

大分岡病院の“顔”が見える広報誌

おかのかお



November
2012
Vol.40

59 創立
ご自由に
お持ち帰りください



特集

感染管理・訪問看護・緩和ケア 認定看護師対談

ヘルス情報 手根管症候群

栄養士のメディカルレシピ
糖尿病に減塩うま味料理

リハビリ体操 / 心臓を助ける身体づくり

南慧昭住職の誌上歌説法

感染管理・訪問看護・緩和ケア 認定看護師対談



認定看護師とは、熟練した看護技術と知識を持つと同時に、実践を通して看護師への指導や相談を行える、日本看護協会が認定した看護師のこと。今回の特集では、社会医療法人敬和会で働く3名の認定看護師にスポットを当て、その役割や仕事に対する誇りなどをテーマにした対談をお送りします。

現在、21分野において1万875名(2012年)の認定看護師が誕生し、大分県では111名が活躍しています。

各分野における認定看護師の仕事について教えてください。

佐々木 訪問看護とは、看護師などが居宅を訪問して医師の指示により、療養上のお世話などを行うものです。私たち訪問看護師は在宅看護・在宅医療における専門職です。家族と生活をしながら療養する居宅では、訪問看護師がニニシアチブ(主導権)を取ることが必要です。各自の迅速な対応が求められるケースが多い看護師を、実践の場で育て、教育するのが訪問看護認定看護師です。

幸 感染管理は、患者さん、職員、外部の業者さんなど施設に関わるすべて的人が対象です。その方が感染を受けない環境を整える、感染症を起こさないための対策を取る、感染を低減させるのが感染管理の仕事です。感染管理認定看護師は各

施設の状況に合った感染管理プログラムをたてて現場に周知徹底し、実践・評価・改善につなげることが最も大きな役割になります。

稻生 患者さんは病気の告知を受けると、身体の苦しみだけではなく、仕事を休まなければならぬという社会的苦しみや、家族の中で自分が不在になると、いう心の苦しみ、人生観の搖らぎなどが生まれます。さまざまな痛みや苦しみを総合的に整理してサポートするとともに、ご家族やスタッフなど複数が関わって患者さん個々をケアするための総括的な立場が緩和ケア認定看護師の仕事です。

内の感染対策委員会のメンバーとして活動していました。私は手術室勤務が長かったので、清潔・不潔、感染防止について考えさせられることが多くあります。また、患者さんの一番近くにいる看護師にとって、感染対策は基本であると感じていたので、感染対策に関する専門的な知識や技術を習得したいという強い思いがありました。

佐々木 日本の在宅看護は歴史が浅く、在宅看護論というものができたのも最近です。私が認定看護師になることで、スタッフが現在行っている看護の方法や考え方などの“根拠”になりましたかつたというのが一番の理由です。看護の質を求めて

幸 私が認定看護師の資格を取得したのは6年前。当時、院



なぜ認定看護師を目指したのですか?

内

病院や施設の垣根を越えた シームレスなケアに 取り組みたい。



稻生 野麦(いなお のむぎ)さん
大分東部病院 西病棟副部長
平成20年、緩和ケア認定看護師取得

稻生 感情や考えは人によって
違います。答える方は少ないので、
ご家族もスタッフも「本当に
思っていいこともあります。それ
を認定看護師同士アドバイス
し合うことで、より良い看護にな
ると思います。

稻生 認定看護師の方や他の施
設の方と、顔の見える関係を作
つておこうと心掛けて、常にコン
タクトを取るようにしていま
す。今では、患者さんが他院で



佐々木 最近、在宅ホスピスケア
という言葉をよく耳にします。
「在宅」は病院の「特別室」「個
室」と同じですから、緩和ケアと
の関わりはとても重要です。が
んの患者さんや、在宅で亡くな
る患者さんも増えていますか
ら、もっと看護の専門性を追求
したいときは稻生さんに相談をし
てみると、私たちの心のケアも
同時にもらっていると実感
します。

稻生 仕事に対する喜びや誇りは、
どんな時に感じますか？
佐々木 訪問看護師は、看取
りの場に居合わせることが多
い仕事です。ご家族から「あな
た達がいてくれたから、最期ま
でこの人を見取ることができ
た」と言われた時、この仕事に
誇りを感じます。人が生まれて
くる感激とは別に、皆がにこや
かに「こういうこともあつたよ
ね」「向こうで笑つてるだろう
ね」と、悲しみだけではなく自
分たち家族が歩いてきた喜び
を分かち合う中に、私たちが一
員としていられることがあります。

幸 現場の問題をいち早く察知
し、改善できるのは現場です。
最近、現場のスタッフが感染対
策に対して自主的に疑問を持
ち、改善していくこうとする姿勢
が見えてきました。とてもうれ
しいです。私は、黒子のようなも
のです(笑)。

現場スタッフの意識の向上が、 認定看護師としての誇りに。



幸 直美(ゆき なおみ)さん
大分岡病院 感染管理室 副部長
平成18年、感染管理認定看護師取得

いきたい、という強い思いも
きっかけでした。

稻生 病気の告知をされてか
ら、手術や化学療法など段階的
な治療に臨まれたその先には病
状が悪化して亡くなる方もいま
す。この期間は何年にも渡り、患
者さんもご家族も「この闘いが
いつまで続くのか」と心が折れ
そうになつたり、「無意味なこと
をしているんじゃないか」と深
い悩みを抱えることもあります。
その長い苦しみを支える知
識や技術を身につけたい、と
思ったのがきっかけです。患者
さんはそれぞれに人生のエピ
ソードがあり、私はその思いや
不安、悩みを「分けてもらつてい
る」と思います。大事な気持ちを
分けてもらう以上、それに応え

られるプロになりたい、という
思いが強くありました。

同じ法人内に異なる分野の認
定看護師がいることにメリット
を感じることはありますか？



佐々木 各分野の専門的なアド
バイスがもらえることだと思います。
では金銭的な理由から感染対策
を徹底できない場合もあるの
で、家々の条件に応じた感染管理
プログラムを提案することが求
められると思います。

佐々木 各分野の専門的なアド
バイスとは違い、在宅
によって専門家のアドバイスを
する必要がありますから、ケーズ
の場合は、その家々でアレンジす
ます。たとえば感染管理の基本
的なことは分かつていても、在宅
の場合は、その家々でアレンジす
ます。心強く思います。

幸 病院や施設とは違い、在宅
では金銭的な理由から感染対策
を徹底できない場合もあるの
で、家々の条件に応じた感染管理
プログラムを提案することが求
められると思います。

ヘルス情報

手根管症候群

【しゅこんかんしょうこうぐん】

**Q1 手根管症候群とは
どのような病気ですか。**

手がしびれる病気で、女性に多いです。1日中パソコンに向かいキーボードを打つたり、育児でおんぶや抱っこを繰り返したり、皿洗いや庭の草取りなどで、手を使いすぎて発症することが多く、最近、注目されています。「正中神経」という手の大半な神経が手首のあたりにあり、もともと狭いところを通りいているのですが、手の使いすぎなどにより圧迫されることが原因で起きます。

**Q2 症状について
もつと詳しく教えてください。**

典型的には夜中に手がしびれて目が覚めるという症状があります。最初は主に、親指、人差し指、中指、薬指がしびれます。そのうちに指の感覚が落ちていきます。

**Q3 放つておくと
どうなるのですか。**

指の感覚が落ちていくと、しびれや痛みは軽くなるので、治ったように錯覚することがあります。しかし、今度は親指の付け根の筋肉が落ちていき、縫い物や何かをつまむ動作などが困難になります。

Q4 治療はどのようなものですか。

比較的、初期であれば飲み薬、装具療法、注射などにより治まる場合があります。それでも治らない場合は手術を考えることもあります。手術では神経を圧迫している韌帯を切除します。手術の傷は2cm程度で手術時間は平均5～10分程度です。いずれにしても神経の麻痺が進行してしまわないうちに治療することが大切です。また手根管症候群以外の病気で手のしびれをきたすこともありますので、まずは早めに医師にご相談ください。

Certified Nurse

患者さんが安心して
在宅医療を受けるためにも
連携が不可欠。



佐々木 真理子(ささき まりこ)さん
大分豊寿苑訪問看護ステーション
管理者 師長
平成22年、訪問看護認定看護師取得



治療を受けられるとき、そこに認定看護師がいれば今後のケア継続について直接頼めるようになります。病院や施設間の垣根のないケアができるようになつたのは、資格を取つたからだと思います。

今後の目標を教えてください。

幸 これは3人共通の思いですが、「次の世代を育成すること」です。例えば、院内の認定制度を確立して、各部署の役割モデルとなり、それぞれの活動を実践・推進できるスタッフを育てることができたらと思います。これは、目標というより、使命と捉えています。



稻生 私も、認定看護師の育成とともに、各分野のスペシャリストとチームを作りたいと考えています。在宅でも施設でも、晚年をその人らしく豊かに過ごせるための、地域ぐるみでのエンドオブライフケア(終末期ケア)に取り組んでいきたいですね。

オカピの 豆知識



食事編

毎日を応援する福祉器具

人が日常生活を送る上で必要といわれている動作は「食事・整容・更衣・排泄・入浴・移動」です。なかでも「食事」は体の資本・元気の源となり、大変重要。「いつまでも自分でおいしく食べよう」をモットーに、使い易く安全な福祉器具を紹介します。

ご紹介している器具は大分岡病院総合リハビリセンターで購入できます。お気軽に見学にお越しください。



「ニギニギ」という簡単な指の動きだけで上手に使えます。持ちやすく使いやすい形でデザインや素材の質感など軽くおしゃれな箸です。

スプーン、歯ブラシ、さらには鉛筆にと自由自在に柄に巻いて使用できます。握る部分が太くなることで、握りやすさが向上します。



ソフトゴムスプーン

シリコングムで覆われているため、お口に優しい構造になっています。先端の大きさがあらかじめ一口大に小さく調整しているものもあります。

シイタケといえば、大分県を代表する特産品。今回は、そのシイタケを主役にしたお手軽減塩料理を紹介します。低カロリーで食物繊維たっぷりのシイタケのかさに詰めるのは、低カロリー&高タンパクのホタテ缶と木綿豆腐。濃厚なうま味と適度な塩分が含まれているホタテ缶の煮汁は、煮詰めることでさらに凝縮され、あえて調味料を加えなくても味に深みが増します。ポイントは素材のうま味を最大限に活かすだけ、という超簡単ヘルシーな減塩料理。ダイエット中の献立にもおすすめです！

素材のうまみで減塩サポート！

椎茸のパルメザンチーズ焼き

作り方



① シイタケの根元から外した石ずきをみじん切りし、木綿豆腐はしっかりと水気を切る。ホタテ缶は煮汁と貝柱を分けておく。



② 水切りした豆腐に片栗粉、ホタテ、**①**を入れてよく混ぜ、シイタケのかさの内側に詰めてパルメザンチーズを振りかける。



③ をオーブントースターでこんがりと色がつくまで約15分焼く。仕上げにパセリ粉を振りかけ、好みでケチャップを添える。



材料(2食分)

シイタケ	(中)8個	玉ねぎ(みじん切り)	1/4個
木綿豆腐	1/3丁	バター	小さじ1
片栗粉	大さじ1	パルメザンチーズ	大さじ1
ホタテ(缶詰)	1缶	パセリ粉	少々
A	{•マヨネーズ 大さじ2 •こしょう 小さじ1}	ケチャップ	20g
	{•塩 小さじ1/4 •パルメザンチーズ 大さじ1}		

栄養士の メディカル レシピ

糖尿病に
減塩うまい味料理

管理栄養士
長尾智己さん



キーマン
今月のお茶: 那門紅茶
お茶の内容: 那門紅茶、ベニバナ

お茶を愉しむ

案内人: 小田 雅恵 看護師



口から入るもののはすべて、健康維持に影響します。日常でよく頂くお茶も、色々な特徴があります。

お茶のいれ方

温めたティーポットに茶葉を入れ、熱湯を注ぎます。2~3分程蒸らしてカップに注ぎましょう。ベニバナを加える場合は、茶葉と一緒に適量をティーポットへ入れてください。



ひと工夫

ベニバナを加えることで、血の巡りが良くなり、血行不良からくる肩こりなどを和らげてくれます。

お茶の特徴

那門紅茶はダージリン、ウバと並び世界三大紅茶の一つとされています。紅茶独特の苦味がなく、果実のような甘みと口当たりのよいまろやかなお茶です。紅茶は茶葉を完全発酵させているため、体を温めしてくれます。

寒い季節や冷え性の方におすすめです。



あなたの町のヘルパーステーション ヘルパーステーション ばんぶく

大分市横田2-22-13 大嶋ビル103
tel.097-535-8055

Q1 ヘルパーさんはどのようなことをしてくれますか？
掃除・洗濯・調理などの生活援助やオムツ交換・入浴介助などの身体介護が主なサービスです。これらは介護保険や自立支援(障がい者分野)を利用した提供となります。例えば、病院受診の付き添い、同居のご家族の食事準備などは、介護保険や自立支援の制度上、対応ができません。このようなサービスに関しては自費となります。

Q2 ヘルパーさんに来てもらうには、どうすればよいですか？
介護保険、自立支援(障がい者分野)のそれらしい場合は、当事業所へ直接ご連絡ください。



「障がい者施設のスタッフ、ホームヘルパー、ケアマネジャーを経て、利用者さんのより近くで、その声に応えたいと、平成20年1月に訪問介護事業を立ち上げました。施設名の“万の福”には関わる方へ幸せを届けたいとの思いを込めました。」と代表の計野 满美さん



あなたの町のホームドクター 松岡メディカルクリニック

大分市大字松岡1824-1
tel.097-524-6777

診療時間／月～土 9:00～12:30、14:00～18:00(土曜日は17:00まで)
休 診 日／水曜日午後・日曜日・祝日



おじろ きょうこ 小代 恵子副院長
なれまつ よしのり 剑松 義啓院長

Q1 主な診療科目を教えてください。
院長が整形外科、副院長が内科の診療を担当しています。農業に従事される方や高齢の方が多い地域ですので、腰や膝の痛みを抱える方が目立ちます。整形疾患の予防的な治療や手術後のフォローまで、リハビリテーションにも力を入れています。内科ではカゼにも力を入れています。

Q2 副院長はこの地域のご出身だそうですね。
昭和44年に父が当時、医師不在だった松岡に医院を開設しました。私たちの代も、微力ながら皆さんのお役に立てる喜びを感じながら日々診療に当たっています。地域の方にはできるだけ慣れ親込んだ土地で、安心安全な医療を受けていただきたい。そんな思いで日々、院長、スタッフと共に切磋琢磨しています。



Q3 訪問診療も行っているのですね。
通院困難となっておられる方に計画的・定期的な訪問診療を行っています。病気・病状に応じて、整形外科医・内科医で訪問を行います。訪問には制限がありますので、あらかじめご相談下さい。

Q4 ひとことお願いします。
居宅介護支援事業所
097-520-1668

Q3 いくらくかかるの？
訪問介護事業を立ち上げて5年。日々感じているのは、高齢者・障がい者・子どもといぞれ利用できる制度が異なるため、制度間に「隙間」ができるてしまっているということです。その「隙間」を埋めたいです。例えば、働く女性のお子さんをお預かりする施設の中でも、高齢者も障がい者も一緒に過ごすというような、地元に根付いた事業を立ち上げたい。そんな夢がありま

す。理想は「富山型」と呼ばれる富山市にあるNPO法人デイサービス「ひのまる」です。

『介護保険』利用の場合		
要 支 援	サービス	利用者負担額
要 支 援	要支援1・2 週1回程度の利用が必要	1,220円/月
要 支 援	要支援1・2 週2回程度の利用が必要	2,440円/月
要 支 援	要支援2 上記を超える利用が必要	3,870円/月

『介護保険』利用の場合		
要 介 護	サービス	利用者負担額
要 介 護	身体介護 30分以上1時間未満	402円/回
要 介 護	生活援助 45分以上1時間未満	235円/回



大分岡病院平成24年11・12月の外来診療表

土曜日・日曜日・祝日は休診となります。診療スケジュールは変更される場合がありますので、お電話でご確認ください。



平成24年11月1日発行

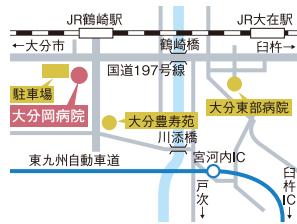


企画・発行
社会医療法人敬和会 大分岡病院 広報
〒870-0192 大分県大分市西鶴崎3-7-11

TEL.097-522-3131(代)
TEL.097-503-5033(コールセンター)
FAX.097-503-6606

E-mail kouhou@oka-hp.com
URL <http://www.oka-hp.com>

[大分岡病院](#) [検索](#)



【大分空港より】
空港特急バスエアライナーでJR大分駅へ約1時間

【JR】
JR大分駅より日豊本線下り
「鶴崎・大在方面」乗車
JR鶴崎駅下車徒歩約5分

【バス】
国道197号線最寄りバス停「鶴崎駅前」
または「寺司」より徒歩約5分

copyright 2007 ©oka-hospital all rights reserved. ※義肢装具士が常駐し、慢性創傷の治療と再発防止のための指導及び、必要な靴・インソール(中敷き)・装具の制作をします。

救急部	山口 豊・大久保 浩一・佐藤 崇史 (24時間対応しています)					
診療科	時 間	月	火	水	木	金
循環器科	8:30 ~11:30	永瀬 公明	立川 洋一 (新患・紹介のみ)	金子 匠行	立川 洋一	宮本 宣秀
心臓CT外来 (128列)	検査受付 8:30~11:30 13:30~15:30	立川 洋一	立川 洋一	立川 洋一	立川 洋一	立川 洋一
	診療 8:30~17:30					
心臓血管外科	8:30 ~11:30	岡 敬二 迫 秀則 森田 雅人		迫 秀則 高山 哲志	葉玉 哲生	
整形外科	8:30 ~11:30		直野 敬 猿渡 知行	直野 敬	山本 光太郎 亀井 誠治(第2・4)	直野 敬 山本光太郎(第2・4・5)
手外科	8:30 ~11:30				猿渡 知行(第1・3)	
肩関節外科	8:30 ~11:30					荻本 晋作(第1・3)
脳神経外科	8:30 ~11:30		中林 博道			
	13:30 ~16:30		中林 博道			
創傷ケアセンター	8:30 ~15:30			古川 雅英 松本 健吾 嶋 謙一郎		
フットウェア外来※	(完全予約制) 11:00 ~17:00			古川 雅英 (第2・4)		
形成外科	8:30 ~11:30	松本健吾 嶋謙一郎				
	13:00 ~17:00	古川 雅英		古川 雅英		古川 雅英
皮膚科	8:30 ~11:30	中田 京子 荒川 晶子	荒川 晶子	荒川 晶子	中田 京子	中田 京子 荒川 晶子
外科・消化器科	8:30 ~11:30	姫野 研三	平林 康宏	佐藤 博(第1・3・5) 平林 康宏(第2・4)	姫野 研三	佐藤 博
消化器内科	8:30 ~11:30	雄山 浩一			雄山 浩一 山内 美佳	
糖尿病内科	8:30 ~11:30			濱口 和之		穴井 学
腎臓内科 (慢性腎臓病外来)	8:30 ~11:30	中田 健		岡部 英司		
腫瘍内科	8:30 ~11:30		白尾 国昭(第1・3)			
	13:30 ~17:00		平島 詳典			
血液内科	8:30 ~11:30		緒方 正男		本田 周平	
呼吸器科	8:30 ~11:30		時松 一成			園田 尚子
	13:30 ~16:30					園田 尚子
神経内科	8:30 ~11:30			花岡 拓哉		花岡 拓哉
胸部外科	13:30 ~16:30				三浦 隆	
小児科	8:30 ~12:30	足立 晃子	立花 秀俊	立花 秀俊	立花 秀俊	足立 晃子
	15:00 ~17:30	立花 秀俊	足立 晃子	足立 晃子	足立 晃子	立花 秀俊
サイバーナイフ	8:30 ~11:30	香泉 和寿(完全予約)		香泉 和寿(完全予約)	香泉 和寿(完全予約)	香泉 和寿(完全予約)
	13:30 ~16:30			香泉 和寿(完全予約)	香泉 和寿(完全予約)	香泉 和寿(完全予約)
総合医学診療科	8:30 ~11:30	岡 宗由	岡 宗由	岡 宗由	岡 宗由	岡 宗由
ユニット マキシコロニア エイジヤル	歯科口腔外科 9:00~12:00 13:00~17:00	柳澤 繁孝 平野 公彦 松本 有史	柳澤 繁孝 平野 公彦 松本 有史	柳澤 繁孝 平野 公彦 松本 有史	柳澤 繁孝 平野 公彦 松本 有史	柳澤 繁孝 平野 公彦 松本 有史
	矯正歯科 13:00 ~17:00	小椋 幹記	小椋 幹記	小椋 幹記	小椋 幹記(15:00~17:00)	小椋 幹記
形成外科	13:00 ~17:00	古川 雅英		古川 雅英		古川 雅英