

だんだん ニュースレター

隠岐広域連合立 隠岐島前病院

<http://fish.miracle.ne.jp/dozen/>



～ごあいさつ～

すっかり秋の深まりを感じる毎日となりました。日頃より皆様の隠岐島前病院へのご支援ご理解に心より感謝申し上げます。

さて、今の時期になりますと院内、院外での研修会や学会が多く、私達も日ごろの取り組みを外に向けて発信します。外に出ることで、さらに新たな気付きを頂き、明日の業務に生かします。また、院内においては先日の事ですが、TV、書籍でも有名な、福井県おおい町でご活躍の中村伸一先生をお迎えしました。“「よりそ医」講演会”と題して、地域の皆様方と一緒にお話を聞くことが出来ました。先生は地域の人を自分が支えているのではなく、自分が支えられているとおっしゃっていました。それまでには、大勢の患者さんやご家族とのご縁があったようです。目の前の一人一人に大切に關わること。住民一人一人の力を借りて地域医療を展開していることなど、とても勉強になり沢山のヒントを頂きました。今、私達の地域においては人口減少に伴う人材不足から、福祉サービスの滞りという問題が見え始めています。みんなが島で幸せに暮らせるように、今一度、関係者が足並みそろえて地域の皆様方と共に、自分の役割を果たすことが必要となっています。

だんだん 14号目次

- ・松浦看護部長あいさつ
- ・栄養管理科より
ソフト食について
- ・BLS 講習会報告
- ・ジャパンハート研修生報告
吉田看護師
山中看護師

私達も、皆様の信頼に答えるよう自分たちに出来る事、しなければならないことに向かって、元気に歩んで行きたいと考えています。これからも見守っていただきますよう、どうか宜しくお願い申し上げます。

朝晩が冷え込んでいます。気候の変化に体調を崩されませんようにご自愛の元、お過ごしくださいますように。

看護部長 松浦 幸子



～栄養管理科から～

☆咀嚼・嚥下困難な患者様の食事にソフト食を取り入れました☆

脳梗塞後遺症や認知症・老衰により咀嚼・嚥下機能が低下した患者様に嚥下食を提供していますが、その形態は個々により様々です。

その中に刻み食と言って副食を細かく刻み噛まなくても良い状態にした形態がありますが口のなかでバラけて嚥下できなかったり、粒が口の中に残ったりする患者様がおられます。そんな場合は今までは全部ミキサーにかけてどろどろにして提供していましたが、25年度よりソフト食にして提供しています。

作り方は・・・

* 食品をブレンダー状態にしたものをゼリー状・ムース状にした素材(冷凍食品で魚・肉・エビ・芋類・野菜全般と種類は豊富です)を利用しています。

* 栄養士はなるべく常食の献立内容に合わせて材料を置き換えて献立を立てています。

① 調理員さんが献立をみて材料を用意します

② 材料をスチームコンベクションのプレートに並べスチームにかけます



③ サラダなどの生の野菜はゼリー野菜を解凍します。



④ 蒸しあがった食品を器に盛りつけトロミのついた調味あんをかけます。



⑤ ゼリー野菜は自然解凍で付け合せやサラダ・おひたしに代用します。



だんだん

☆ ある日の昼食の普通食とソフト食



(普通食)



(ソフト食)

主食
豚しゃぶサラダ
厚揚げくず煮
ほうれん草ごま和え

ソフト食は・・・

*ミキサー食では出せない食材一つ一つの味が楽しめます。

*歯がなくても歯茎・舌でつぶせて、またとろみあんがかかっているので嚥下しやすくなります。

☆食種・形態が沢山ある中、調理員さんが頑張って作っています！！

～BLS 講習会～

10月20,21,22日の3日間、隠岐消防の方々を講師にお招きし、有効な胸骨圧迫の習得を目標とし全看護師を対象にBLS(一次救命処置)の講習会が行われました。

実際に一人ひとり発見者となり路上で人が倒れているという想定で、傷病者の発見から救急隊到着までを行いました。



消防の方からは、
①自分の身を守る意味でも、安全を確認したうえで傷病者と接触すること ②脈の確認は5秒以上10秒以内に留め、胸骨圧迫を開始すること ③傷病者の肩と腰に自分の膝が当たるように前傾姿勢を取りながら行うこと ④一人2分は継続して胸骨圧迫が出来るようになることとのアドバイスを頂きました。



だんだん

2分間胸骨圧迫を続けることは容易ではありませんが、胸骨圧迫の中断時間を減らす意味でも、そして救急隊到着までの平均時間から考えても出来るようにならなければいけません。

急変時、胸骨圧迫を最初に始める勇気と日々の業務の中で急変を予測する力を付けておく必要があると改めて実感しました。

来月にはICLSの講習会を開く予定です。日常の関わりを大事にしつつ、いざという非日常に備え今後もちょうじた講習会を定期的で開催したいと考えています。

隠岐消防の方々、忙しい中ご指導頂きありがとうございました。



～ジャパンハート研修生研修報告～

3カ月を振り返って



吉田看護師

8月から3か月間、隠岐島前病院で働かせていただきましたジャパンハートアドバンスドナース 吉田です。今まで色々な場で看護を学んできましたが、ここ島前病院はとても働きやすく、看護の楽しさを実感する場でした。

「看護の楽しさを改めて実感したこと」それが臨床を離れる決意をしていた私にとって、大きな変化でした。

まず、多くの看護師がそれぞれ自分なりの看護というものをされている印象を受けました。相手が望むことを考えてケアにつなげたり、不安になりそうなことを予測して声かけをしたり、

検査の移送ではどうしたら痛みが少なく、患者さんに負担が少なくできるかなど日々の業務にも一つ一つ配慮をしていました。

また、看護は人が対象であり、人との関係性の中に作りだされる行為です。予定通りに行かないことやマニュアル通りにはいかないことが当たり前の現場ですが、それを笑顔で柔軟に対応して、スムーズに次につなげていく姿に、コミュニケーション力の高さや、その場に応じて適切な判断をするための日々の気配りと、経験の積み重ねを感じました。

自信を持って行っている看護を見ると、こうありがたい・看護ってこんなに素敵なものだ



だんだん

ったのだなと改めて感じさせられます。そういった意味でも看護師がやりがいを感じて看護を楽しく感じる場であると思いました。



帝祭りでの女官姿

そして、自分の責任の枠に縛られすぎず、できる人ができる仕事を積極的にするという風通しの良いチームワークを感じました。限られた時間の中で必要な人には時間をかけて対応するために、その分を誰かがカバーし合うという環境が、より良い看護の実現につながっていると感じます。ゆっくりこの人の話を聞きたい、もう少しこの人のペースを尊重したい、難しいかもしれないけど希望を叶えたい・・・など看護の可能性を広げ、患者さんと向き合おうという思いを尊重しています。

忙しい現場で、この思いを実行に移すのが難しい環境

もあるのは確かです。その中で少しでもそれを現実にするためにはどうしたらいいか考え、協力し合っている印象を受けました。そのメンバーの一人として働くことができ本当に良かったです。

最後になりましたが、皆様の支えられて3か月間多くの学びを得ることができました。地域の方々との心温まる触れ合いも印象深く思い出になりました。また、アワビの貝を使ったアクセサリー作りや、先輩方のお宅で美味しい手作り料理を食べさせてもらったこと、1ターンのスタッフ同士でのきんにゃもにゃ祭り、初めての波酔いに苦しんだサザエ取り、帝まつりで女官役での参加など、楽しい体験を沢山させて頂きました。きれいな海や、空にも元気づけられました。是非また、ここ西ノ島に伺いたいと思います。

本当にありがとうございました。 吉田 円



山中看護師

NPO 法人ジャパンハートから参りました。2度目の離島赴任になります。最初の赴任地は長崎県の五島列島、ミャンマーでの半年間の医療活動を経て、この隠岐島前病院での赴任期間は3カ月。その赴任期間がもうじき終わろうとしています。赴任当初から毎日のように短いね～！と同僚、患者さんに声をかけていただきながら1日1日かみしめるように過ごした3カ月でした。



だんだん

隠岐島前病院とジャパンハートの関わりは長く、これまで何人もの看護師がこの病院にお世話になってきました。この病院の管轄は3つの島、6000人とのこと。本土から離れているハンデを補うため、独自のアイデアや工夫を駆使する離島医療に魅力を感じ島外からこの病院へ就職する人も増えているとのことです。

印象的なのは人との密接な関わりから生まれる医療者の細やかな“目配り、気配り、心配り”の姿でした。病院のスタッフが患者さんをよく知っており、隠岐に来て間もない私はふむふむ…と聞いてばかりでした。身寄りのないひとり暮らしの高齢者、風邪をこじらせた赤ちゃん、数日の入院で済む方から、ヘリコプターで本土へ運ぶ必要のある重症まで、患者さんを取り巻く状況を素早く察知し各部署と連絡をとりながら問題を解決していくベテラン看護師の姿、そこから共に学びながら病棟を四方八方駆け回る勉強熱心な若いナースの姿、何より地域で療養に励む患者さんの姿に刺激を受けながら楽しく働くことができたことに感謝しています。

夏の時期だったこともあり、伝統的なお祭りに参加させて頂いたり、都会では考えられないほど近くで綺麗な花火をみることができたり、プライベートも充実していました。時には上司から手料理をごちそうになることも…ベテラン看護師さんたちに驚くのは人間力のみでなく底知れぬ体力でもありました。隠岐は一步病院を出れば青い海が広がり、彼女たちの多くは海の中では頼れる海女(あま)さんでもありました。美味しい海の幸からつくるごちそうと元気も頂きました！

山中 千明



おわりに

今年度3回目のだんだん発行となりました。

今回は、研修生の研修報告に加え、普段皆様のお目にかかることが少ない栄養科の取り組みや、病院でのBLS講習会の報告をさせていただきました。

これからも島前病院についてさまざまな活動をご報告させていただければと思います。

寒くなり風邪の季節となりますが、くれぐれもお身体に気を付けお過ごしください。だんだん15号でお目にかかることを楽しみにしております。

隠岐広域連合立 隠岐島前病院

〒648-0303

島根県隠岐郡西ノ島大字美田 2071-1

TEL 08514-7-8211

FAX 08514-7-8702

MAIL (看護部)

dz-kaigo@asahi.email.ne.jp

