



療養指導を中心とした 生活支援の充実をめざして



尼崎医療生協病院
整形外科外来 西村 圭子

看護学生の皆さんに、私たちが日々看護を実践している現場での悪戦苦闘ぶりや、看護に対する熱い思いを感じていただきたく、シリーズで紹介していきます。今号は外来での「看護の現場」です。

アップも行っています。

【はじめに】

当院では2007年にリニューアルし、急性期医療から機能回復まで患者様中心の医療を行っています。また、高齢者医療の取り組みや地域の医療機関の在宅・高齢者医療の支援にも力を注いでいます。

外来1日の平均患者数は、約430人です。診療科はおもに内科・外科・整形・皮膚科・リウマチ科です。

【内科外来】

一般診療のみでなく、特別な治療・管理指導が必要な科を特診として開設しています。

内科特診として●睡眠時無呼吸外来●脂肪肝外来●消化器外来●糖尿病外来●循環器外来●神経内科●在宅酸素外来などがあります。

糖尿病においては、糖尿病療養指導士の資格をもつ看護師を配置することにより、インスリン自己注射・血糖測定・生活指導など、きめ細かな療養指導を行っています。

また、糖尿病について新しい情報などの共有のために、看護師間での学習会を開催するなど、スキル

【外科外来】

外科・整形・皮膚科・リウマチ科では、術後継続のための患者様、リハビリ継続のための診察や骨折など外傷の患者様、他院からの紹介の患者様、アトピーなど皮膚疾患でお悩みの患者様が多数受診され、診療介助や指導を行っています。

特にリウマチ科の患者様へは個人指導が重要で、診療ではリウマチ担当の看護師を1名配置し、自己注射指導や服薬確認・電話による症状相談などの対応にあたっています。

リウマチ患者様の中には、生物学的製剤による治療も行っていますが、使用薬品が高額であり、患者様負担を軽減させるための無料低額診療や社会資源の活用へのアドバイスをしています。社会福祉士へ医療相談を依頼するなどして、患者様が安心して治療を継続できるよう働きかけをおこなっています。このたびリウマチ科では2名の認定看護師が誕生しました。今後は認定看護師を中心に、患者様主体としたセルフケアの指導にあたっていきたいと思っています。

【救急外来】

救急外来は内科外来に併設された部署です。その外来では医師が1名、看護師は交代制で外来看護師が担当しています。かかりつけ患者様の急変時・地



域病院からの受け入れ・介護施設からの受け入れ要請・市からの救急受け入れ要請に積極的に取り組んでいる外来です。

スタッフ同士和気あいあいとしていますが、いざ救急対応となると、張り詰めた空気に一変します。医師の指示のもと、正確に対応できる力量が救急の看護師には求められます。そのためには医師・救急担当看護師を中心とした学習会や実地訓練に参加し、個人がレベルアップしていくことが大切だと考えています。

【患者会の役割】

外来では患者会への取り組みがあります。●在宅酸素の患者会●肝友会●リウマチ患者様のレインボークラブ●生活支援プロジェクトなどです。

公式ではない会もありますが、どの会も患者様が主体となり医師・看護師も参加し、いろいろな取り組みを行っています。主に日帰り旅行や食事があげられます。

患者様参加型の学習会も開催し、患者様同士のつながりが持てる環境作りにも一役かっています。生活支援プロジェクトでは、单身男性へのアプローチとして畑作り、水やり、調理を患者様が持ち回りで行っています。調理や材料調達は外来看護師もヘル

プしており、調理では虹の会ボランティアの方々の協力のもと、美味しいランチを楽しんでおられます。

このように、患者会は患者様の癒しの場になっていくだけでなく、患者様一人ひとりが大切にされていると感じることができ、生きがいにつながっているのではないかと思います。

【おわりに】

外来では、限られた時間の中で患者様の訴えをよく聞いて適切な診療科へ受診できるようにしたり、医療相談・検査科への誘導などコーディネーターと医療相談・検査科への誘導など、コーディネーターとしての役割もはたしています。そのために、外来

看護師同士のみでなく他職種との連携もかせませません。日頃からよいコミュニケーションを心がけて患者様が安心・安全に外来受診できるように、これからも頑張っていきたいと思



生活支援プロジェクトニュース



＝多重課題演習とは＝

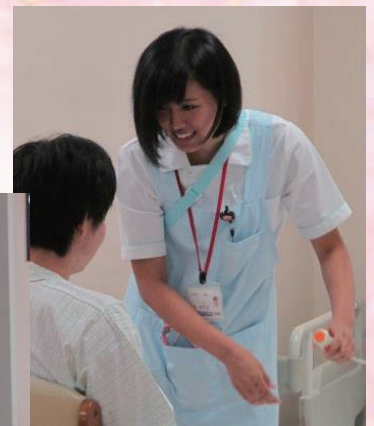
入職1年目の看護師が業務内容の拡大する秋頃に、複数の患者さんからの訴えに対して、優先度を判断しながら対応するという演習です。

2年目の看護師が患者役をつとめます。できるだけ実際にある状況に近づけるように、病衣や模擬点滴、実際のベッドなどを準備し、患者役の練習をします。1年目看護師だけではなく、2年目看護師と教育委員も、全員にとっても充実感があり、よい学びになる演習なので、その内容をご紹介します。

～演習の実際～

4人部屋の設定で、●脳梗塞で片麻痺のある患者さんがベッドから降りようとしています。●高血圧患者さんから頭痛の訴えがあります。●心不全患者さんから、点滴が終了したと呼ばれます。●喘息の患者さんは、少し苦しそうな呼吸をしています。さぁ！あなたなら、どう判断して、どう行動するでしょうか？

シナリオがすすむと、だんだんいろいろなことが同時に起こるようになります（実際にどんなことが起こるのかは……、秘密です!）。プレッシャーを感じながらも、自分なりに状況を見て優先度を判断して対応します。演習の様子をビデオ撮影していて、みんなでふり返りをします。



～1年目看護師の感想～



★事前に知らされないで、『どんなことが起こるのだろう!?』『あとでビデオをみるのが怖いしドキドキする。』といった不安な気持ちで、とても緊張しました。終了後は反省点ばかり気になっていましたが、実際にビデオをみてみると『患者さんに話しかけるときに目線の高さを合わせていた。』『声のかけ方がやさしい。』とか同期や先輩看護師は、自分でも気がつかなかった良い所を言ってくれました。普段の業務で当たり前に行っていることが、『これで良かったんだ』と思えて、少し自信につながりました。

★普段の業務では自分のことで精一杯で、なかなか他の同期の対応を気にしてみることはなかったなあ…と思います。自分のことも客観的にみることができて、『ちょっと声かけの仕方でも、忙しさが伝わってしまっていたかも…』といったことに気づくことができました。これからは、他の同期の対応も気にしてみたり、演習で気づけたことを、実際の業務に活かしていこうと思いました。

★演習が終わったすぐ後は、緊張から解放されて、ヨレヨレになってしまいましたが、みんなでふり返って学べたことがとてもたくさんあったので、すごく充実した気持ちになりました。来年、患者役を通して1年目看護師の方と学べることが楽しみです。

～それぞれの学び～

1年目看護師

演習の様子をビデオで見て、自分自身の行動や考えを振り返る事ができます。他の同期の対応を見て、自分とは違う良いところに気づく事ができ、より良い対応を考える機会になります。

2年目看護師

患者役を通して、患者さんが見ている世界を体験します。1年目の看護師と一緒に演習する事で、1年前の自分を思い返す機会にもなり、距離間が縮まってその後の部署での関わりに活かせるようになります。

教育委員

演習に参加した1年目2年目看護師にとって、よい学びに繋がるための勉強をしたり、ふり返りの進行をいろいろ考えます。また、1年目看護師の丁寧な対応をみて、自分たちの日頃の業務をふり返る機会になります。

～教育委員より～

このように、1年目看護師、2年目看護師、教育委員と、演習に参加したみんなが、よい学びを得て、それぞれがお互いに学び合うことができる演習です。わたしたち教育委員では、このような「学びあい」がとても大切だと考えています。

手作りの演習だからこそ得られる達成感や充実感、「学びあい」を実感できるからこそ、今まで10年間続いている演習になっているのだと思います。準備は大変ですが、これからも続けたい研修です。

ナースのおすすめ

みなさん、こんにちは！
私は平成28年4月、広島の看護学校を卒業して、看護師の国家試験に合格し、神戸協同病院に就職しました杉本です。

初めての看護師、初めての一人暮らし…と初めてのことだらけで、正直不安でいっぱいでした。ですが、今では神戸の生活にも慣れ、看護師として日々努力しています！

そんな私のおすすめを紹介したいと思います☆

一人暮らしをするにあたって、一番困っていたことが自炊・・・
そんな中、同期の友人に誘われて入った料理教室！仕事をしながら、料理教室とケーキ教室に通って腕を磨いています☆



職場の先輩や同期にも配り食べてもらいました。とても好評でうれしかったです♡



神戸協同病院 3F 病棟看護師
杉本 麻弥子



料理教室に通って、初めて魚を三枚におろせるようになりました。



料理を終えた後は、お楽しみの食事タイムです♪



看護学生のみなさん、これから国試・実習と大変なことが多いと思いますが、体調を崩さないように頑張ってください！

今年の夏はぜひ神戸協同病院のナースングセミナーに来て下さいね☆みなさんにお会いできるのを楽しみにしています！！

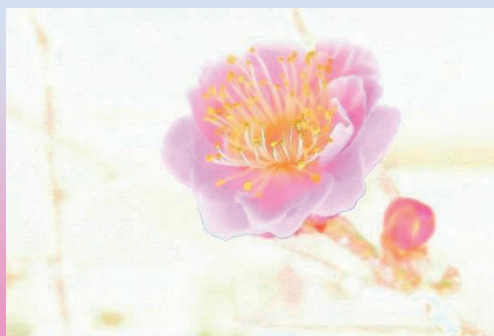
(その時は、レポーターが増えたか聞いてください(*^*)v)



ほっと Station☆

各地で大雪が降りましたが、晴れの日には春の陽射しになってきましたね。

いよいよ年度末。卒業されるみなさん、新たに看護師として就職先で頑張ってくださいね。



12・1月号クイズの答え

1. 左上・カレンダーの月
2. 中央・ドアのガラス部分の大きさ
3. 時計のふち
4. 右から2番目の人の帽子
5. 右端・窓のフレーム
6. テーブルの厚さ
7. テーブルの上の紙パックがボトルに

読者のつぶやき

今年はずっと実習ですが、毎日笑顔で頑張ります。

ペンネーム (ノリ万也ん)

第106回看護師国家試験合格!

ペンネーム (ゆっちゃん)



7つのマチガイ

【問題】上の絵と下の絵では7つのマチガイがあります!どこでしょう? (作・野上和彦)



正解者から抽選で5名の方に図書カードをプレゼントします。(返信ハガキをご利用くださいね)

長いようで短い4年間の学生生活もあと少し。あとは看護師と助産師の国試に合格するのみです!!

ペンネーム (りんご)



総合診療医・鈴木富雄医師のワークショップ

「病気だけでなく 人を診るということ」

「患者さんと真正面から向き合い、心理社会背景も含めて総合的に診る」「病気だけでなく人を診る」という総合診療の本質について、鈴木医師が熱く語ります★そして、医系学生どうして、ディスカッションして深め、交流しませんか？



鈴木富雄^{医師}

大阪医科大学総合診療科

「ドクターG」（NHK 総合）ほか、

「たけしの健康エンターテインメント！みんなの家庭の医学」

（朝日放送）にも出演。

2017年 **5月27日**（土）

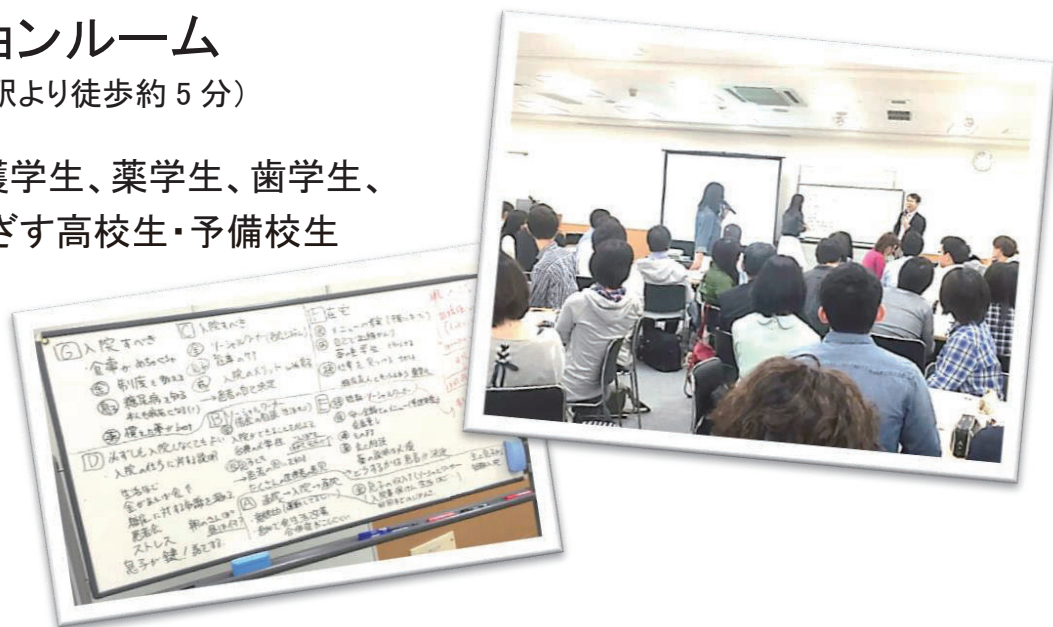
13:30~17:30

会場 神戸市産業振興センター 10階
レセプションルーム

（JR「神戸」駅より徒歩約5分）

対象 医学生、看護学生、薬学生、歯学生、
医療系をめざす高校生・予備校生

参加費 無料



■お問い合わせ・お申し込み先 **【締切 5月17日（水）】**

Email: igakusei@hyogo-min.com 兵庫民医連 医系学生担当 まで

件名に「鈴木富雄医師講演参加希望」と入力の上、

本文に「氏名・学校名・学部学科・学年・電話番号（当日も連絡のつく番号）」を明記してください