看護学生のための情報誌

きらり看学生

2019年 4・5月号

看護学校への入学・進級おめでとうございます。この一年も「きらり看学生」をよろしくお願いします。

02・03 看護の現場より── 褥瘡対策チーム（神戸協同病院）

04・05 特集：ホップ ステップ ジャンプ！
ともに成長していける仲間たちとともに♪

06 私の出会った患者さん── 花巻 美智世さん（東神戸病院）

07 ほっとStation

08 鈴木富雄医師による
総合診療ワークショップのご案内

Series

看護の現場より

看護学生のみなさんに、私たちが日々看護を実践している現場での奮闘ぶりや、看護に対する熱い思いをシリーズで紹介します。

褥瘡対策委員として奮闘中です！

～チーム医療で患者さんを支える～

神戸協同病院
褥瘡対策チーム

私たちは褥瘡対策委員会のメンバーで、病棟看護師の藤塚と高谷です。褥瘡対策委員会では、週に1回スキンラウンドを行っています。スキンラウンドとは、皮膚のトラブルを持つ患者さんを医師・看護師・栄養士など多職種のチームで回診を行うことです。当院では各病棟の患者さんの回診を毎週金曜日に実施しています。

◆◆◆

皮膚トラブルの中でも褥瘡を主に診ています。褥瘡とは何かご存知でしょうか？看護学生ではなかなか実習などでも目にすることがないかと思いますが、臨床では多く目にする機会があります。まず、褥瘡とはいわゆる「床ずれ」のことです。骨と皮膚表層の間には、筋肉や皮下組織、真皮、表皮などの軟部組織があります。その軟部組織が圧迫され続けると血流が低下し、酸素供給が滞り組織が壊死していきます。それが褥瘡です。

◆◆◆

褥瘡治療のプランとしては、①医師が主に褥瘡を見て評価する（深さ・大きさ・炎症の有無など）②必要であれば壊死組織の除去をする③必要な軟膏を処方する④日々看護師が褥瘡部を洗浄し、軟膏塗布などの処置を行う⑤寝たきりの患者さんには体位変換も行う⑥栄養状態の悪い患者さんにはNST回診で栄養状態の評価をし、患者さんに合った食事や点滴を提供する、という流れが基本です。

※NSTとは、栄養サポートチーム（Nutritional Suport Team）の略で、医師、看護師、薬剤師 、管理栄養士などの多職種協働のチーム医療のこと。チームで入院患者さんの栄養状態を評価し、適切な栄養療法を提言・選択・実施します。

◆◆◆

スキンラウンドでは状態の悪い患者さんを目の当たりにして辛いことも多いですが、治癒していく過程をみたり、患者さんの喜ぶ顔を見るたりすることでとてもやりがいを感じています。

また、病棟で褥瘡の処置に迷ったスタッフから、私たち褥瘡委員が頼りにされることもあります。これからももっと知識を深めて、病棟全体の褥瘡患者さんが減ることが目標です。私たちと一緒に褥瘡対策委員会のメンバーになって活動してみませんか？新しい発見・やりがいが見つかると思いますよ♪

ある日の回診風景

石川先生お手製の褥瘡対策チームの缶バッチです。胸につけていることで、話題にしてもらえたりするので、モチベーションもあがります^_^

※褥瘡対策チームとは、多職種がそれぞれの専門的な役割を発揮し、協力・連携しあって褥瘡（床ずれ）予防を実践。日本では、1998年に日本褥瘡学会が設立され、医師だけでなく褥瘡診療に関わるすべての医療従事者が相互に学びながら褥瘡の予防と治療を並行して行うという方針が示され、チーム医療が推進されてきました。一般に褥瘡対策チームを構成する専門職は、医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、メディカルソーシャルワーカー、ケアマネジャーなどです。

栄養科 科長・和木 沙織

藤塚・高谷看護師と委員会活動を共にして約2年半がたちます。

とても明るく熱心なお二人のパワーが今の褥瘡対策をはじめとしたチーム医療の原動力となっています。

病棟スタッフへの啓蒙や学習などコツコツ取り組む姿がとても頼もしく、親心のように嬉しく思います。

日々の業務に追われる中、患者さんのために何ができるかを常に考え、よりよい看護を目指す二人はまさに“きらり看護師”です。これからも一緒にがんばっていきましょう♪

副院長・石川 靖二

医師として駆け出しのころから、チーム医療に興味がありました。

多職種がしっかりと連携して、治療の成果が上がるように努力しなければいけません。

一番力を注いでいるのが、褥瘡対策チームとNST（栄養サポートチーム）です。これらは、密接に関連しているので、当院では担当スタッフは兼任しています。

ナースはこれらのチームの中核として奮闘してくれています。自分の娘より若い素敵なスタッフに刺激を受け、ともに成長出来たらいいなあ！と日々思っています。彼女たちの頑張り、そして笑顔は私の一番のエネルギーになっています。

ホップ、ステップ、ジャンプ！ ともに成長していける仲間たちとともに♪

初期Ⅰナースの１年間

4月に入職した新人ナースたちも1年目の初期研修を終えました。
3病院それぞれの研修報告をご紹介します。

神戸協同病院

昨年4月に入職した1年目ナースたちは、集合研修のたびにだんだんたくましく頼もしく成長しました。

入職した頃は、病棟に慣れるのに精一杯で「できない自分」に落ち込んでいたことが多かったのですが…。研修のたびに自分達の率直な思いや意見を口に出し、前を向いてがんばれるようお互いが励ましあったり、担当者からアドバイスをもらったりする中で、だんだんと自信がついていく様子がうかがえました。

先日行われた初期Ⅰ事例検討会では、自分たちが関わった患者さんの看護の振り返りを文章にまとめ発表しました。業務が忙しい中でも、時間を割いて患者さんやご家族とコミュニケーションをとり、先輩ナースや多職種とも相談、アドバイスを受けながら患者さんのためにできることを考えて看護をしていく1年目ナースは、本当によく頑張ったと思います。

発表を終え、患者さんや家族からたくさんのことを学びましたと笑顔いっぱいで話していた姿が印象的でした。

毎日、悩みながら迷いながら仕事に向かっていたと思いますが、1年目ナースが成長していく姿を見るのは教育委員をはじめ、現場の先輩ナースたちもうれしいものです。

いよいよ4月からは後輩もできます。自分たちの経験を後輩に伝えられるよう、つなげることができるよう期待しています。これからも一緒にがんばっていきましょうね。

東神戸病院

1月22日に卒後1年目の「ケーススタディ発表会」が開催されました。

東神戸病院の初期研修教育プログラムは3年間です。知識や技術はもちろん、病気だけをみるのではなく生活まるごと見る力や、社会情勢を学ぶことも看護師としての大事な役割としており、3年かけて一人前の看護師になれるようにプログラムを立てています。

1年目の夏に退院された患者さまの自宅に訪問させていただき、病気を抱えながら地域で生活する患者さまの様子を学びます。秋にはペーパーペイシェントで看護計画立案を体験した後、ひとりの患者さまを受け持ち、疾患学習や看護計画立案を通して患者さまの全体像を捉える力を養います。その取り組みを11名の研修生が「ケーススタディ発表会」で共有することで、いろいろな気づきや発見につながっています。もちろん、先輩看護師も研修生の学びから教わることがたくさんあり“育ちあい”を実感しています。

3月に1年のまとめを終えると、いよいよ2年目です。ドキドキしながら注射や吸引の練習をした時から今は、自信をもって患者さまに対応している姿が頼もしく感じます。春には後輩が入ってきます。1年目のスローガンである「Challenge everything」精神で2年目もたくさんチャレンジしましょう。期待していますよ！

尼崎医療生協病院

今年の新人は10名が病院、2名が訪問看護ステーション配属となりましたが、1年間の卒後教育を無事に終了しました。

月に1回の集合研修で看護技術を学び、多重切迫シミュレーションでは、次々起こる課題に身動きができなることもありました。現在は報・連・相を行動にうつすことができるようになっています。

また現場実践では、先輩ナースからたくさんの民医連看護の学びがあったようです。時にはうまくできない自分に対し涙を流したり、患者さんから優しい言葉をかけられ励まされたりと、泣いたり笑ったり忙しい毎日を過ごしてきました。現在は病院では夜勤勤務をし、訪問看護師は一人で訪問に行けるまでに成長しています。

2月9日は1年間のまとめ「患者さんから学んだこと」を発表しました。認知症患者さんの対応の難しさ、興奮しやすい患者さんへのかかわり、安全な入院生活を送ってもらうための環境設定の大切さなど、それぞれの部署でかかわった患者さんから多くのことを学びました。先輩ナースの前で発表し、プリセプターからの感想をもらい、修了証を渡しました。

発表会に参加した委員も卒Ⅰのドキドキ感や、他の発表内容に聞き入る姿を見ることができ、新人の成長を実感し、嬉しく思いました。

また、今年の新人が入職してからの成長が楽しみです。

私の出会った患者さん

東神戸病院
緩和ケア病棟
花巻 美智世さん

［患者さん紹介］
Sさん／80代／女性／大腸がん・肝臓がん
ご主人の介護を長年され、見送ったあとがんを発症。2人の息子さん、お嫁さんとの関係は良好で、毎日のように面会に来られていました。

出会いは宝物

入院時のオリエンテーションで、ホスピスに入院される患者様には病気や死ぬことをどのように受け止められているか聞くことが多いですが、その患者様は「私は死ぬことは怖くないの。やらなければならないことも、やりたいことも全部やりつくしたから。苦しくなければいいと思うから、気がかりはそれだけ」と、穏やかな笑顔できっぱりと言われました。

その方のプライマリー（受け持ち）ナースになり、接していくうちに穏やかでありながら、どこか凛としていて、少しせっかちで考えるよりも先に体が動き、やらなければならないことは後回しにせず、やり遂げる意志の強さを持っていらっしゃることが分かりました。

そんな方だから「やらなければならない事は、みんなやった」と言われ、腫瘍で余命宣告された時には「心残りがないように、やりたい事はみんなやろう」と思い、実行され「いつお迎えが来てもいいように」準備してきたそうです。

人生の課題

入院してきた時はまだまだ体も動き、食事もきちんと摂取され、苦痛もほとんどありませんでした。「人生の課題はみんな修了したけど、この時間は今までのことをゆっくり振り返る時間を与えられたのだと思っているの」と言われ、よく幼かったころや戦後の混乱期に苦労されたことを話して下さいました。

「死ぬのは怖くないなんて言ったけど、本当は死ぬことよりも忘れられることが怖いのかもね。今まで生きてきて苦労してきたことが、『無』になってしまいそうで。だから、こうしてたくさん話して、少しでも思い出してくれるといいなと思う」昔話をしながら、よくそう言われていました。

残された人への贈り物

病状が進行するにつれ、黄疸や皮膚のかゆみ、倦怠感などの症状が出てきましたが、「苦しいのはイヤ」と言っていたわりに、滅多に苦痛を訴えることはなく、我慢強い方でした。最期の短い時間のみセデーション（鎮静剤）を用いました。亡くなった時のお顔は、とても穏やかでした。

亡くなった後、病室にご挨拶に伺うと、息子さんやお嫁さんが故人との思い出をいろいろと聞かせて下さいましたが、その中で「この母に育てられた息子として、恥ずかしくないように生きていかなければならないと、今更ながら思っています」という言葉が印象的でした。

今を生きること

ホスピス病棟に勤めて、毎日患者さんからたくさんの事を学ばせて頂いています。当たり前のことですが、今生きている毎日の延長線上に『死』があることを痛感します。日々の『生き様』はそのまま『死に様』に繋がっています。だからこそ、『今』を精いっぱい生きていきたいと思います。この患者さんとの出会いで、日々を大切に真摯に生きていく事の大切さを再確認できたように思います。

この患者さんの事を思い出すたびに、どこか襟を正すような、背筋がぴんと伸びるような清々しい思い、そして願わくば私自身も最期の時には、人生の課題をすべて終えて、感謝して逝けたらと思います。

節分には豆まきをしました

読者の声

みなさんのおたよりをお待ちしています。

今年は２年生の年です。実習や勉学など、もっと本腰を入れて頑張っていきたい!!
（看護学生・M）

がんばってね!!時には息抜きもしましょうね☆

誰でも取れるよ!!看護師になったら目指そう!!
（認定看護師：K）

認定看護師さんがいることがすごいと思った。
（高校生・R）

仲間が増えると思うと、私も楽しみです♡

将来が少し楽しみになりました!!
（高校生・R）

青春18きっぷを使って1人旅をする予定です！どこにたどり着くかわくわく！
（看護学生・おもち）

いいなぁ～!(^^)!学生のうちにしか出来ない旅を満喫してね!!

無事、大学の看護科に合格しました！4月から、再び勉強頑張ります！
（高校生・まあり）

おめでとう!!楽しい学生生活がおくれるように、勉強もがんばってね!!

7つのまちがい

[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）

同封の返信ハガキに答えを書いて応募してください。応募いただいた正解者に抽選で図書カードをプレゼント！ **6月10日(月)必着。**当選の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

前回のまちがいさがしの答え➡

編集後記

「新入生」「新学年」「新職員」…「新」づくしの春で心ウキウキしています！「新」に縁のない人も、自分のなかの「新」を探してチャレンジしてみましょう！
さて、わたしは何をしようかなぁ～(^^♪（F）

総合診療医
ドクターG
(NHK)に出演

鈴木富雄医師による

総合診療ワークショップ

『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。
医系学生どうしで、ディスカッションを通じて学びを深め、交流しませんか？

2019年6月1日(土)13:30〜17:30

会場　尼崎医療生協職員食堂(4階)

対象　医学生、看護学生、薬学生、歯学生、医師をめざす高校生・予備校生

参加学生の感想

聞き流してしまいそうなささいな情報も、医師として、人に対する関心を忘れずに、どんどん掘り下げていかないとだめだと気付いた。
(兵庫医科大学1年生)

看護からの視点だけでなく、自分が思いつかなかった視点から意見をたくさん聞くことができ良かったです。患者を見た目で判断せず、心の内を聞くことは本当に大切だとわかりました。
(関西看護医療大学3年生)

色んな立場の人と話すことができ、視野を広く持つことだけでなく、みんなで患者さんを診ることの大切さがわかりました。自分とは全く違った人生を送ってきた人について考えるのは、想像力が重要なのもよくわかりました。
(須磨学園高校3年生)

お申込み・お問い合わせ

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WS参加希望」と入力の上、本文に「氏名・学校名・学部学科・学年・住所・電話番号(当日も連絡のつく番号)」をご記入のうえ、お申込みください。
(右のQRコード、または、ホームページからも申込可能です)

まりも学生
■発行／兵庫県民主医療機関連合会 看護学生委員会　〒650-0047 神戸市中央区港島南町5-3-7
■Tel:078-303-7351 Fax:078-303-7353 ■E-mail:kangakusei@hyogo-min.com