



中日新聞「リンクト」
LINKED
plus+
シアワセをつなぐ仕事

SPECIAL REPORT

看護のスペシャリストが
安心の療養生活を支える。

看護専門外来特集

CONTENTS

- 1 Cure 病気のおはなし
- 2 Cure 検査のおはなし
- 3 地域医療を支える新しい力
- 4 地域医療の豆知識
- 5 NEWS & TOPICS

Message

院長メッセージ

慢性疾患を抱えながら自宅で療養していらっしゃる方は、治療や生活のことで不安になったり悩んだりすることもあると思います。そうした場合、お気軽にご相談いただきたいのが、認定看護師による〈看護専門外来〉です。ぜひ、今回の特集記事をご一読いただき、看護専門外来の活動について知っていただきたいと思います。

SPECIAL REPORT

看護のスペシャリストが 安心の療養生活を支える。

看護専門外来特集

認定看護師による看護専門外来を開設し、
療養生活の不安や悩みに応える。



CHAPTER 01

がん治療に不安を抱える 患者の相談に応えて。

この日、がん化学療法看護認定看護師の高須由江は、涙ぐむ患者の話に耳を傾けていた。「がんが進行してしまい、主治医の先生の提案で、抗がん剤の種類を変えることになりました。新しい薬は副作用が強く、それだけでも不安なのですが、効果があるかどうか、続けてみないとわからないという話です。私はこれからどうしたらいいのでしょうか」。そう語る患者を、高須は優しく励ましながら、新しい抗がん剤の特徴や有効性についてわかりやすく説明し、副作用を和らげるための日常生活の工夫を提案した。また、主治医に連絡し、治療の疑問について、次回の受診日に改めて説明するよう話を繋いだ。不安な気持ちを吐き出した患者は、幾分すっきりした表情を見せ、病院を後にしていった。

これは、西尾市民病院の看護専門外来の一コマ。同院では、平成25年5月、認定看護師による看護専門外来をスタート。今では、先に紹介した〈がん療養相談〉のほか、〈摂食・嚥下相談〉〈認知症相談〉〈呼吸器相談〉の各外来を開設し、さまざまな患者と家族の相談に応えている。そもそも看護専門外来を開設したのはどのような経緯からだろうか。「もともと他院に看護専門外来があることは知っていて、いつか私たちも、と思っていました。そのうち

当院でも、いろいろな看護分野の認定看護師が育成されてきたので、看護部が中心となり、看護専門外来を立ち上げることになりました」と高須。そして、それは自身が待ち望んでいた展開でもあった。というのも、認定看護師の資格を取得後、病棟から外来へ異動になり、多くの通院患者が悩みを抱える現実に向面していたからだ。「以前は急性期の治療を終えた後もしばらく入院できましたが、今は早期退院して家で治療を続けるのが基本です。自宅で療養する場合、在宅酸素や褥瘡（床ずれ）の管理など専門的なケアに戸惑ったり、家庭の事情で療養生活に困難を抱える方も多くいらっしゃいます。一日も早く看護専門外来を立ち上げ、困っている方々の力になりたいと考えていました」（高須）。

C O L U M N

●看護専門外来は、通常の医師による外来とは別に、専門的な知識・技術を持つ認定看護師などが主体となつて行う外来である。がん療養、摂食・嚥下、認知症、呼吸器などの分野ごとに、専門的なケアや生活指導を行い、患者と家族が不安なく病気に向き合えるよう支援している。

●医療を必要としながら日常生活を送る人が増えるにつれ、安心の療養生活を支える看護専門外来の役割は日に日に大きくなっている。



在宅療養の「困った」を 解決する窓口として。

西尾市民病院の看護専門外来は原則予約制で、相談時間は一人30分程度。〈がん療養、摂食・嚥下、認知症、呼吸器〉に関する各相談は無料で行われている。このように患者に負担のかからないサービスでありながら、活動内容はまだ広く知られていない。「なかには専門の看護領域以外の相談を持ち込む方もおられます。もちろんできる限り力になりますが、看護専門外来の趣旨があまり知られていないことを残念に思います」と、高須は打ち明ける。さらに看護専門外来は、診療報酬の請求が認められる部分が限定的なため、院内で存在感を発揮しきれない部分もある。

但し、西尾市には一人暮らしの高齢者や老老介護の家庭も多く、きちんと相談に応える窓口が必要であることは間違いない。「在宅療養中はずっと安定しているわけではなく、必ずどこかで病状が変わり、治

療や看護に迷うときがあります。そんなとき、ちょっとした悩みや心の引っかかりを気軽に話せる場所にしたい」と高須は強調する。さらに看護専門外来は、退院支援においても大きな力になることが期待されている。同院の患者支援室では、退院に向けて困難を抱えた患者にアプローチし、スムーズな退院を支援している。そうした患者が退院後、看護専門外来を上手に活用することで、安心して生活できるようにになれば、これほど心強いことはないだろう。

超高齢社会がますます進展していくこれから、病院に求められるのは何も最先端の医療の質だけでない。いかに患者の生活をサポートできるかというケアの質が重要なポイントとなる。「在宅療養で困ったことがあれば、私たち認定看護師の専門的な知識と技術がお役に立てると思います。私たちが窓口となり、適切な医療や介護サービスに繋げていけるような、頼りになる看護専門外来へ成長していきたいですね」と高須。攻めの姿勢で、患者支援を進化させていこうとしている。

BACK STAGE

看護専門外来がスムーズな退院支援をバックアップ。

●入院期間の短縮化が進められるなか、どの病院も患者の入退院支援に力を注ぐようになった。とくに、さまざまな理由で退院が難しい患者の場合、いかに安心して療養できる環境を用意できるかが、重要な鍵を握る。

●看護専門外来は、そうした患者の退院後の生活を支える役割を担う。退院後に困ったらいつでも相談できる、そんな窓口を用意することで、末長く安心の療養生活を支えていくことをめざしている。



キュア
Cure

病気の おはなし

先生、
教えて!



テーマ

腰痛



高齢女性が抱える腰痛。
その原因の多くは、
「いつの間にか骨折」です。

01 普段の生活のなかで起きる「いつの間にか骨折」。

高齢の方で、強い腰痛がずっと続いているという方はいらっしゃいませんか? 例えば、立ち上がる時、ベッドや布団から起き上がる時、寝返りをするときなどに痛みを感じ、さらに、座っても痛い、座るのが痛いなど、動くときにこれらの症状があったら、脊椎(せきつい)圧迫骨折が考えられます。

この骨折の特徴は、転んだり、怪我をして大きな外力を受けたわけではなく、普段の生活のなかで、くしゃみをしたり、ちょっと重い物を持つだけで、「いつの間にか骨折」をしてしまうというものです。圧迫骨折を起こす一番の原因は、骨の量(骨量)が減って骨が弱くなる骨粗しょう症です。

02 骨折の治療は2~3カ月。骨粗しょう症の治療は一生です。

脊椎圧迫骨折かどうかは、X線・CT・MRIといった検査で判明できます。軽度の骨折であれば、コルセットで固定し、前屈を禁じて比較的安静にします。重度になってくると、ギプスや装具で固定して安静にします。長期臥床が必要になることもあります。いずれにしても、骨折自体は、2~3カ月で治っていきます。

一方、骨折の原因が骨粗しょう症で

あると確定するには、腰の骨と大腿骨(股関節)の骨量(骨密度)を調べる検査が必須です。そして、腰や大腿骨のいずれかの骨密度が、70%を下回った場合、骨粗しょう症と診断され治療が始まります。

骨粗しょう症治療の目的は、骨強度を高めて骨折を予防し、QOL(生活の質)を保つことです。骨量の減少具合、年齢などによりますが、治療法の中心は主に薬物治療で、食事療法と運動療法を並行して行っています。



Message

医師からのメッセージ



整形外科 部長
犬飼規夫

定期的な骨量(骨密度)検査を受け、寝たきりや要介護を回避しましょう。

腰痛は、ぎっくり腰であれば数日くらいで治ります。しかし、脊椎圧迫骨折の場合は、1カ月、2カ月と痛みが続きます。単なる腰痛と放置せず、病院で診察・診断を受けることをお勧めします。

また、圧迫骨折の原因である骨粗しょう症は、「骨がスカスカ」の状態であり、「いつの間にか骨折」がいつ起こってもおかしくありません。骨粗しょう症自体に痛みはありませんが、治療は一生続きます。だからこそ、50代に入ったら、定期的に骨量(骨密度)検査を受けるなど、常にチェックが大切。直接的に生命を脅かす病気であり、骨粗しょう症による骨折から寝たきりになるなど、介護が必要になってしまわないよう十分に注意しましょう。

キュア
Cure

検査 の おはなし

テーマ

骨塩量検査

検査の
メリットは？

骨塩量(骨密度)に加え、
筋肉量も測定できる
骨粗しょう症の検査。



01 迅速、かつ、測定精度の高い検査装置を導入。

骨粗しょう症の診断・治療には、まずは骨塩量(骨密度)を測定する検査が必要です。骨塩量とは、骨を構成するカルシウムなどのミネラル成分が、骨の中にどれほど詰まっているかを示すもの。その程度を明らかにするのが骨塩量検査です。

撮影法は、腰椎と大腿骨頸部に、2種類のX線を照射し、骨による吸収の差を利用して、骨塩量を測定します。この検査法は、迅速かつ精度の高い測定ができ、骨塩量測定の標準とされるもの。時間は10分程度で、X線の被曝量は極めて少なく、検査時に痛みなどは一切ありません。

02 サルコペニア、フレイルを予防するのに役立つ骨塩量検査。

当院では、超高齢社会の課題を見据え、いち早く骨塩量測定装置を導入しました。この装置の大きな特長は、骨塩量とともに、筋肉量を同時に測ることができる点にあります。筋肉量とは、自分の体についている筋肉組織の重さのことです。筋肉量が不足してくると、

筋力・身体機能が低下するサルコペニアとなり、健康障害を引き起こしやすくなります。さらに、介護を必要とする前段階であるフレイルをも引き起こします。

骨粗しょう症の要因となる骨塩量を改善するのも、筋肉量を増やすのも、高齢になると簡単にできることではありません。転倒やいつの間にか骨折などを防ぐ、ひいては健康寿命を延ばすために、自分の体、骨について知っておくことはとても大切です。



Message

私たちが支援します



画像情報室 副主任
近藤有理

定期的な検査で「骨卒中」を防ぎ、生活の質を保ちましょう。

「骨卒中」という言葉をご存じですか。高齢者の骨折は骨卒中とも言われ、脳卒中と同様に生命を脅かすものと考えられるようになってきています。骨塩量や筋肉量が減少していると、一回の骨折によって長期の寝たきりになる可能性も否めません。

サルコペニア、フレイルになる前には、食が細くなった、歩幅が小さくなった、また、歩く速度が遅くなったなどの変化が現れます。特に女性は、閉経を迎えると、骨を守っているホルモンが急激に減少するため、半年に1回は骨塩量、筋肉量の測定をお勧めします。気になる方は主治医にご相談の上、検査を受けましょう。



地域医療を支える



新しい力

チカラ

対談企画

初期臨床研修医

新人看護師



すべての人の心に寄り添い、プロの高みをめざす。



二人とも医療従事者として2年目。
将来の自分の姿を描けるようになりましたか？

毛利 山岸先生は、医師資格取得後の初期臨床研修医2年生。そろそろご自分の専門診療科をお決めになったんですか？

山岸 整形外科医をめざすことにしました。

毛利 私、整形外科病棟にいます！決めた理由は何ですか？

山岸 当院の整形外科は、自由闊達な気風があって、指導はもちろん厳しいのですが、積極的な若手には、さまざまな経験をさせてくれるんです。その環境で手術内容に興味を抱き、面白いと思ったことが決め手になりました。

毛利 手術後の患者さんをみるのが、私たちの仕事です！

山岸 手術後の患者さんの看護は大変ですか？

毛利 痛みがあったり、体を自由に動かせないことから、自信をなくす方もいます。でも、回復する過程で、できたことを褒めて差し上げ、次へのモチベーションを高めていただけるよう、丁寧な観察と声がけを心がけています。でも、自分がめざす看護師像には、まだまだです。



この2年間で、最も強く学んだことは何ですか？

山岸 毛利さんがめざす看護師像とは？

毛利 患者さん第一。入職して一番に教えていただいて、それを実践する先輩の姿がとても印象に残ってます。だから私もそんな看護師になりたいと思ったんです。でも、多重課題に追われると、何を優先すべきかわからなくなって…。そんなときは、いつも先輩が上手に誘導してくださいます。学ぶ点がとても多いです。

山岸 僕が働き始めてすぐに感じたのは、医師として患者さんと接するには、そもそも人間的な基盤がないと、難しい面が多いということです。どの仕事でも同じでしょうが、命に関わる医師である以上、自分自身の基準を高くしなくてはと思います。

毛利 患者さんとの信頼関係に繋がる、ということですか？

山岸 はい。そして他職種の人からも、しっかり信頼される。先輩を見ていて、その大切さを強く感じました。

毛利 すべての人の心に寄り添う医療従事者ですね。

山岸 道はまだ遠いけど、お互いに頑張りましょう！

初期臨床研修医(2年目)

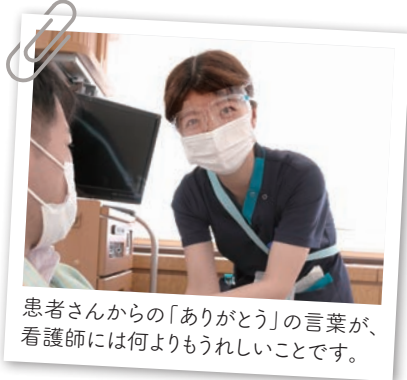
山岸勇登(やまぎし ゆうと)

兵庫県出身。町の医師として、地域から尊敬を集める父を見て医師をめざす。

新人看護師(2年目)

毛利果歩(もうり かほ)

愛知県西尾市出身。入院した父を支えてくれた看護師の姿に憧れて看護の道へ。



こんな言葉知っていますか？

地域医療の 豆知識

M A M E C H I S H I K I

テーマ
入院支援

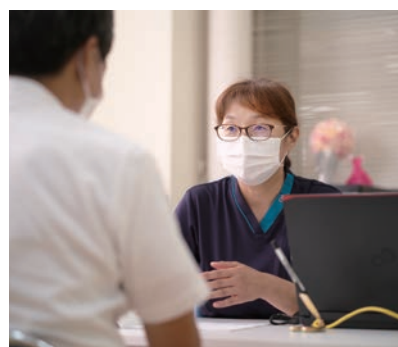
今回は〈入院支援〉について学びましょう



不安のない入院生活、さらには、退院後の生活まで見据え、多職種がしっかり患者さんに寄り添います。

「入院支援」とは、入院が決まった患者さん(緊急入院は含まず)に、入院生活や退院、退院後の生活を見据えて行う支援を指します。これは厚生労働省が進めている地域包括ケアシステム、すなわち、高齢者が、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供され、住み慣れた地域で、安心して生活続けることができる地域社会づくりを推進させるためのものです。入院期間の短縮が進む急性期病院(重症患者の治療を24時間体制で行う病院)のほとんどが行っている活動です。

具体的には、入院が決まった外来診療での段階から、手術や治療、入院生活、お金についてなど、患者さん・ご家族が抱える医療的・社会的不安や問題を把握。丁寧な説明や利用できる諸制度の紹介などを通して、問題解決を模索し、安心の治療・療養の実現を図ります。こうした活動の視線は、スムーズな退院と、不安のない退院後の生活までフォローする「退院支援」へと繋がれ、一貫した支援提供で医療の質の向上をめざします。



西尾市民病院では

院内の貴重な人的リソースを繋ぎ、患者さんのさらなる安心を支えたい。

当院の患者支援室に入院支援部門が誕生して3年目。外科・整形外科で手術を受ける患者さんを対象に、面談数も開設当初より2倍程度に増えてきました。

面談する際、私たちが大切にしているのは、患者さんやご家族の心配や不安、悩みをいかに拾い上げるかということ。予定された入院治療であっても、患者さんやご家族にとっては、人生における一大事です。こちらから説明するだけでなく、表情や様子をきちんと見て、患者さんやご家族が話しやすい雰囲気を心がけています。

実際にお話を伺うと、患者さんの心配ごとは、病気や治療面はもちろん、過ごされる病室の環境やお食事(栄養面)など、多岐に亘ります。内容によっては、院内の認

定看護師、管理栄養士など、専門知識を有する人的リソースに繋ぎ、患者さんやご家族がご納得いただけるまでご説明をしています。

これまで活動を進めるなかで、入院支援のための仕組みづくりは整えました。これからは、院内のネットワークをさらに拡充させ、患者さんの悩み、不安を、より専門的に解決できるシステムの構築および、対応診療科や人数の拡大に力を注ぎ、より充実した入院支援をめざしていきます。

患者支援室 入院支援室副主任
米津恵美子(看護師)



睡眠時無呼吸症候群の詳しい検査ができます。

睡眠中に呼吸が止まったり、止まりかけたりを何度も繰り返す病気「睡眠時無呼吸症候群」をご存じですか？ **治療せずに放置すると**、病気によって生じる日中の眠気から、判断力・集中力や作業効率の低下を招くほか、**交通事故をはじめ医療事故・産業事故などにもつながりかねません**。「いびき」「日中の強い眠気」「起床時の頭痛」「夜間頻尿」「集中力の低下」「居眠り運転をしてしまう」など自身の睡眠が気になる方は、当院の耳鼻咽喉科にご相談ください。



※一泊入院は、夕方入院し翌早朝退院できます。
※健康保険が適応されます。3割負担の場合は、約4万円で受けられます。

検査の流れ

問診・診察
(細いカメラで喉を観察)

スクリーニング検査
(自宅または1泊入院)

要精査

終夜睡眠
ポリグラフィー検査 **1泊入院**
(最新の装置で詳細な睡眠検査)

診察
(結果の説明・治療方針の決定)

地域医療デジタル掲示板 広告募集

企業の皆さま、医療機関・介護施設の皆さま

西尾市民病院、市役所設置の
大型モニターで市民の皆さんに
情報をお届けできます。

※掲載事項および内容には、審査がございます。



詳しくはお問い合わせください

合同会社プロジェクトリンク事務局
担当: 吉見

TEL: 052-884-7831

info@project-linked.com

看護師募集中!

お気軽にお問い合わせください。



安心して働ける
サポートがあります。

お問い合わせ先 西尾市民病院 事務部 管理課 職員担当
0563-56-3171 (内線2286)

病院広報誌 特設サイト



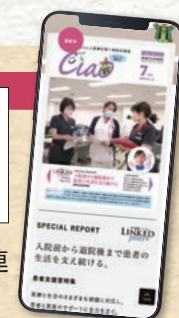
こちらから



地域の皆さんや連携機関の皆さんと「西尾市民病院」を情報で繋ぐ、広報誌連動型コミュニケーションサイト。ぜひご覧ください。

LINE〈公式〉アカウント

病院広報誌「Ciao」のLINE〈公式〉アカウントを開設しました。QRコードから「友だち追加」をお願いいたします。



西尾市民病院

NISHIO MUNICIPAL HOSPITAL

〒445-8510 愛知県西尾市熊味町上泡原6番地

TEL 0563-56-3171(代表) URL <https://hospital.city.nishio.aichi.jp/>



9 2022
月号 No.11

発行責任者/院長 禰宜田 政隆
発行/西尾市民病院
記事提供/中日新聞広告局
編集協力/プロジェクトリンク事務局
発行日/2022年9月30日