

テーマ：メンタルヘルスについて

Question

コロナ禍において、長時間労働に伴う医療従事者の心身の不調を危惧しています。特に、強いストレスに長時間さらされることで起こりやすいメンタルヘルス不調での休職や離職を防止するにはどのようにすればよいでしょうか。

Answer

メンタルヘルスケアの基本的な考え方

まず、ストレスチェック制度を含めた医療機関内におけるメンタルヘルスケアを積極的に推進するとともに、衛生委員会等において十分調査・審議を行い、「心の健康づくり計画」や「ストレスチェック制度」の実施方法等に関する規程を作成します。

その実施に当たっては「ストレスチェック制度」の活用や職場環境等の改善を通じて、メンタルヘルス不調を未然に防止する「一次予防」、メンタルヘルス不調を早期に発見し、適切な措置を行う「二次予防」及びメンタルヘルス不調となった医療従事者の職場復帰支援等を行う「三次予防」が円滑に行われるようにします。

また、これらの取組においては教育研修・情報提供を行うことで「4つのケア」を効果的に推進し、職場環境等の改善、メンタルヘルス不調への対応、休職者の職場復帰のための支援等が円滑に行われるようにします。

4つのケアとは

- ① 本人によるセルフケア（ストレスやメンタルヘルスに対する正しい理解、ストレスチェックの活用など）
- ② 管理監督者によるラインケア（職場環境等の把握と改善、職員からの相談対応、職場復帰支援など）
- ③ 産業医、衛生管理者等の院内産業保健スタッフ等によるケア（具体的なメンタルヘルスケアの実施に関する企画立案、個人の健康情報の取扱い、院外資源とのネットワークの形成やその窓口など）
- ④ 医療機関外の機関、専門家等の院外資源によるケア（情報提供や助言を受けるなどサービスの活用など）

メンタルヘルスケアについての具体的な進め方

上記、4つのケアが適切に実施されるよう、院内の関係者が相互に連携し、以下の取組を推進します。

- ① メンタルヘルスケアの教育研修・情報提供（管理監督者を含む全ての医療従事者）
- ② 職場環境等の把握と改善（メンタルヘルス不調の未然防止）
- ③ メンタルヘルス不調への気づきと対応（早期発見と適切な対応）
- ④ 職場復帰における支援（休業から復帰までの標準的な流れを明確にする職場復帰支援プログラムの策定など）

まとめ

医療機関がストレスを軽減するための方法等の研修を実施するなどにより、医療従事者・管理監督者は自らのストレスについて理解し、メンタルヘルス不調者となることを未然に防ぐことができます。

部下の「いつもと違う感じ」を管理監督者がいち早く把握することがメンタルヘルスケアのカギになります。

※かいぜんサポートナビ第30号でも、ストレスチェックなどの関連情報をお知らせしていますので、併せてご参照ください。

参考：こころの耳 働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト <https://kokoro.mhlw.go.jp/>

こころの耳

検索

無料

お困りのことやご不明な点などがございましたらお気軽にご相談ください！
社会保険労務士と医業経営コンサルタントがアドバイスいたします（秘密厳守）。



東京都医療勤務環境改善支援センター随時相談窓口

☎ 03-6272-9345（平日9時30分から17時30分まで）

詳細はこちらから検索！ ⇒



勤務環境かいぜんサポートナビ