

こころの風景 水挽副院長コレクション

シリーズ こころの散歩道 vol.36

花粉症

春らしくなり気分も明るくなってきたでしょうか。それとも花粉症で憂うつでしょうか。鼻が詰まって夜眠れない、くしゃみや鼻水、目がかゆい、とつらいですね。日本人の約4割が花粉症ともいわれています。厚生労働省はアレルギー疾患対策基本法により、花粉症についても対策をたてています。

まず、発生源対策としてスギ人工林の伐採や花粉の少ない苗木の開発など、飛散対策は AI を活用した飛散予想など、発症・暴露対策は免疫治療薬やスギ花粉症緩和米の開発などです。スギ花粉症緩和米？どんなお米でしょうか。農業・食品産業技術総合研究機構によれば、毎日そのお米を食べると、スギ花粉に対する減感作治療になるお米だそうです。減感作治療？どんな治療でしょうか。これは花粉症の原因のアレルギーや免疫についての理解が必要そうです。

私たちの体には、ウイルスなどの異物を排除する免疫という仕組みがあります。異物を抗原といい、その抗原に結合し排除する物質を抗体といいます。花粉が鼻に入ると、異物＝抗原と認識して抗体が作られます。抗体は肥満細胞の表面で花粉に備え、次に花粉が来た時には抗体が結合し、肥満細胞から炎症を起こす化学物質が出ます。この化学物質が、くしゃみや鼻水を引き起こして、花粉を鼻の外へ押し出すのです。自分の身を守るための仕組みが強く働きすぎて、自分の体に優しくない残念な結果が花粉症と言えます。減感作治療とは、徐々に抗原に慣れさせて、最終的にはアレルギーが起こりにくい体質に変える治療で、抗原を数年かけて少しずつ増やしながら注射するそうです。注射は大変ですから、遺伝子組換え技術で抗原の一部が含まれるお米を作って、それを食べて減感作するのです。

免疫が強すぎる影響は、コロナ感染症でも指摘されています。コロナの症状が治まったあとに気分の落ち込み、不安などの精神的な不調が長期に続く人がいるという報告があります。ウイルスが、脳の中で炎症を起こす物質を作る免疫細胞（ミクログリア細胞）を活性化させる可能性が原因として指摘されています。花粉症で憂うつになるのも何か脳の中にその理由があるのかもしれない。

茨城県立こころの医療センター病院長 堀 孝文

精神科病院への入院 ～精神科の入院ってどうなってるの?～



精神科の病院へ入院するときは、より患者さんの人権が守られるように法律で定められています(精神保健福祉法)。病気の症状によって調子が悪く、患者さん本人から入院の同意が得られないけれども、どうしても入院治療が必要なときはどうしたら良いでしょうか。

精神科病院の入院の仕組みについて精神保健指定医を目指している西田先生にお話を伺いました。

Q 1. 入院の種類はどんなものがあるの?

精神科の病院では、精神保健福祉法という法律に基づいた入院が行われます。また入院の種類はいくつかあります。大きくは2つに別れていて、患者さん本人の同意による自発的な入院(任意入院)か、本人の同意によらない非自発的な入院(医療保護入院、措置入院など)です。医療保護入院の場合、本人以外の入院に同意する人は患者さんのご家族だったり、市町村長だったりします。

Q 2. 誰が非自発的入院が必要かどうか判定するの?

では、入退院に関して判定する人が必要です。それを行うのが「精神保健指定医」です。精神保健指定医は、患者さんの人権に配慮した適切な精神医療を提供することが求められます。精神保健指定医になるには「5年以上の医師としての診断・治療経験があり、3年以上の精神障害の診断・治療経験と一定の症例経験もあり、必要な研修を修了した医師のうち厚生労働大臣に指定される」ことが必要とのことです。

Q 3. 入院治療が必要なさそうな場合は、どのような治療選択肢があるの?

精神疾患の診断後、患者さんには入院だけでなく、外来治療、デイケア、訪問看護など多様な治療選択肢があります。これらの選択肢は、患者さんの病状、生活環境、個々のニーズに応じて選ぶことができ、可能な限り患者さんが日常生活を継続しながら治療を受けられるように配慮されます。

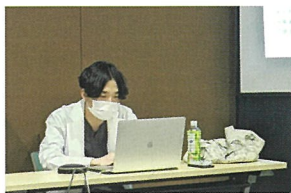
ひきこもりの実情と対応の仕方について

今年2月7日、「ひきこもりの実情と対応の仕方について」の公開講座をオンライン形式で開催しました。

新型コロナウイルス罹患後にひきこもりになる人が増加しています。また、ひきこもりとなる人には精神疾患が併存しやすいとされています。しかし現状では、ひきこもりへの支援としてアウトリーチが十分に行われていないケースが多く、対策強化が必要となります。

今回は、ひきこもりに困っている人に対して必要な支援と、当院で行っているアウトリーチ活動について、実際にひきこもりへ対応した3つの事例を紹介しました。

画面上の参加者へ語りかける小川医師

常磐大学学生による
病院見学会が行われました

今年3月、社会福祉士を目指す常磐大学人間科学部現代社会学科の学生による病院見学が行われました。資格取得に向けた地域実習の際に、精神疾患をもつ方と接する機会があり、精神科医療への関心を持ったとのこと。そのような学生たちの希望から、今回の病院見学が実現しました。

病院見学では院内の紹介に加えて、入院から退院後までの支援の流れについて説明し、ソーシャルワーカーが様々な職種や多くの関係機関と連携をしながら、患者さんの生活や治療を支えている実際に触れていただきました。



地域連携のあり方を考える

5年ぶり

～こころの医療連携会議合同集会 開催～

当院では「地域に開かれた中核病院」を目指し、連携のあり方を考える場として「こころの医療連携会議」を近隣6市町において実施しています。

今年2月に近隣6市町の関係機関が集い、広域での情報交換や交流を目的に、当院にて5年ぶり3回目となる合同集会が行われました。

今回は「連携による介入」をテーマに、石岡市・茨城町より事例提供いただき、受診を拒む患者さんへの対応などについて意見が交わされました。「これ！」という解決策を導き出すことは難しくとも、互いの立場や考えに触れる貴重な機会となりました。会の最後には、各市町の「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」構築についても、ともに取り組んでいくことを共有しました。



6市町より42名の参加がありました

精神科ネットワークで
迫る法改正を乗り越えろ！

～精神科ネットワーク実務者会議 開催～

令和5年・6年度の精神保健福祉法改正では、患者さんの人権により配慮し、地域生活への移行を促進する方向性が示されました。

今年2月に開催された精神科ネットワーク実務者会議では、この法改正のポイントを県障害福祉課から説明いただき、現場で困るような場面を想定しグループワークを通して意見交換を行いました。実務で活躍される参加者各々の知識や経験などから、患者さんの地域移行が円滑に進められるような学び合いの機会をもつことができました。

【4年半ぶりの対面開催でした！】

ウェブ開催の
メリットも
あるかも！

交流が深まり
やすい！



参加者からは様々な感想が寄せられました

外来のご案内

- 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 6 年 4 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	水挽	佐藤	休診	
	関	水挽	佐々木(絵)	関	水挽		
	五味	大久保	小松崎	佐々木(絵)	五味		
	間中	影山	影山	松本	間中		
	佐賀	田口	日向	米澤	佐賀		
	大久保	久保田	兒玉	影山	小松崎		
	久保田	南場	田口	日向	影山		
	山口	高橋	白鳥	兒玉	袖山		
	小川	妹尾	瀬山	南場	佐々木(恵) (第2・4)		
		神		田村			
児童・思春期外来		上月	藤田	松本	藤田		
		米澤	神	米澤			
				神			
依存症関連問題外来			小松崎	中村	中村		
					小松崎		
睡眠・覚醒障害外来	神林	千葉		神林			
	白井			岩渕			
	大久保(第2・4)						
セカンドオピニオン			太刀川				

茨城県立こころの医療センター広報紙 第78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6年4月1日 〒309-1717 茨城県笠間市旭町 654 TEL：0296-77-1151 FAX：0296-77-1739