THE PROFESSIONAL ザ プロフェッショナル
Vol. 21

東邦大学

東邦大学医療センター佐倉病院　メンタルヘルスクリニック

産業精神保健・職場復帰支援センター長　小山（こやま）　文彦（ふみひこ）

うつ病等をかかえた方の職場復帰を多職種で支援し、働く人のメンタルヘルスに関する研究・開発、普及に取り組んでいます。

2017年7月1日発行

当院では大学医療機関・総合病院として全国に先駆け、2007年10月からうつ病を患った方へのリワーク・プログラムを導入し、地域におけるうつ病リワークの中核的な役割を果たしています。当センターのプログラムが現在の安定した形になるまでには、多職種による検討を重ね、さまざまな病態の人たちを一律に一種類の治療プランに組み込む無理がなく、認知行動療法(Cognitive behavioral therapy: CBT）の適応や職域との連携についても、そのニーズに応じたメニューを施せるように努めています。利用者の皆様方には安心してご活用いただき、医療関係者の皆様にはご指導、ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

リワークとは？

リワークとは、「Return to Work」の略で「再び仕事に戻る」という意味であり、メンタル関連疾患等で休職中の方のための職場復帰を支援するプログラムのことです。当センター（デイケア）では、メンタル関連疾患を抱えておられる休職者の方が自信を取り戻し、円滑な職場復帰、再発のリスクをできるかぎり抑えながら職業生活を送れるように、医師や事業場と連携し、様々なプログラムを通して支援を行っています。当院におけるリワークの目的は、1. 職場復帰のためにバランスのよい生活習慣を回復する、2. 職業生活継続に向けて再発防止のための支援を行う、3. メンバー同士の交流を通して互いに助け合う、こととなります。

当院リワーク利用の４つのメリット

1. 生活リズムが作りやすい
- 通所を継続することで、職業生活に合わせた生活リズムに戻していける
- 「家の中での休養」から「外に出る」第一歩を踏み出せる

2. 復帰のタイミングが見えやすい
- スタッフによる客観的評価
- 回復の度合いが参加していく過程の中で見えてくる

3. 復職後のセルフケアについて学べる
- 「再発防止」が最終目的
- メンバーとのディスカッションの中で「うつ」との向き合い方、今後の働き方のビジョンがわかる

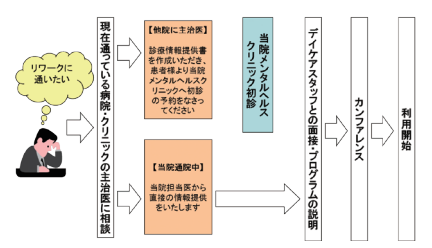
4. 似た経験を持つ人たちとの出会い
- 気持ち、思いのわかちあい
- メンバーと交流することで「社会性の感覚」を取り戻していくことができる

産業精神保健・職場復帰支援センター（デイケア）の特徴

多彩なプログラムで段階に合わせた利用が可能
- 再発防止を見据えたプログラム構成
- フィジカル面、メンタル面、ソーシャル面からアプローチするプログラム

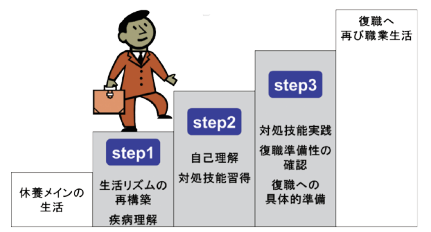
多職種によるスタッフの多角的な支援
- 様々な専門性を持つスタッフがご本人とかかわり、多角的・総合的な復職準備性の評価が可能

事業場と連携し、スムーズな職場復帰をサポート
- ご本人を中心とした、事業場と医療のネットワーク作りをサポート
- ご本人・事業場双方が納得した形での復職を目指す



デイケア利用開始までの流れ

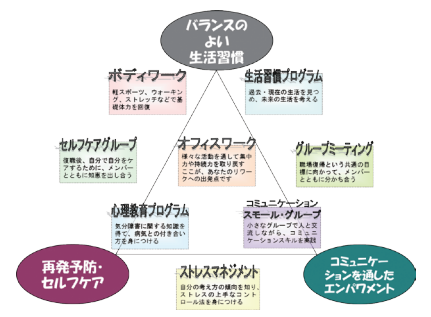
休職し休養をメインとする生活と、再びストレスがかかる職場に戻る職業生活の間には、かなりのへだたりができている場合も少なくありません。そこで、当院のデイケアでは、その大きなへだたりのある休養生活と職業生活の間に、ステップをいくつか設け、そこまでの間を登りやすくさせる工夫をしています。



産業精神保健・職場復帰支援センター（デイケア）利用の３ステップ

診療実績

2016年度の利用者数は86名（男性72名、女性14名）、2007年10月の開設から現在までの総利用者数は、延べ5,092名にのぼります。総利用者の平均年齢は41.6歳、地域別には佐倉市からの利用者が総数の1/4以上を占めますが、船橋市・八千代市・成田市からの需要も高まってきています。疾患別には、うつ病等の気分障害が全体の70%以上となっています。2016年3月末時点で終了した51名の利用者においては、復職を達成した方は36名(72%）となっています。



当院リワークにおけるプログラム

メンタルヘルスクリニック	月	火	水	木	金	土
勤労者メンタルヘルス外来			桂川（第2・4午後）	小山（第2・4午前）	平（第2・4午前）	
認知症外来	小川（午前）					
オベシティ外来	加藤（午前）			林（午後）		

※メンタルヘルスクリニック（初診）は完全予約制ですのでお問い合わせください。
※当院受診の際には、できる限り紹介状をご用意ください。

診療についてのお問い合わせ先
医療連携・患者支援センター
月～金曜日　9:00～17:00　土曜日(第3土曜日除く)　9:00～13:00
TEL 043-462-8770　FAX 043-461-2721

発行 広報委員会・東邦佐倉会事務局　〒285-8741 千葉県佐倉市下志津564番地1 / TEL:043-462-8811㈹ / FAX:043-462-8820㈹ / URL http://www.sakura.med.toho-u.ac.jp

THE PROFESSIONAL ザ プロフェッショナル
Vol. 21

東邦大学
東邦大学医療センター佐倉病院　メンタルヘルスクリニック
教授　桂川（かつらがわ）　修一（しゅういち）

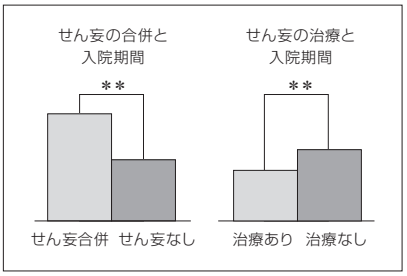
地域社会での生活を重視して、患者さんと支える人たちが参加できる精神科・心療内科の診療を目指しています。

2017年7月1日発行

東邦大学医療センター佐倉病院に、精神科デイケアが開設したのは2007年10月です。産業精神保健・職場復帰支援センターとして、メンタルヘルスクリニック前教授の黒木宣夫教授が兼任してきましたが、昨年から小山文彦臨床教授がセンター長を務めております。また、2013年7月からは認知症疾患医療センターの指定を受け、神経内科榊原教授と共に認知症専門外来を設けて活動しています。

コンサルテーション・リエゾン活動

当院の身体各科で入院している患者さんに生じる様々な精神科的問題に対応する活動です。昨年度は166件の依頼がありました。当科の医師とソーシャルワーカーによるチームで病棟に往診し、治療にあたっております。リエゾン活動で求められることは、せん妄、抑うつ、認知症への対応が多く、当院においても高齢の入院患者が多いことを背景として、このような傾向が認められております。なかでもせん妄の発見と早期の治療介入は在院期間短縮化と合併症予防に重要となっております(図1、図2)。



**：p<0.01

図1　せん妄と在院日数
(町田いずみ：ツールを活用したせん妄患者のマネジメント．薬局 56, 2005 より引用)

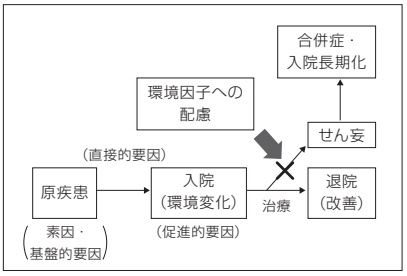


図2　せん妄と環境因子
(藤原修一郎：せん妄患者に影響をおよぼす環境因子．薬局 56, 2005 より引用)

精神科・心療内科外来

当院は精神科病床を持たないため、外来を中心に診療を行っております。2016年度は初診495名、再診2,550名、計3,045名の患者さんの受診がありました。受診患者さんの男女比は男性43%、女性57%で女性がやや多くなっていました。受診者の年齢層では、40から49歳までの年代が21%で、次いで70から79歳までの年代が18%、三番目には50から59歳までの年代と60から69歳までの年代がどちらも15%となっており、思春期・青年期の受診はやや少ないものの、幅広い年代が受診されています。受診される患者さんの病名では、うつ病などの気分障害が38%、不安障害などの神経症圏障害38%がそれぞれ多く、認知症などの器質性障害が7%、統合失調症とその近縁の障害が10%、その他7%となっており、うつ病や不安障害の患者さんの受診が多いことがわかります(図3)。当院はうつ病患者さんを対象とした職場復帰訓練のデイケアを実施していますので、参加をご希望される方は、主治医、産業医あるいは保健師からの紹介状を準備して勤労者専門外来を予約してください。

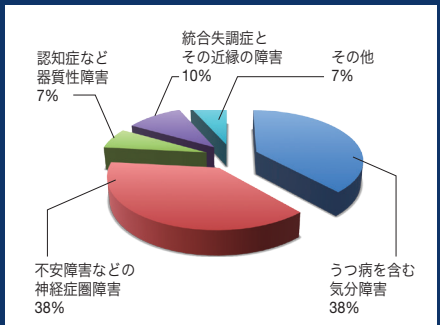


図3　外来患者の診断分類(n=2,950)

認知症専門外来

毎週月曜日に専門医による認知症専門外来を開設しております。画像検査等を用いて、認知症の初期診断にあたりますが、BPSDとよばれる認知症の周辺症状である幻覚・妄想、徘徊、介護への抵抗といった問題行動の解決の治療や相談にも応じております。

オベシティ外来

当院は糖尿病内分泌代謝内科、消化器外科、栄養部、リハビリテーション部、看護部といった多職種協働による肥満治療を推進しており、メンタルヘルスクリニックもその活動の一翼を担っております。肥満外科治療を受ける患者さんの術前評価について臨床心理士による心理検査と心理アセスメント、精神科的には抑うつ、不安焦燥などの症状や、病態の理解について診察を行い、必要な患者さんには術後のアフターフォローを行っております。

集団認知行動療法

3名の臨床心理士による集団認知行動療法を毎週水曜日午後に行っています。認知行動療法はうつ病の標準的な精神療法として知られていますが、この病気に限らず私たちの生活の上で感じるさまざまなストレスへの積極的対処能力を磨く方法として効果が認められております。10回のセッションを1クールとしていますので、このプログラムへの参加を希望される方は、外来担当医と相談の上予約をお取りください。

メンタルヘルスクリニック	月		火		水		木		金		土
午前（初診予約制）	桂川	林	桂川	小山	加藤	山本	小山	林	桂川	林	桂川
	加藤		林	松崎	根本	砂川	加藤	青嶌(第1)	加藤	山本	加藤
							根本(第2・4)		平	五味	山本
午後（初診予約制）	山本		桂川	小山	加藤	山本	小山	林	桂川	林	
					砂川		加藤		加藤	山本	
									柳川(第4)		

診療についてのお問い合わせ先
医療連携・患者支援センター
月～金曜日　9:00～17:00　土曜日(第3土曜日除く)　9:00～13:00
TEL 043-462-8770　FAX 043-461-2721

発行 広報委員会・東邦佐倉会事務局　〒285-8741 千葉県佐倉市下志津564番地1 / TEL:043-462-8811(代) / FAX:043-462-8820(代) / URL http://www.sakura.med.toho-u.ac.jp