

家族の語り場 [かわら版]

ご挨拶

新型コロナウイルス感染拡大により、当院での「家族の語り場」は現在中止させていただいております。今後の開催についても未定ではありますが、ご家族様への支援について何かできないかと考え、かわら版を配信させていただくこととなりました。ご家族の方々に限らず、治療をされている患者様もお役にたてれば幸いと存じます。

幻聴・幻覚があるというが、どうしたらいいの？

(看護師より)

ご家族から見て、ご本人の幻聴などの症状に「どうしたらいいの?」「これでいいのだろうか?」と思う状況があると思います。いろいろ試しても状況が変わらないこともあれば、より不安定な状態になってしまった経験もあるかと思えます。何が正解で、何が不正解なのか? 今の対応でよかったのか? と思うことはありませんか? 本人の立場になって考えると、幻聴などの幻覚症状は辛いことです。まずは、ご本人の気持ちをそのまま聞いてみてはいかがでしょうか? ご本人は話せたことでスッキリすることもあり、自分自身で思考を整理することもできるかもしれませんね。否定するのではなく、気持ちに寄り添う姿勢で対応することで、落ち着くこともあるようです。頓服薬の服用もおすすめしますので、主治医と相談して対処方法を決めておくこともよいでしょう。

リハビリをしたいが、何をしたらいいのかわからない!

(作業療法士より)

リハビリテーションの活動の場として、デイケア、地域活動支援センター、各種事業所などがありますが、自宅も立派なリハビリテーションの場です。

掃除や家事などをすることで、日中の活動する時間も増えて、生活リズムが整うことにつながります。寝ていることが多い人は、テレビや雑誌を見るなど興味をもてることから始めてみるのもいいですね。また、軽い運動をすることは体にも良いことなので、精神面でも落ち着く方もみえます。運動を行うことで生活の質を上げたり、ストレスの軽減にも効果があるという方もいました。

継続的に運動すると症状が改善されたり、社会復帰にもつながります。運動や家事、好きなことなどを、無理なくできることから始められると良いですね。まずは、散歩などしてみてもいいでしょうか?

【スタッフより】

今回は、看護師・作業療法士・精神保健福祉士より、コメントさせていただきました。入院中に対応させていただいた経験などから、一部を紹介させていただきました。関わりの方法は個性がありますので、うまくいかないかもしれませんが、ご参考にはいかがでしょうか。

制作：家族の語り場グループ

退院後に利用できる社会資源

(精神保健福祉士より)

皆さん社会資源という言葉に聞き馴染みはあるでしょうか? 社会資源とは、人が生活を送っていく上で生まれるニーズ(需要)を充足する、知識や技術、存在(地域、家族、病院、専門職など)の総称です。

退院後の生活には、再入院を繰り返さず、地域でその人らしい生活を送るために多岐に渡るニーズが生まれると思います。お金のこと、薬のこと、住まいのこと、制度のこと…。しかし、退院後利用できる(したい)社会資源にはどのようなものがあるか、一般常識的に浸透しているかということ、少し疑問です。日常生活の中で関わる機会は少ない分野かと思えます。

当院には医療福祉相談室・地域連携室という2つの相談窓口を設けております。

医療福祉相談室では社会資源について情報提供させていただくことができます。来所していただくか、お電話での対応も可能です(医療福祉相談室 Tel:059-345-9023)。

地域連携室では入院に関する相談を主に取り扱っております(地域連携室 Tel:059-340-3900)。

入院中の方に関しては、各病棟に担当の精神保健福祉士が在席しております。お気軽にご相談ください。

最後に、当事者家族の皆様は、本人にとって何よりの社会資源になりえる存在です。皆様と笑ってお会いできることを楽しみにしております。