

## 医療救護班「心のケアチーム」活動報告

精神医学講座 今井 眞

3月11日に発生した東日本大震災に関連した医療支援の一環として当院の「心のケアチーム」は、4月6日から10日まで新潟経由で福島市と伊達市に出向き、精神保健・医療活動を行いました。

チームは当院からの医師1名、看護師2名、事務1名に滋賀県および現地の保健師2-3名が加わり、福島市にある県北保健所を拠点として1日に2ヶ所、3日間で計6ヶ所の避難所（対象者数460名）を訪問しました。避難所は公民館や体育館、大学の合宿施設に設置され、概ね穏やかな雰囲気のもと、インフルエンザに罹患した被災者は別室に集めるとの配慮もされていました。

具体的な診療活動として、主に看護師は各被災者のもとに出向いて睡眠や体調について声をかけて必要に応じて医師につなげる役割を担当し、医師は被災後に急性ストレス反応を呈したり、通院先の被災により治療が中断した患者の診察を行いました。処方に至る診察を行った症例は計5例あり、内訳は不眠、不眠と悪夢、うつ病の再燃、アレルギー性鼻炎、降圧剤の継続処方でした。精神科医としての対応が必要なケースが少数であったのは既に重篤なストレス反応を呈した患者が適切な通・入院先に割り振られていること、巡回する各科の医師から精神安定剤が処方されていたこと、福島市の医療のインフラが概ね機能していることとともに、被災地から離れているため過酷な光景に出会う機会が少ないことなどが考えられました。一方で、震災と原発の事故から4週間を経過して休み無しに働く現地の支援者や病床数を超過して診療活動にあたる周辺地域の医療関係者の過労・疲弊とそれに対する精神的ケアが課題と思われました。

現地の放射線量は毎時約2μシーベルトと通常時の約50倍であり、3日間の滞在では健康被害としては問題にならないレベルでしたが、4月7日深夜には余震があり、震度5強の長くゴツゴツとした揺れとともに停電し、今災害の過酷さの一端に触れて身の縮む思いでした。

今後の医療支援先としての避難所は二次避難により徐々に縮小されつつあり、後続チームの活動においては、各地域における遷延するストレス反応、アルコールや薬物依存への対応や現地の医療機関の復興援助等、支援の形態も変わっていくものと思われま



出発の様子



案内ビラ（霊山中央公民館）



現地での活動