



浜家連 ニュース 10月号

第206号

平成29(2017)年10月1日発行

○発行人 特定非営利活動法人 横浜市精神障害者家族連合会
事務局 〒222-0035 横浜市港北区鳥山町1752番地
障害者スポーツ文化センター 横浜ラポール3階
電話 045(548)4816 FAX 045(548)4836
URL <http://hamakaren.jp/>

精神科拘束について

理事長 宮川玲子

9月8日に、Eテレの「精神科病院の身体拘束なぜ増加」という放送を観ました。

今年5月ニュージーランド人が拘束されて、10日後に心肺停止になり死亡した事件があった。肩、腰、手、足を身動きできないほど縛られ、オムツをさせられ、エコノミー症候群になったということだ。2年前に来日し、4月に兄の家で躁状態になり病院に行った。落ち着いているようだったが拘束された。そういう必要はないと言ったが暫く拘束するという。家族の面会だめ。ゴールデンウィーク中で医者がいなかった。その後意識が朦朧とし他の病院に移されたが2日後亡くなった。長時間動かなかったため血栓ができたためだ。



家族はひどいショックを受け、両親も泣いた。

こういった拘束は厚労省の調査では、1日1万人、ここ10年で2倍に増えているという。杏林大学の長谷川利夫氏によると、2015年の拘束は平均で96・2日(約3ヵ月)最長で1096日(約3年)にもなるというから驚きだ。呼びリンも無く、喉が渇いても誰も来てくれず、拘束を取ってといてもとってもらえない。弱ってしまっ、このままここにいたら殺されてしまうと言っていた。

斎藤環さんの話として、日本の精神医療は数10年遅れている。1歩間違えば虐待になってしまう。拘束しか方法が無い場合の基準が曖昧だ。地域差がある。入院したら拘束ありきの所もある。医者も殴られたりした経験があると、異常者と決めつけ対話の努力をしない。病院側も夜勤で1人が20人も見ている。医者は3分の1、

看護師は3分の2で良いという精神科特例のため、人手が足りないという実態がある。

暴力を振るわれない対話の試みが必要だ。急性の人を皆で共有する。(2~3人でも)拘束の方が4~5人がかりで時間が掛かる。拘禁される恐れがあると患者も興奮してしまう。

改善する方法として、拘束しても次のことが必要だ。

- ① 常時付き添いが居る。(拘束している間に対話を続ける)
- ② 拘束時間の上限を設定する。(国際的には4時間まで)
- ③ 本人の権利擁護の法制化が必要。

この番組の中で拘束ベルトを観た時は驚いた。すごくガッチリしていて、これで拘束されたら身動きできずパニックになってしまいそうだ。それを3カ月もなどは考えられない。家族も暴れられたり、自殺の恐れがある場合など、仕方がないと思うのだろうが、面会謝絶になって、実態が分からないのが問題だ。家族は入院したら治るものだと思う。病院は患者のために最善の努力をして欲しい。

7月19日に、長谷川利夫先生が呼びかけ人代表になって「精神科医療の身体拘束を考える会」を発足させた。今後は安易な身体拘束をなくしていくために、類似例の掘り起こしや厚生労働省に申し入れを行うなどの活動をしていくということだ。

浜家連でもなんらかの行動を起こすべきか審議中ですが、単会でも話合っ欲しい。

浜家連の動き

.....



5月から浜家連研修会が始まりましたが、10月～11月にかけて浜家連研修会、ブロックフォーラムなどの行事が数多く開催されます。チラシやホームページで詳しくお知らせしますので、お誘い合わせてご参加下さい。また29年度 家族学習会も開催されます。

開催日	行事名(内容・テーマ)	講師
10月7日(土)	第23回市民メンタルヘルス講座 1日目 マインドfulness	川野 泰周 先生
10月15日(日)	第23回市民メンタルヘルス講座 2日目 うつ病について	菊池 俊暁 先生
10月20日(金)	浜家連研修会 第4回 後見人制度について	菊地 哲也 先生 安中 真理 氏
11月16日(木)	浜家連研修会 第5回 就労支援について	木村 志義 氏
11月18日(土)	Aブロック市民精神保健福祉フォーラム(担当:白梅会)	高森 信子 先生



【29年度 家族学習会の開催】

担当単会名(区)	開催会場	開催時期	開催曜日 開催日時
いずみ会(泉区)	横浜いずみ中央地域 ケアプラザ1階	9月25日～11月18日	いずれも土曜日 13:30～16:30
たちばな会(保土ヶ谷区) もみじ会(西区)の2区合同	かるがも3階 多目的研修室Ⅱ	10月7日～11月11日	いずれも土曜日 13:30～16:30
みどり会(緑区)	緑区 生活支援センター	12月6日～2月24日	いずれも土曜日 13:30～16:30
みなと会(中区) みなみ会(南区) なぎさ会(磯子区)の3区合同	不老町ケアプラザ (変更の場合あり)	1月21日～3月18日	いずれも日曜日 13:30～16:30

平成29年度 Cブロックフォーラムが開催されました

◆市民精神保健福祉フォーラム(Cブロック)報告◆ のぞみ 平野 章夫

- ・日時:平成29年9月9日(土) 13:30～16:00
- ・場所:鶴見公会堂 ・参加者:344名
- ・内容:1部 ミュージックベルの演奏
(鶴見大学附属中学校・高等学校ブルーベル・アンサンブル)
- 2部 講演「精神科医療の最近の動き
～家族はどのように向き合ったらよいか～」



[講演の概要]

(精神科医療の流れ)

- ・100年前は私宅監置(自宅に専用の部屋)の時代。50年前の昭和30年代に精神科病床が増加。60年前にはじめて抗精神病薬ができ、20年前に生活に不利益のない薬が出て多剤薬物療法(鎮静化)が中心になった。
- ・現在は、入院医療中心から地域生活中心への

方向になっている。入院治療はあくまで一過性のもので、自宅を中心に、その人がより良く生きるため、その人らしい人生を取り戻す(リカバリー)ことが医療の目標になる。薬は単剤化へ向い、コンプライアンス(服薬順守)からアドヒアランス(患者が主体的に薬の選択に関わる)へと変わってきている。

- 最近の精神科医療の在り方は医師と患者の1：1の関係から、治療方針の決定に関して目標を共有して、チームとして共に力を合

(リカバリー)

- 患者の多くは、回復の次の一步として就学・就労—経済的自立を挙げている。それは自己実現—自立を目指して生きていくことを目標とすること。
- マズロー（アメリカの心理学者）の自己実現理論によれば、欲求には5段階がある。人間

(SDM)

- SDMとはシェアードデシジョンメイキング（Shared decision making）の略称。医師と患者の関係において、医師が患者に治療方針を押しつけることもなければ、患者が医師のすすめを無視して治療方針を選ぶこともない。お互いは対等なパートナーであり、どちらかが優位ということはない。決められた方針に従った結果についての責任は、医師と患者の双方が担うことになる。

(家族)

- チーム診察は、家族も含めて行う。家族は精神科医療チームの強力な仲間で、精神障害治療には家族の正しいかかわり方が大切となる。
- 家族が病気や治療についての理解を深める

[感想]

- SDMのチーム診療の考え方は、ACT（包括的地域生活支援）やオープンダイアログ（開かれた対話）と共通のものがあると思った。ただし、個人病院へ通う患者は、このような診療を受けられるのだろうか、また国の厚生施策に、このような診療を推進するものはあるのだろうか、と疑問に思った。
- フォーラム開催にあたっては鶴見区福祉保健センター、鶴見区精神障害者生活支援センターを始め、多くの皆様に協力をいただきました。また、家族、福祉施設など多数の方がご来場いただきました。感謝申し上げます。

わせて活動するSDM（協働的意思決定）モデルが取り入れられてきている。

の欲求は5段階のピラミッドのように構成されていて、低階層の欲求が満たされると、より高次の階層の欲求を欲するとされる。

①生理的→②安全→③愛と所属→④承認→最後に、⑤自己実現（自分の能力を引き出し創造的活動がしたいなど）が生まれる。

- 治療の仕方は、チーム医療カンファによるチーム診察に変わってきている。医師、看護師、作業療法士、心理士、薬剤師、医療ソーシャルワーカーなどの専門職が、分野の枠組みなどを乗り越え、お互いに連携して、チームを組む。患者に対してベストな治療やケアなどの支援方法を話し合い、患者中心の医療を実現しようというもの。

場としての「家族教室」や病気が家族にもたらず苦しみや悩みを同じ立場で話し合い、お互いに交流する「家族会」の役割が大切となる。

お詫びと訂正

浜家連ニュース9月号で紹介しました新横浜障害年金相談センター（社会保険労務士法人 ポラリス・コンサルティング）の電話番号及びFAX番号が誤っていました。お詫びして訂正いたします。

（誤）相談電話：045-594-8857 FAX：045-594-8864

（正）相談電話：045-594-8864 FAX：045-594-8858



家族に知ってほしいこと（その2）

埼玉もくせい家族会 岡田久実子

大切なこと3 自分が変わる

よく『社会的偏見』という言葉を目にしますが、その実感はどこにあるのでしょうか？ それは漠然とした感覚であり、実感は見る事ができません。精神疾患・精神障がいをかかえて苦しんでいる大切な人のために、今できることは何か・・・、そう考えた時「社会はどうであっても、せめて私だけは理解者でいよう、味方でいよう」と苦しまぎれではあったのですが、そう決めました。その気持ちを維持するために、さまざまな情報を得て、学んでいくと、自分自身の中にある「偏見」に気づくようになりました。

「偏見」は社会という漠然としたではなく、**私自身の中にあるのだと気づいたときから、**

気持ちが楽になりました。なぜなら、私自身が変わればいいのだから・・・。

家族である私自信が

「病気のあなたでいい」

「精神障がいがあってもだいじょうぶ」

そのような気持ちで本人に対応するようになると、何より本人が、安心して自分自身の状況を受け入れられるよう変化していきました。

相手を変えようとして、多くのエネルギーを注ぎこむことより、学びや語り合いを通して自分自身を変えることが、本人の回復への近道であると、私自信の体験から確信しています。

☆☆

◆夏苅先生の新刊本ができました◆

タイトル 『**人は人を浴びて人になる**』
 一心の病にかかった精神科医の人生を
 つないでくれた12の出会い—
 サイエンス出版 1,620円（税込）



☆☆

◆イベントのお知らせ◆

§ 第23回市民メンタルヘルス講座 §

日時 平成29年10月7日（土）・15日（日）[2日間]
 両日とも 13:30~16:00（開場13:00）

内容 10月 7日（土） =1日目=
 ~マインドフルネス~
 講師 川野 泰周 先生
 （僧侶、RESM 新横浜睡眠呼吸
 メディカルケアクリニック副院長）

10月15日（日） =2日目=
 うつ病について ~サインに気づく~
 講師 菊地 俊暁 先生
 （一般社団法人 認知行動療法研修開発センター 理事）

場所 横浜市健康福祉総合センター4階ホール



【編集後記】3連休というのに台風17号が大きな被害を残して通り過ぎた。九州、四国、本州、北海道と縦断したのは初めてとの事。近年、予想できない自然現象が多いように思う。地球46億年に比べ、人類が持っているデータがあまりにも少ないということか。（事務局 中居）