこん）、大棗（たいそう）、麻黄（まおう）、甘草（かんぞう）、桂皮（けいひ）、芍薬（しゃくやく）、生姜（しょうきょう）という6つの生薬が配合されています。背中のこわばりや発汗を抑えることが期待される「葛根」、胃腸の機能を整え体の痛みを和らげることが期待される「大棗」、発熱・頭痛・咳などを抑えることが期待される「麻黄」などが含まれています。

Q3 天然の素材であればとても安全でしょうか？

たしかに漢方薬には自然由来の生薬が用いられ、その効果と安全性は2000年以上にわたって高められてきました。しかし、自分の証（しょう；その時点での身体の状態）に合っていない漢方薬や、間違った服用方法、アレルギー反応などで副作用が生じる場合があります。また、過剰な摂取によって深刻な副作用が生じることも知られています。

これらの副作用を防ぐためには、医師や薬剤師によく相談し、指示された通りに服用することが重要です。

就任あいさつ



令和5年4月付で副院長を拝命いたしました水挽(みずひき)貴至と申します。周囲ののどかな風景とは裏腹に、精神科の中核病院として緊張感のある職場です。地域の方々、病院職員ならびに行政の方々とのコミュニケーションを大切に、協力してこの病院をより良いものにしていきたいと考えております。今後とも、皆様のご支援とご協力をいただきながら、この病院が地域の方々にとって頼りになる存在となるよう、全力で取り組んでまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



令和5年4月1日より看護局長に就任いたしました野尻陽子と申します。前局長より大役を引き継ぎ、重責に身の引き締まる思いです。

看護局の理念は「県の基幹病院としての役割と使命を自覚して患者中心の質の高い信頼される看護を提供する」です。医療や看護を取り巻く状況は大きく変わっており、私たち看護師に求められる役割も変化してきています。いま求められる精神科看護を、日々患者さんと共に考え、悩み、喜びを共有しながら提供していきたいと思っております。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

地域生活支援に力を入れていきます ～総合病院 国保旭中央病院の視察を通じて～

先日、精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築を実践されている総合病院国保旭中央病院の視察を行いました。病院見学と多職種での意見交換をさせていただき、病院の設備から実際の活動まで知ることができました。そしてそれらを参考に、当院では早速、患者さんが入院せずに地域で生活が続けられるための支援や、地域生活がより豊かになるための支援などを検討しております。例えば、訪問看護では必要に応じて看護師だけでなく、作業療法士や薬剤師、精神保健福祉士など多職種での訪問を試行的に始めました。



今後も検討を重ね、茨城県民のみなさまのニーズに沿った支援をお届けできるよう一同邁進してまいりたいと思っております。

質疑応答の中では、「支援者にとって、患者さんが地域で暮らすことにより元気になっていく姿を見ることは大切」などの話が印象的だった

外来スケジュール表

○ 初診・再診ともに予約制です

○ **初診予約**の流れ ※診療する医師の指定はできません

月初の診療日から翌月の予約の
電話受付を開始します
(受付時間：平日 10 時～16 時)



高校生以上の方：0296-77-1359
(精神科一般外来)



小学生～中学生の方：0296-77-1624
(児童・思春期外来)

○ **予約変更・キャンセル**について：下記の電話番号までお早めにご連絡ください

高校生以上の方：0296-77-1159 / 小学生～中学生の方：0296-77-1151 (代表)

(令和 5 年 6 月 1 日現在)

診療区分	月	火	水	木	金	土	日
精神科一般外来	堀	佐藤	堀	日向	佐藤	休診	
	中村(翼)	水挽	日向	米澤	中村(翼)		
	猪爪	中村(翼)	田口	影山	小松崎		
	米澤	田口	小松崎	兒玉	影山		
	大久保	大久保	影山	関	間中		
	間中	影山	青塚	南場	青塚		
	青塚	南場	兒玉	松本	佐賀		
	小川	高橋	白鳥	佐々木(絵)	袖山		
	関	妹尾	瀬山	田村(昌)	中村(恵)		
	佐賀			中村(恵)	佐々木(恵) (第2・4)		
児童・思春期外来		神	藤田	神	藤田		
		上月	神	米澤	米澤		
依存症関連問題外来			小松崎	中村(恵)	小松崎		
睡眠・覚醒障害外来	神林	千葉		神林			
	白井						
セカンドオピニオン			太刀川				

当院では新型コロナウイルス罹患後精神症状外来を開設しています

- ・かかりつけ医や罹患後外来実施医療機関で対応が難しい精神症状が見られた方が対象です
- ・問診や各種検査を通して治療方針を決定し、再度かかりつけ医へご紹介します
- ・罹患後外来で診察を受けるには、かかりつけ医からの紹介状が必要です

茨城県立こころの医療センター広報紙 第73号 発行：こころの医療センター広報委員会 発行者：堀 孝文
発行日：令和5年6月1日 〒309-1717 茨城県笠間市旭町 654 TEL：0296-77-1151 FAX：0296-77-1739