

当院の認定看護師を紹介します！

認定看護師とは、日本看護協会の審査に合格し、ある特定の看護分野において、専門的な技術と知識を持つと認定された者を指します。認定看護師になるには、看護師としての経験年数が五年、その内特定分野での経験を二年積んだ後約半年の研修コースを終え、試験に合格しなければなりません。当院には特定分野全十九分野の内、七分野の認定看護師が活躍しています。ここで、その全員をご紹介します。

- 一・お名前
- 二・認定看護師名称
- 三・仕事内容
- 四・皆さんに一言

一・高山裕子さん  
神戸早苗さん



認定看護師はこの  
バッチが目印です。  
月桂樹の葉と灯火  
(科学・看護等)を  
アレンジしています



二・がん性疼痛看護認定看護師  
三・高山：緩和ケア病棟の患者さんのケアを主に行っています。痛みの原因を見極め、処方された薬剤を個人の生活に合わせて効果的に使用できるようにと考えています。また、痛みの閾値を高めるため、患者さんが大切にしていること、楽しめることを生活の中に取り入

れるようにしています。  
神戸：私は当院の在宅緩和支援センターで医師と電話相談も行っています。地域の患者さんやご家族、また医療従事者からも受け付けています。毎週水、金曜日の十三時から十六時です。

高山：この資格を目指したきっかけは、消化器内科に勤務していた頃、がん性疼痛に苦しむ患者さんが多いことを知ったからです。  
神戸：元々、疼痛看護を勉強したくて資格も目指していました。先輩の高山さんの存在は大きいです。勉強会など高山さんの活動を通し、院内の緩和ケアのレベルが上がってきていると感じます。

高山：一般病棟でも意識が高いスタッフは居ますが、院内全体の緩和ケアをさらに充実させていきたいです。そのために緩和ケアチームの活動を通して、がん治療を行っている患者さんにも苦痛なく過ごしていただけるようなサポートをしていきたいと考えています。  
神戸：患者さん、ご家族からの反応が一番の原動力です。認定看護師は実践者です。実践を通して理論と繋がり、自身の成長を感じられます。

四・高山：痛みなどの苦痛症状で困っていらつしやる方は是非気軽に主治医、看護師に相談して下さい。緩和ケアチームでサポートさせていただきます。

神戸：退院援助で困った時、在宅緩和支援センターで、お手伝いできるかもしれません。電話番号は〇三一二六九一〇九九四です。

(リハビリテーション室 安田彩 医療情報部 山田有希子)

一・小西直子さん



二・感染管理認定看護師

三・『感染』と名が付くことに関しては、私の担当範囲となります。感染制御は病院に出入りする人全員が統一して実践しなければ、効果が発揮できません。そのため、各部署の指導者育成と職員一人一人の基礎的知識のレベルアップを目指し、感染管理担当者育成研修を平成十八年度より開講し、感染に関する基礎知識を十分に学んだ看護師(10名)の育成を行っています。また、各部門に出張し勉強会を行うことで、各部門での日常の疑問などに答えられるようにしています。その他、タイムリーに的確な感染対策を実践してもらえよう日々リサーチやサーベイランスを行い、地域や院内の感染発生状況、最新のエビデンスや情報を把握し、それを『ICニュース』や研修などを通じて判りやすく皆さんに伝えられるよう努めています。

四・感染対策マニュアルをもっと活用していただけた上で、感染に関する疑問・問題がある場合は、いつでもご一報ください。これから、インフルエンザや胃腸炎の季節に突入しますので、各自、体調管理をよろしく願います。

(栄養部 鬼頭延枝)

一・安西亜由子さん



二・重症ケア認定看護師  
三・何か一つに特化している他の認定とは違い、重症患者様のケア。

アセスメント全般を行うのが特徴です。急性期からのリハビリや感染対策、医療機器や薬にも気を配り、日々の全身ケアから、急変の防止・早期発見・適切な判断や対処まで、全般を心がけています。また、ご家族へのサポートも大切と考えています。

IC配属となり一年、勉強しても全然追いつかないことに悩み、ICU(2)専門課程の卒業教育の学校に通うことを決めたのが、後の認定取得につながりました。以前は病気の知識を中心に勉強し、治療について医師と対等に話ができることを目標にしていました。が、卒業教育を経て、今では知識はベースであり、その上で看護師としての観点からみた個々の患者様に応じたケア・意見が求められていると考えています。

四・認定看護師は沢山います。それぞれ得意分野を理解して、活用して頂けるとうれしいです。

(薬剤部 藤掛沙織)

一・北條志穂さん



二・重症ケア認定看護師  
三・重症患者様のケア全般が担当です。その中でも、現在は呼吸器内科病棟配属のため、人工呼吸器やPAP(非侵襲的陽圧換気療法)を導入している患者様のケアを多く担当しています。今年から安西さんと協力し、上記の患者様を対象にした、他病棟へのラウンドも開始しました。各病棟のナースから、ケアをしていく上で悩んでいること、困ったことなどの相談を受け、指導をしています。

とがきつかけです。今年には認定を取得後五年目、更新をきつかけに同期の友人と情報交換をする機会が多くありました。学会や更新時等を利用して他院の友人と交流することは、日常の実践的な役割だけでなく、本来の役割全体を見直すきっかけにもなり、刺激され、モチベーションの維持にもつながります。

四・硬い分野ですが、分からないことがあれば気軽に声をかけてください。

(薬剤部 藤掛沙織)

一・山地陽子さん



二・糖尿病看護認定看護師  
三・内科外来で糖尿病の生活相談やインシュリン注射方法の指導やフットケア外来を行っています。また、糖尿病診療委員会に参加しています。  
勉強したい、専門看護を学びたいと考え、好きだった糖尿病看護を選びました。糖尿病は慢性疾患なので長期に関わり、患者さまをよく知ることが大切です。生活状況を聞きながらアドバイスしていくのですが、その中で美味しいもの話を聞いたりするのは楽しいですね。  
糖尿病認定看護師は現在全国で二〇一名いますが(平成二一年現在)、患者数に対して認定医や専門のスタッフ数がまだまだ少ないと感じています。  
四・もつとたくさんの患者さまのお手伝いがしたいと思っています。ぜひご相談ください。



一・工藤博子さん



二・手術看護認定看護師

三・手術看護と聞くと、「医師にメスを渡して、汗を拭く」というイメージがあるかもしれませんが。現場でもイメージ通りの姿は見ることができません。しかし手術看護の一番の目的は「患者様が安心して安全に手術を終え、病室に帰ることができるよう看護すること」です。例えば、麻酔で動けない間に褥瘡ができないよう予防すること、術後の早期回復・感染予防のために、温風を使った加温装置などを使用して、体温低下を予防することなどです。

一・上原かなめさん



二・認知症看護認定看護師

三・毎週木曜日午後には認知症看護の相談として、内科病棟のラウンジと、依頼のあった病棟を訪問しています。その他に院内の継続教育や各部署での学習会などを実施しています。

高齢者が多く認知症の方も増えている一方で、意外と医療者が加齢に伴う心身の変化や、認知症とせん妄の違いなどについて関心が高いような気がしています。認知症という病気やケアについて、もっと関心を持ってもらえよう、学習会やコンサルテーションで働きかけていきたいです。

二・皮膚・排泄ケア(MOC)認定看護師

三・以前の名称は創傷・オストミヤ、失禁ケア認定看護師でした。昨年、一般の方にもわかりやすいようにと変更されました。

主な仕事は入院患者さまの褥瘡管理や週一回のストーマ外来、皮膚トラブルや手術後の創感染、創離開の相談です。また、新人看護師やリンクナース、ジェネラルナースに褥瘡予防教育を実施しています。関わり始めた五年前の院内褥瘡発生率は30%でしたが現在は10%に減少しています。重度の褥瘡も少なくなりました。100%を目指しています。

資格取得のきっかけは泌尿器科に在籍していた時に独学でストーマケアを学んだことでした。MOCナースは全国で一、二三人(平成二一年度現在)がいます。褥瘡対策に力をいれるという国の方針によりMOCナースを求める病院も増えています。自分自身のやりたいこととたまたま時期があったのかな、と思います。

四・様々な看護師や医師と相談してより良いケアを提供し、患者さまが少しでも良い方向に向かうのは楽しいです。何かあれば、ぜひ一緒に考え、ケアを行いたいと思います。

(リハビリテーション室 安田彩 医療情報部 山田有希子)

ポランティア紹介

今回は病棟をお手伝いしている米田喜一さんをご紹介します。



●ポランティアを始めたいきっかけは？

医療関係の仕事を探していた時に、インターネットで当院のボランティア募集を目にしたのがきっかけです。病棟内で患者さんがどのように過ごされているのか、と

いつたことを少しでも勉強できればと考え、病棟でのボランティアに応募しました。

●ポランティアとして活動しての感想は？

主に当院別館5階の病棟で患者様のお手伝いをさせて頂いておられます。患者様の話相手、病棟内の散歩、本館売店へ買い物、リハビリテーション室への送迎などを行なっております。患者様が長く過ごされる場所のひとつなので、少しでも快適にお過ごしいただければと考えております。また微力ながら看護師、看護助手の方々の手助けになればとも考えております。患者様が笑顔で退院されていかれる姿を拝見したり、いつもありがとうございます、と言って頂いたりするときによかったです、と実感します。

●いつもどんなことをして過ごしていますか？

よく友人達とテニスをしたりして過ごしています。球出しや、ラリー、簡単な試合などを行なっております。最近では料理に興味を持っております。まだまだ友人を呼んでパーティーを、とまではいかなものの、時々作っては楽しんでいます。

●皆さんに一言

常に笑顔で心がけております。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

(医療福祉相談室 井上忠司)

●栄養ミニコラム

「うつ」という言葉がよく聞かれるようになってきました。原因は「これだ」と特定できる物は無く、色々な要因が重なって起こるといわれています。食事で少しでも、心と体のメンタルケアが出来るようになってい

「うつ病は、誰もがかかりうる病気」という認識が、徐々に世間に広まってきました。「原因はこれだ」と特定できる物は無く、色々な要因が重なって起こるといわれています。食事で少しでも、心と体のメンタルケアが出来るようになってい

と、ひとつの例をご紹介します。うつ病の発症は、脳のセロトニン不足が関係していると言われております。セロトニンの基となる物質がトリプトファンといわれる物質です。トリプトファンは、人間が体内で作ることが出来ないアミノ酸で、たんぱく質を含む食品に入っています。それだからと言って、たんぱく質のものをばかり食べているだけでは、鉄分が十分に吸収できなかったり、動物性脂肪が多くなったりと色々な弊害も出てきます。このため、やはり、食事は「○○だけ」の一点重点主義ではなく、主食+主菜+野菜の三点セットで、色々組み合わせ、楽しく食事を摂るようにしましょう。

体にいいからとこればかりを摂るのではなく、色々取り混ぜ、主食+主菜+野菜の形で摂りましょう。

神経細胞の基となるDHA・EPAを多く含む食品の例

品名	1食分の目安	DHA(mg)	EPA(mg)
あじ	1尾(70g)	311.1	161.1
まぐろ赤身	80g	94.1	21.3
いわし	1尾(55g)	724.4	643.9
さば	80g	557.5	402.2
さけ	80g	321.9	167.4

品名	1食分の目安	たんぱく質(g)	
乳製品類	牛乳	200ml	6.6
	プレーンヨーグルト	100g	3.6
卵	鶏卵 Mサイズ 1個	6.2	
魚類	まぐろ赤身	80g	21.1
	いわし	中1尾(55g)	10.9
	あじ	中1尾(70g)	14.5
肉類	豚肩ロース	1枚60g	10.3
	牛もも肉	1枚60g	11.4
	鶏もも肉	1枚60g	9.7
大豆製品	納豆	1P(40g)	6.6
	木綿豆腐	1/2丁(150g)	9.9

たんぱく質食品の例  
「栄養と料理」2009. 4月号より  
(栄養部 鬼頭延枝)

2009年8月1日より電子カルテが導入されました。詳しくは次号！乞うご期待！



四・患者様・医療スタッフ問わず、手術室は見学が可能です。未知の体験への不安を少しでも軽減させるため、手術室・病棟間のケアの連携のため、ぜひ手術室見学にいらしてください。また、手術・麻酔に関する質問や相談にも随時応じますので、気軽に声をかけていただきます。よろしくお願いします。

(薬剤部 藤掛沙織)

一・船木智子さん

(看護部 塩澤美枝)



今回は病棟をお手伝いしている米田喜一さんをご紹介します。