看護部だより
ひまわり
２０１５年１１月
発行責任者：小牧加代子
VoL. 39

ＤＩＮＱＬ事業への参加について

副看護部長　長井　砂都美

今年度より日本看護協会が主催する、「労働と看護の質向上のためのデータベース（DINQL）事業」に参加する事になりました。
この事業の目的は、
１、看護実践をデータ化することで、看護管理者のマネジメントを支援し、看護実践の強化を図る
２、政策提言のためのエビデンスとしてデータを有効活用し、看護政策の実現を目指す
としています。

看護実践に係る様々なデータを、入力する事で看護職が健康で安心して働き続けられる環境整備と看護の質向上に向けた取り組みに活用できるものと考えます。

今後この結果を皆さんにも提示して、より良い看護実践につなげられるようにデータの活用を行いたいと考えます。

認定看護管理者サードレベル研修を受講して

３階東病棟師長　久留須　加寿美

平成27年8月3日～9月24日の約2か月間、熊本県立大学で看護管理者として広い視野に立ち、ヘルスケアサービス分野で生じる諸問題を解決するめのマネジメント能力を養うことを目標に研修を受講してきました。

団塊の世代が75歳以上の高齢者になり、超高齢化社会が到来する2025年まで10年余り、医療を取り巻く環境は厳しさを増すばかりです。病床数の削減、それに伴う入院期間の短縮化が予測され、入院と同時に退院支援を行うことが必須になると考えられます。その為には病院で勤務する私たちも地域医療にもっと関与できるような知識・技術が求められています。

当院の強みはキャリアレベルの看護師が全体の半数を占めていることです。その中堅看護師らが地域医療について学び、力が発揮できるようなシステムの構築をめざしていきたいと思います。

認定看護管理者ファーストレベル研修を受講して

３階西病棟師長　田口　弥生

約1ヶ月間を通し、多様なヘルスケアニーズを持つ、個人・家族及び地域住民に対して、質の高い組織的看護サービスを提供し、保険医療福祉に貢献できる看護管理者をめざすための第一歩としファーストレベル研修を受講してきました。

看護専門職として、管理者の役割、看護に関する制度や理論をより深く学び、自己の看護観を見つめなおす機会となりました。普段の看護実践の中で起きている現象をどのように捉えるか、看護サービスの質を保証するとはどういうことか、改めて机上で学ぶことで、自分の考えや、実践してきたことの振り返りができ、今までの学びを整理することができたように思います。研修での学びを今後の実践の中で活用し、患者の看護サービスの質の向上につなげていけるよう努力していきたいと思います。

院内研修報告

新人看護師　～患者一泊入院体験を通して学んだこと～

H27年10/10～10/25の３週連続土・日曜日を利用して、実際に病棟に入院し、患者としての設定条件（半身麻痺、頸椎捻挫、心臓カテーテル検査後など）で、安静度に沿って過ごしたり、病院食を食べました。患者の視点に立つことで、環境の変化による影響や自分の看護を振り返り、今後の看護に活かすことができる体験となったようです。

４階東病棟　石原

今回４人部屋に１泊しましたが、他の患者の物音やナースコール、廊下の足音が常にしており熟睡することができませんでした。また、周りの患者も同じように物音に敏感になっているのではと思い、気を遣いながら身の回りのことを行いました。看護師の足音や話し声で、看護師が忙しいことが伝わってきてナースコールを押す際は勇気が必要でした。▪
私たちは、意識していなくても患者に気を遣わせているということが分かりました。▪
物音や話し声を出さないことは難しいですが、患者のもとに訪室する回数をできるだけ増やし、困っていることはないか・要望はないかなどを適宜聞いていくようにしたいと思いました。

３階東病棟　原口

私は「狭心症で心臓カテーテル検査後」の患者として４東病棟に入院しました。安静度はベッド上であり、右鼠径部に瓶沈子にて圧迫固定をする体験をしました。ベッド上での安静は時間が長く感じ、また、沈子にて固定をされているため、動きにくく背中や腰が痛くなりました。トイレに行く際は、看護師の付き添いが必要であり、ナースコールを押す際に、忙しいのではないか、今押してもいいかなぁと躊躇してしまう気持ちになりました。私は一泊だけの入院でしたが、実際、患者さんは毎日このような思いや苦痛を感じ、看護師に申し訳ないという気持ちや遠慮をしてしまうことを肌で体験しました。今回患者さんの思いを少しでも知ることができ、今後患者さんが何を望んでいるのかを考えながらコミュニケーションを図り、援助を行っていきたいです。

４階西病棟　宇都

今回の患者一泊入院体験の設定は「肝性脳症であり不穏状態のため体幹抑制、ミトンを装着、４点柵」といった設定でした。物をとったりすることも出来ずとても腹立たしい感情が第一にありました。
患者体験で様々な思いをしている中でナースコールを押そうか迷っている時に、病室訪問の際に「大丈夫ですか」と一言声をかけてくれた看護師はとても安心する存在でした。患者さん同士の会話の中でも看護師によって言える人、言えない人を区別しているのだと知ることができ、どんな時でもなんでも頼まれる看護師になりたいと感じました。自分自身忙しい時でもすぐにナースコール対応ができているか、そっけない態度で対応していないか、自分自身の対応マナーを見直すよい機会となりました。

e-ラーニング研修を受講して

「看護記録をどう書くか」を受講して

3階東病棟　森

今回、日頃自分が書いている記録が本当の意味で「看護記録」だったのかと考える良い機会になりました。患者様に対し、自分たちが行った看護をしっかりとした基準（ルール）の元、記録に残す。それは私たちが、患者様のために行った日々の関わりであり、それが記録としてなければ私たちは何もしていない事と一緒です。看護記録を残す事は結果として、他スタッフへの情報伝達にもなり、患者様の理解とより良いケアに繋がっていくのだと受講して改めて感じました。

その記録は本当に「看護記録」なのかと考えながら日々の業務に取り組んでいかなければならないと思いました。

「糖尿病合併症ケア」を受講して

外来　日渡

糖尿病患者の生活習慣を変える工夫が大事です。糖尿病患者は、「食事」「運動療法」「薬物療法」の３つを柱とする治療を意識的に行えるように医療者から進められます。何かを自由を失ったような、喪失感を抱く人も多いと思います。

また、しっかり理解し実践している患者でも合併症を恐れている人も多いです。

糖尿病治療は継続することが大切であり、患者という「人」を中心とした総合的ケアが重要であると今回のe-ラーニング研修で再確認しました。

糖尿病患者の心配事として、「透析になるのが怖い」「脳卒中になるのが怖い」「目が見えなくなるのが恐い」など、合併症への不安が強く、私達医療者は、患者の血糖値だけでなく、様々なリスクファクターをトータル的に管理し、通院を継続させる事が大事だと思いました。患者が糖尿病とうまく付き合っていくためには、合併症の発症や憎悪を防ぎ、ＱＯＬを高める事、患者が治療へのモチベーションを高め、維持していける様な手助けが必要です。

今後、「多職種によるチームサポート」が重要となり、糖尿病以外の診療科との連携や食事、運動、薬の管理についてなど、チームでサポートする事により患者が糖尿病に向き合えるように関わっていきたいと思います。

院外研修報告

「看護倫理者研修～高齢者医療における倫理的判断」に参加して

3階西病棟　三宅

皆さんは、″フレイル（Frailty）″という言葉を知っていますか。フレイルとは、「加齢による心身機能の低下と生理的予備機能の低下。疾患ではなく状態の事」。これまで、特定の疾患の主訴の原因となるものではないため臨床で理解されにくいようですが、現在さまざまな医療機関でＣＧＡ・Ｇ８などのスクリーニング・ツールを用いたスクリーニングが取り入れられているそうです。これらは、高齢者のがん治療・緩和ケアと終末期ケアでのフレイルの臨床活用に基づき、高齢者への医療行為の適否が明確になる事が今後の日本の医療において、社会における倫理的な考え方の変革につながっています。この考え方をスタッフが正しく理解し、患者・家族への介入ができるよう教育していく事、チームで共通理解が得られるように倫理について学びを深めていくことが求められているようです。

「日本摂食嚥下リハビリテーション学会学術大会」に参加して

脳卒中リハビリテーション看護認定看護師　福永

9月11・12日京都で行われた学会学術大会に参加し、ポスター発表を行いました。摂食嚥下学会は他分野の学会とは違い、展示ブースには嚥下食や介護物品がたくさん並んでいるので、試食や体験を通して患者さんへのケアを検討する機会にもなります。マニアックな内容もありますが、私たちが普段行っているケアやチームアプローチなどの演題も多く発表されていました。

私は「口腔ケア回診の取り組みと今後の展望」について発表を行い、リンクナース選出や教育について質問をいただき今後の課題がより明確になりました。

今後も、リンクナースにも協力をいただきながら患者さんの口腔内衛生の維持に向け、活動をしていきたいと思います。

「日本手術看護学会　九州地区大会」に参加して

手術室　宝満

9月12日に宮崎県で開催され、Ⅰ～Ⅳ群のセッションに分けられ、九州管内の手術室から22題の発表と9題の示説発表がありました。

安全チェックリストの運用、手術室看護師と麻酔科医師と共に行う術前診察、腹臥位手術における褥創予防の発表が多いでした。当院でも、数ヶ月前より安全チェックリストを用いたタイムアウトの実施や麻酔科医師による術前診察での同席、腹臥位での褥創予防など積極的に行っていますが、現在に満足せず更に高い手術看護が出来るように研鑽していきたいです。

日々進歩する医療現場において、安全で質の高い手術医療を提供するためには手術看護の果たす役割は大きく、周術期で看護業務に携わっている一人一人が手術看護の役割は何かを常に念頭に置き、各々が考える必要があります。そうすることで、より高い専門性を身につけると同時に手術看護に対してのやりがいが見出せると考えます。

「糖尿病臨床技術向上研修会」に参加して

地域包括ケア病棟　黒武者

研修会に参加し、さらに糖尿病について理解を深めることが出来ました。実際に糖尿病の患者さんへ退院支援の教育指導を行う事がありましたが、研修参加後、振り返るとまだまだ不十分である事に気付かされました。インスリンの手技の方法や低血糖症状時の対応などについてだけではなく、食事療法ではカロリー制限より「食べる順番を変える療法」の方が継続できる人が多く、運動療法では日常生活動作の中で取り入れられそうな運動を一緒に考えて実際に行い、退院後も継続できるような退院支援を行っていきたいと思います。

ミニナラティブ

「患者に寄り添う看護とは」

3階西病棟　神田

私は入職し１２年目を迎えています。看護師を志す原点となったのは、小学生のときに祖父を亡くしたことがきっかけだったか、「誰かの役に立ちたい」という強い思いからだったと思います。看護学校へ入りあこがれていた看護師という職業の大変さをそこで初めて知りました。就職し看護師として働き始め上手くいかないこともあり、毎日「ほんとうに誰かの役に立てているのだろうか？」と自問自答することや看護師をやめたいと思うこともたくさんありました。そんな日々の中で患者様から「ありがとう」や「忙しいのにごめんなさい。でも話を聞いてくれてありがとう、そばにいてくれてありがとう」という言葉をかけていただいたときふと我に返り、私は今目の前にいる患者様に向き合うことができている、私が目指した志しを実行にうつせているのではないか、と自分を前向きな気持ちにさせてくれました。これからも「誰かの役に立ちたい」という初心を忘れずに、患者に寄り添い体調の変化や心の声を見過ごさないように、その方の立場にたち、心をつくして看護が行える看護師を目指して、日々患者と向き合っていきたいと思います。

マイブーム

4階西病棟　小浦

私のマイブームは、C&Kというアーティストです。昨年の冬、突然友達に『聴いてみて』と渡されたCDがC&Kとの出会いでした。ディスコやファンク、ソウル、レゲエなどのブラックミュージックからフォークや1980年代歌謡曲の幅広いジャンルを二人の感性でJAMと呼ぶ音楽スタイルに確立中のアーティストです。ライブに行ったり、車の中で曲を聴いたり、ライブ映像を見ることが、今一番楽しい時間だと感じます。

友達と7月と11月に行われたライブに行きました。今は、C&Kを通して、新たに友達の輪を広げていくことも楽しみの一つです。来年の5月に開催されるライブには、11月に行われたライブで知り合った、仲間と一緒に騒ぎたいと思います。次のライブを楽しみに、毎日を頑張っていきたいと思います。暇なとき、みなさんもぜひ聴いてみてください。

今後の研修のお知らせ（公開講座）

①専門研修「脳卒中リハビリテーション看護」

第３回目　11/21（土）　13:00～17:00

「脳卒中患者のフィジカルアセスメント、重篤化回避の支援技術、急性期合併症予防の支援技術、薬物療法」

第４回目　12/5　（土）　13:00～17:00

「栄養管理、高次機能障害の看護、摂食・嚥下障害・失語症のメカニズムと障害、訓練技術」

第５回目　12/19（土）　13:00～17:00

「早期離床と基本的動作獲得への支援技術、日常生活動作自立へ向けた支援技術、脳卒中患者・家族の理解と支援、再発・発症予防」

※当日参加も受け付けます

②専門研修「フィジカルアセスメント～上級編～」

第１回目　12/8（火）17:30～19:00

第２回目　H28年1/12（火）17:30～19:00

編集後記

厚生労働省による労働安全衛生法に基づく「ストレスチェックを義務づける制度」が、今年の12月から始まります。統計によると仕事や職業生活に関する不安・悩み・ストレスは「職場の人間関係の問題」が最も多く、次いで「仕事の質」「仕事の量」の問題です。医療現場の人間関係は、多様性・複雑性・専門性があり、ストレス対処（ストレスコーピング法）が必要です。心理的側面と身体的側面は相関関係にあります。ストレスフルな状況や問題に対して何らかの対処行動をとり、ストレスを適切にコントロールしていくことが必要です。健全な精神衛生状態で、仕事ができる環境をみんなで作っていきたいものです。（小牧）