



A to Z

面白くてためになるAからZまでの 院内情報誌
復刊 第8号

発行 2014年（平成26年）10月

編集者 医療法人社団尾崎病院 編集委員会

「第26回鳥取さわやか車いす&湖山池マラソン大会」

平成26年9月14日（日）「第26回鳥取さわやか車いす&湖山池マラソン」に団体で出場しました。
当日は天候にも恵まれ、参加した18名の職員がそれぞれに合った走りを楽しんでいました。



フェイス



がんばれ!



舞理事長の頭の中なう Vol.8

～ あの頃は若かった19歳のころの頭の中～

高校を卒業して京都で浪人生活を始めた。見るもの、聞くもの新鮮で刺激的。なにより予備校で出会った友人にはとても刺激を受けた。田舎から出て来た私は、その会話に圧倒された。いままで感覚で感じることはあっても、言葉でそれを表現してこなかった私には。考えて言葉にする面白さ、どう感じるか、どう考えるか、それを相手に伝えることに夢中になった。勉強の合間に交わす議論。白熱する。友人たちの賢さに圧倒される。そんな私がはじめて雑誌に投稿した文章が月刊 Asahi に掲載された。嬉しかった1万円。そんな雑誌がでてきた。

万人が持つ幼児性

地球上に住むすべての人間は、“潜在的幼児性”とでもいうべきものを持っている。つまり、人間はいくつになっても甘えたいという思いを持っているということである。自分の立場を利用して、道理の通らないことを言ったり、不道德なことをするのは、周囲に対する一種の甘えだと思ふ。子供が母親に対して駄々をこねるのに似ている。自立を強いられ、他人に甘えることが許されない大人は、“幼児性発揮願望”が日ごとに増していき、ついには無意識的な言動に、その幼児性が出てしまうのではなかろうか。ほとんどすべての人が、子供のころ母親の「泣きたくなくなるようなやさしさ」「泣かせてくれるようなやさしさ」「甘えることを許してくれるやさしさ」を経験してきたことだろう。しかし、その体験ができるのは、一般に世間から子供であると認められている期間のみである。けれども、人はいつでもそういったやさしさを求めている。この要求が認められないので、人間(特に大人)の質にゆがみが出てきて、それが社会に影響を与えているように思う。

そういう願望を、周囲はある程度認めてやるべきだ。大人であるからといって、いつも世間に対して大人である必要はない。同時に子供でもあるのだから、大人に大人であることをいつも求めるべきではないと思う。大人の世界を少しずつ垣間見るようになり、どれだけ大人が精神的につらいのかがなんとなくわかるような気がして、何か少しさみしい気がして、こんなことを考える。

(京都市右京区・尾崎舞・学生・19歳)



さあみなさん、真剣に考え、言葉にしてこれからの病院のあるべき方向、姿を議論しようではありませんか！





ギャラリー

ホールに秋が登場しました!!
室内の秋を眺めながら、患者さん
に俳句を詠んで頂きました。



<栄養科 一品レシピ> 今回は、災害時の備蓄食材(トマトジュース)を使った料理を紹介します。

野菜ジュースで、簡単ミネストローネ

材料	分量
じゃが芋	10g
玉葱	10g
キャベツ	20g
ベーコンスライス	3g
水	100ml
チキンコンソメ	1g
野菜1日これ1本	40ml
牛乳	10ml
砂糖	0.1g
塩	0.2g
コショウ	0.01g
ドライパセリ	0.01g



【作り方】

- ① 具(じゃが芋・玉葱・キャベツ・ベーコン)は1cmの角切りにする。
- ② 分量の水とチキンコンソメで、①の具を煮込みます。
- ③ じゃが芋に火が通ったら、トマトジュースと塩・コショウを入れてひと煮立ちさせる。
- ④ 最後に牛乳、隠し味に砂糖で味を調える。

⑤ 器に盛って、ドライパセリを散らす。

湖山地区健康講演会

in 湖山地区公民館

・「いつまでも健やかに生きるよろこびをめざして」 理事長 尾崎舞

・「転倒・認知症予防教室」 ～ 100歳まで転ばぬためには・・・～
井坂徹、井上恵理

9月13日土曜日に湖山地区公民館にて“健康講演会”が開催されました。当院理事長の尾崎舞が「いつまでも健やかに生きるよろこびをめざして」というテーマで認知症と転倒についての講演をしました。講演後は、訪問看護ステーションスタッフによる「転倒・認知症予防教室 ～100歳まで転ばぬためには・・・～」というテーマで講義+実技の転倒・認知症予防教室を行いました。

参加人数は50～60名という多くの方に参加して頂きました。理事長の講演は、皆さんが真剣な眼差しで聞いておられ、時折、冗談を発すると笑いが起こり楽しい、そして勉強になる講演会でした。転倒・認知症予防教室では、予防のポイントなどを伝えながら、皆さんと体を動かし、楽しい時間を過ごせました。講演会後は、いろいろな意見や質問を頂きました。



リハビリテーション科 だより

【転倒予防トレーニング】

かかと落とし運動(骨の弱化を予防)



・両足のかかとをゆっくりとあげ、素早く力を抜き、かかとを落とします。かかとへの衝撃を感じながら10回繰り返しましょう。

※ 骨の疲労を考えて、2日に1回が目安です。

片足立ち運動



・ゆっくりと片足を持ち上げます。
1分間を目標に行ってみましょう。
左右3回が目安です。

膝の屈伸運動



・「1,2,3,4」のタイミングでゆっくりと両膝を曲げ、「5,6,7,8」のタイミングでゆっくりと両膝を伸ばします。

10回を1日3セットが目安です。

※ 深く曲げ過ぎないようにしましょう。

足の指の運動



・タオルを手繰り寄せる、足の指で体重計を押す、足の指でじゃんけんなど
足の指を動かしましょう。

<9月のイベント>

敬老の日のイベントとしてこの度、初めて当院へお越しいただき
「コールピーポー合唱団」の皆さんによる訪問演奏会を開催しました。



患者さんも一緒にたくさんの歌を歌い、楽しまれていました。

除圧体験型勉強会後の意識変化と褥瘡ケア

医療法人社団 尾崎病院 ○福山 洋 松本 侑平 河 弘美 尾崎 舞

【はじめに】

当院は回復期から維持期まで様々な患者が入院している。褥瘡予防やケアに対して看護師・介護福祉士・看護助手など色々な職種が独自のケアを行っていた。

今回、除圧や移動方法の体験型勉強会を行い、知識や技術を統一することで褥瘡予防やケアに対する意識変化がみられ、褥瘡治療日数が短縮したので報告する。

現状と問題点

- 褥瘡発生リスクが高い要介護者が、入院患者の大半を占めている。
- 褥瘡予防ケアを看護師・介護福祉士・看護助手が独自に行っている。

問題点

不十分なケア 流れ作業的な業務 力任せによる介護方法

【倫理的配慮】

- 本研究の結果は、
- 研究以外には使用しないこと。
 - 対象を特定できないように配慮すること。
 - 参加、不参加により不利益を受けないこと。
- 研究目的、内容、方法を口頭および文書で対象者に説明し同意を得た。

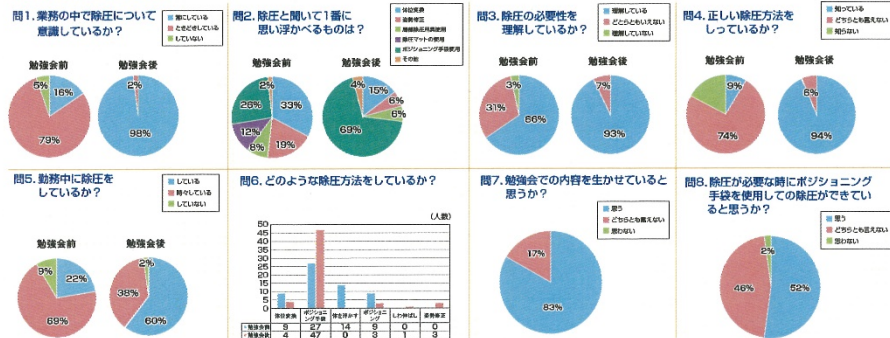
方法

- ① ポジショニング手袋を使用するの背上げ・背下げ・移動等の除圧方法や介助方法の体験。
- ② 体験後に各病棟スタッフ全員にポジショニング手袋を配布し除圧についてのアンケート調査。
- ③ 褥瘡勉強会の開催(9月:除圧の方法、11月:ポジショニング手袋、2月:ポジショニング手袋、5月:ポジショニング)
- ④ 院内褥瘡発生数と治療日数調査。

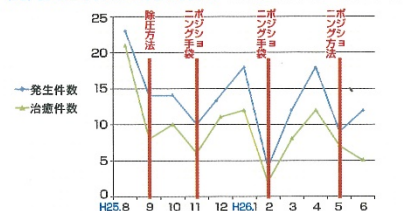
各病棟での勉強会風景



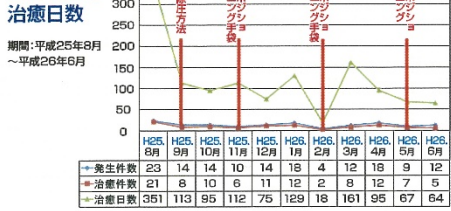
【結果】意識変化



院内発生件数と治療日数 期間:平成25年8月～平成26年6月



院内発生と治療日数 期間:平成25年8月～平成26年6月



【考察】

- 「業務の中で除圧について意識しているか？」の問いに対して勉強会後では、「常に意識している」が16%から98%へ増加した。これは、今まで日常的なケアであるが故にあまり意識されなかった除圧方法が勉強会を行うことで必要性が理解でき意識が高まったと考えられる。
- 「勤務中に除圧をしているか？」の問いに対して、勉強会前は22%であったが、勉強会後は60%に増加した。これはアンケートが勉強会後すぐであったため、除圧に対して意識してい

たものと思われる。

- 褥瘡予防ケアに関わる全スタッフに勉強会を実施することで、知識および技術を習得することができ職種による技術差の軽減につながったと考えられる。
- 勉強会開催した翌月は院内発生治療日数は短縮傾向であった。これは勉強会直後は除圧に対して意識しているが、時間が経過すると除圧に対する意識が薄れると思われる。

【まとめ】

褥瘡ケアの質を向上させるためには職員の褥瘡に対する知識や技術の獲得が重要である。そのためには、組織や個人の意識改革と知識や技術の習得が必要となる。

体験型の勉強会をすることで背抜きや足抜きといった除圧を行わないと苦痛が生じることを経験し必要性を理解することができた。また、ポジショニング手袋を当病棟全スタッフに1人1枚配布することで統一された褥瘡予防ケアが可能となった。しかし、日常的なケアであるため、勉強会直後は業務中も除圧方法を意識しているが、時間の経過とともに意識が薄れている。そのため継続的な勉強会開催が必要である。

除圧に対する意識を維持する環境作りを行っていくためにも今後さらに計画的に継続した教育を行っていく必要がある。

利益相反なし