

見つめる目 しなやかな心 医療を支える 看護の手	看護部だより	2014 年 1 月号 第 273 号	特定医療法人衆済会 増子記念病院 看護部 部長 上村 志磨子 (認定看護管理者)
--------------------------------	---------------	---------------------------	--

新年 あけまして おめでとうございます。

看護の原点に立ち戻って考えてみよう！

看護部長 上村 志磨子

今年は、午年です。ある性格判断によると午年は、華やかな存在感があり情熱的で、才知 才能に富み、冒険心も強く行動力があるそうです。凄い 素晴らしい人というイメージが浮かびますよね。でも負の要素もありそうなので、気になった方は一度調べてみてください。人の性格は、干支だけに左右されるものではありませんが・・・そうそうとうなずけるのではないのでしょうか。自分にとってプラスのイメージは納得し、負のイメージについては、気をつけるといいのかなと思います。

1 はじめに

2014 年、平成 26 年がスタートしました。1 年は、あつという間です。

昭和 22 年（1947 年）の日本人における平均寿命は、厚生労働省の「簡易生命表」によると女性 53.96 歳でした。現在の私の年代です。その後大幅に伸び平成 24 年（2012 年）には、女性 86.41 歳となりました。86.41 歳を日数で換算すると 31539.65 日。時間にすると 756951.6 時間となります。それをもとに私に残された時間を計算すると、約 11700 日で 28 万時間です。じえ じえ じえ です。

2 時間を大切に

これをまだタツプリあると考えるかあとこれだけと考えるかは個人の考え方がですが、今この時も刻々と時間が過ぎていきます。それに 10 年後 20 年後に今と遜色ない体力や状況であるとは言い難いように思います。そう考えると 1 年、1 日、1 時間を大切に過ごさなければと思います。

3 今年の目標は？

今年の目標は、ひとつに時間管理。ついついまだ期限があるからとダラダラにしてきたことを、意識を変え「いましかないでしょう」という精神で「いま」をキーワードに取り組んでいこうと決意しました。

さてみなさんは、新しい年を迎えどのような目標を立てましたか？大事なことは、時間を有意義に過ごすことだけではありませんよね。1 年 1 年なんらかの成長がなければいけません。目標をしっかり持って日々大切に過ごしていただきたいと思います。

4 なぜ看護職を？

さて、皆さんは、たくさんある職業の中からなぜ看護職を目指したのでしょうか？なぜ看護師になりたいと思ったのでしょうか？そして今、看護師として仕事をしていることに誇りを持ち、自己の看護観に基づいた看護ケアができてい

るでしょうか？

職場であるいは、プライベートで、同僚や同期と看護について語り合っていますか？自己の看護について振り返り、さらに深める努力をしていますか？

5 自己研鑽

看護職に限らずあらゆる職種に言えると思いますが、その職の責務を果たすには日々自己研鑽であり、生涯学習を必要とします。

学習といっても机上や勉強会のことだけを言っているではありません。日々の業務の中で意識して学ぶこと考えることスキルアップすることは、いくらかでもあります。ルーチン業務に終わるのではなく、看護師資格を有する私だからやれる仕事の仕方を是非していただきたいと思います。

6 「院長への直通便」で

「院長への直通便」に、「患者には年寄りが多いです。若い方に年寄りの気持ちを理解しろというのはむりかもしれませんが、『看護』のプロとして働くいじょう、理解しようとする努力 思いやりが必要ではないでしょうか？一部の看護師ではありますが、対応に不満があります。」という意見が寄せられました。とても残念なことです。

7 看護を振り返る

私たち看護職には、遵守しなければいけないこと、看護者を対象とした行動指針があります。今一度、自己の看護、対応を振り返ってみてください。

病院も新 1 号館の建築が着々と進ん

でいます。全ての増改築が終わり本稼働するのは、平成 27 年 4 月の予定であり、ハード面だけでなくさまざまな面で変革しようとしています。

その中で働く私たちも、自らを変革していくことが必要です。それは、「看護とは何か」「私が目指す看護とは何だったのか」を振り返るところから出発できるのではないのでしょうか？

看護書の倫理綱領 前文より抜粋

「看護者は、看護職の免許によって看護を
実践する権限を与えられた者であり、その
社会的な責務を果たすため、看護の実践に
あたっては、人々の生きる権利、尊厳を保
つ権利、敬意のこもった看護を受ける権
利、平等な看護を受ける権利などの人権を
尊重することが求められる。」

※ <職業的社会化> 人がさまざまな職業に固有の価値・態度や知識・技能を職業につく前に、あるいは職業につくことにより内面化していく累積的な過程

8 おわりに

1 分 1 秒を大切に、自らの「いま」与えられている役割をどのように全うするか全力を投じましょう。

きっと、今年も、さまざまな困難が待ち受けているでしょう。しかし、「看護の心」の原点から捉えなおすことで、多くの問題は解決に向かうのではないのでしょうか。

本年もどうぞよろしくお祈りします。

学生コーナー

「私にできること」

3 階病棟 学生 中島 瑞樹

あっという間に時は過ぎ、名古屋に来て 2 度目の冬が来ました。

高校を卒業し、この増子記念病院に勤めて、もうすぐ 2 年になります。気付けば、後輩もでき、教える立場となりました。

1 年半前の入社してすぐは、環境の変化と仕事と学校の毎日に追われ、慌ただしい毎日を送っていたような気がします。何もかもが新鮮で覚える事が沢山あって、時には悩んだり、落ち込んだりすることもありました。

それでも、看護師さんを始め、先輩、同期など、周囲の人たちに支えられ、なんとか今日までやっていくことができました。

まだまだ知識も技術も未熟な私が患者さんに対して出来る事、それは

「患者さん一人ひとりに対して心をこめて援助をすること」

仕事も、実習も関わる患者さんはそれぞれ違います。私たちは医療従事者として、疾病の回復・ADLの向上を援助するのはもちろんですが、それに加え、患者さんの性格などの内面的な部分を捉え、思いに共感しながら精神的な部分へのサポートも重要であると思っています。

私は患者さんの笑顔が好きです。その笑顔で何度も頑張ろうと思う事ができました。

しかし、患者さんはそれぞれ不安や恐怖など、何かしらの思いを抱きながら入院される方が多いと思います。その中での私たちの関わり方はとても重要になります。病院の中で一番関わる時間が多いのは看護師だからです。治療に前向きになってもらうには、私たちが患者さんを支える必要があります。

そこで私は患者さんに対して笑顔で接することから始めようと考えました。

今日まで多くの患者さんと関わってきました。その中で関わる時間を重ねるにつれ、患者さんと打ち解ける事ができたと感じる事が多くあり、そしてまた「ありがとう」と言ってくることがあります。

私たちは決して感謝されたいと思って仕事をしているわけではないですが、患者さんが何気なくかけてくださる言葉がとても心に残り、この職業に対するやりがいを感じさせてくれます。そんな患者さんの為に、自分の出来る事を最大限にできればと思っています。

今の私には、出来ない事ばかりですが、心をこめていねいな援助をすることは私にもできます。そこに笑顔と信頼が加わる事ができたら患者さんの不安を少しでも取り除くことができると考えます。

勉強と仕事の両立は大変ですが、自分が目指している看護師に妥協することなく努力していきます。

また少しすると、後輩も入ってくるので、責任感をもってこれからも頑張っていきたいと思っています。

以上

部署報告

4 階病棟 (横山、相良、山本麻)

排泄ケア勉強会を通して

1 はじめに

高齢化が加速している現在、日常生活に介護・介助を要する状態の患者が入院するケースは増加傾向にある。その中にはリハビリテーションを目的とした入院も多く、入院後は看護師が日常生活の自立支援を、理学・作業療法士が運動機能の評価、維持向上を目指しそれぞれが援助提供をしている。

リハビリテーションを受ける患者の中には、リハビリテーション中に排泄欲求を訴え、作業を中断しトイレへ向かうケースが度々あり、以前であれば看護援助が必要な排泄処理の場合、看護師が現場に向かい介入していたが、リハビリ室移設時にトイレが設置されたことで、理学・作業療法士も利用者への対応が迫られるようになった。

以上の背景から、排泄ケアへの理解を目的として、病棟看護師主催による勉強会・アンケートを実施したのでここに報告する。

2 勉強会実施内容

リハビリテーションスタッフ 12 名に対して実施。その内訳は、理学療法士 8 名、作業療法士 3 名、言語聴覚士 1 名である。

事前に勉強会の内容について質問・要望を聴取し、多くの意見が寄せられた。

- ① オムツの種類、オムツ交換の手技
 - ② 排泄物処理時の感染対策
- の項目についてそれぞれ開催した。

【第 1 回目】2013 年 7 月 22 日

- ① オムツ交換の手技 : オムツの種類
個々の患者にあったオムツの選択方法と着

用体験、および様々な場面に対応できる手技について。

【第 2 回目】2013 年 7 月 29 日

- ② オムツ交換時の感染対策 : 院内感染の成り立ちからその予防、対策についての説明。

石鹸を使用し流水での手洗いの演習
速乾性アルコール製剤 (ゴージョー)
の演習

手袋、マスク、ビニールエプロン、ガ
ウンの着脱の演習

勉強会開催後、評価・今後の課題を明確にするため、アンケートを実施した。

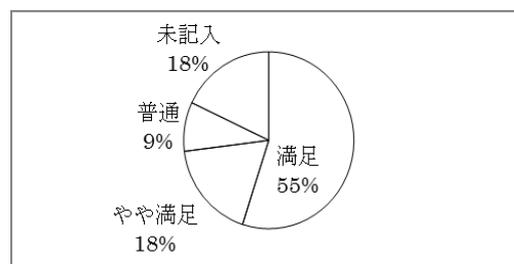
<アンケート結果>

実施後の振り返りのため、12 名にアンケートを実施し、11 名から回答が得られた。

対象は理学療法士、作業療法士、言語療法士で経験年数は 1~20 年目であった。

アンケートは満足を 5 とし、以下やや満足、普通、やや不満、不満の 5 段階で回答してもらった。

オムツ交換の手技の内容について

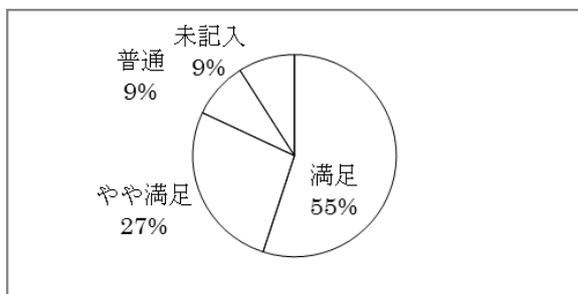


5 が 6 名、55% 4 が 2 名、18% 3 が 1 名、9% 未記入者 2 名 18% であった。

実際にオムツを履きながら、身体を動かすことが非常に窮屈であると体験できたことで、「患者の気持ちを考慮しリハビリをすすめるようになった」という意見があり、「以前よりも患者の目線に立ってリハビリが行えるようになった」との回答が得られた。

平成 25 年度看護部行動理念 出し合おう！ 新たな時代に 新たな手法！

オムツ交換の感染予防の内容について



5 が 6 名、55% 4 が 3 名、27% 3 が 1 名、9% 未記入者 1 名 9%であった。

「勉強会后、何か変化があったか」の問いに対し、「基本である手洗いの方法を見直すようになった」「感染に対して意識するようになった」などの回答があり、「排痰訓練等で痰量の多い人や体液を取り扱う時は手袋・マスクの着用、ビニールエプロンの着用を意識して実施している」との回答が得られた。

3 結果・考察

実際にスタッフ自身がオムツを着用することで、オムツの使用が患者に及ぼす動作への影響を知るきっかけとなった。それは、苦痛に対する患者への働きかけの変化を生じさせ、「失禁した状態で歩きづらくはないだろうか」「オムツにズレは生じていないだろうか」など、作業中の失禁に対する配慮、気配りに繋がった。療法士の配慮により患者にとっては、作業中の苦痛緩和へと繋がるが、作業前後の看護師の働きかけを忘れてはならないということを再認識した。

排泄欲求は生理的欲求であり、やむを得ないことではあるが、リハビリテーション開始前に排泄欲求や失禁の有無を確認することで、患者の苦痛や療法士の負担は最小限に留められるのではないかと考える。

一方、排泄物に対する感染対策については、実際の臨床の場で多く遭遇する、排痰訓練や作業中にみられる流涎や咳嗽による唾液・喀

痰飛沫などの経験から、糞便や尿だけでなく体液全般の感染対策に対する意識改革や対策の強化・徹底にも繋がった。

スタンダードプリコーションに沿ったマスクや手洗いの方法や処理方法などの基本的な技術習得だけでなく、自らが媒介となるリスクや感染対策の重要性を再確認する良い機会となったのではないかと考える。

4 まとめ

看護師と理学・作業療法士では、専門分野は異なるものの、患者の ADL 把握や日常援助などにおいては共通性もあるため、個々の専門分野の知識を共有でき、医療従事者として、患者にどのようなアプローチが必要なのか再認識することができたと考える。

福原は「今後、後期高齢者が増加していく中で医療の質も試される機会が多くなる。そのような状況において、チーム医療は必要不可欠。」¹⁾と述べている。

医療におけるチームは、フィールド(場)によって種類があり、チームメンバーの職種も異なる。今後も個々の患者に沿ったサポートができるようチーム一丸となり専門的能力を発揮していきたい。

今回、このような機会を設けたことで、受講者側は新たな知識の獲得を、講師側はコーチングスキル獲得の場として互いに刺激となった。今回の勉強会を発端に、他職種間で協同し知識・技術の向上という共通目標に向け、今後もこのような取り組みを増やしていきたい。

以上

(引用 参考文献)

1) 福原麻希著：チーム医療を成功させる 10 か条 —現場に学ぶチームメンバーの心得—

「看護部だより」NO271 号を読んだ感想

「コミュニケーション能力」

経団連が毎年発表している、企業が学生に求める力 1 位は 9 年連続コミュニケーション能力であるとのこと。

ではコミュニケーション能力とは一体何か。私達は 3 つに分類されると考えます。

一つめは話す力。

コミュニケーション能力と聞いたとき、まず、思い浮かべられるのがこの力であり、前号でも学生が楽しく会話ができることだと思っていたと記載されています。

二つめは聴く力。

注意を払って、より深く丁寧に耳を傾ける力であり、リアクションなどもここに当てはまります。

三つめは読む力。

これは相手の質問や答えの意図・背景を理解するという点にあると思います。

失語症などの多くの疾患から会話が乏しくなってしまう患者が多く見受けられ、そのような時どうしたら患者の訴えを聞くことができ、ストレスを軽減できるのか考えさせられます。しかし、思いを理解できず患者をガツカリさせてしまうこともあります。

NO271 号では同じように葛藤しているスタッフがいることがわかり、私達自身も話す力が弱いため、聞く力と読む力をつけて出来る限り相手の意図や真髓を理解し、患者のストレスが軽減できるよう努力していきます。

コミュニケーションにおける割合は、言語においては全体の 7%、残りの 93%は、55%が表情、38%が口調とされているそうです。しかし、言葉では伝えられないことも、表情や口調・態度から読み取ることが可能だと思います。

今回の学生、病棟 NS にも、すぐに身につけることは難しいかもしれませんが、患者の為に普段から訓練しそれぞれの患者に合わせたコミュニケーションの獲得、それに伴い QOL 向上につなげていってほしいと思いました。（4 階病棟 近藤 黒谷）

「人間万事塞翁が馬」

中国に古い老人が住んでいました。ある時、その老人の馬が逃げてしまいました。この地方の馬は良い馬が多く、高く売れるので近所の人々は気の毒がって老人をなぐさめに行きました。ところが老人は、「このことが幸福にならないとも限らないよ」。そしてしばらく経ったある日、逃げ出した馬が良い馬をたくさんつれて帰ってきました。そこで近所の人たちがお祝いを言いに行くと、老人は首を振って言いました。「このことが災いにならないとも限らないよ」。しばらくすると、老人の息子がその馬から落ちて足の骨を折ってしまいました。近所の人たちがかわいそうに思ってなぐさめに行くと、老人は言いました。「このことが幸福にならないとも限らないよ」。1 年が経ったころ異民族たちが城塞に襲撃してきました。城塞近くの若者はすべて戦いに行きました。その多くはその戦争で死んでしまいました。しかし、老人の息子は足を負傷していたので、戦いに行かずに済み、無事でした。とさ。良い午年を！