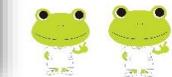


看護の心をみんなの心に

## 5月12日は 看護の日



### 高いスキルを活かした看護実践！！ ～当院の専門・認定看護師の活躍～



認定看護師とは、ある特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を有する者として、日本看護協会の認定を受けた看護師をいいます。あらゆる場で看護を必要とする対象に、水準の高い看護実践のできる認定看護師を社会に送り出すことにより、看護ケアの広がりや質の向上を図ることを目的としています。（現在21分野）

専門看護師制度は、複雑で解決困難な看護問題を持つ個人、家族及び集団に対して水準の高い看護ケアを効率よく提供するための、特定の専門看護分野の知識・技術を深めた専門看護師を社会に送り出すことにより、保健医療福祉の発展に貢献し併せて看護学の向上をはかることを目的としています。（現在14分野）



#### 「がん」と闘う看護師

がん放射線療法看護認定看護師の上村です。私は、今から2年前に認定看護師の資格を取得しました。ちょうどその頃から徐々にコロナウイルスが流行し始め、認定看護師の活動も少しずつではありますが、院内を中心に実践しています。主な活動は、放射線治療を選択された患者さんやご家族へ治療が完遂できるよう、身体的苦痛とそれに伴う精神的な不安に寄り添い、適切なタイミングで個々に合わせた支援を行うことです。

また、当院の放射線治療の歴史は長く、昭和44年以来、道東地域において外部照射はもちろん、子宮頸がんの腔内照射も行っています。放射線治療は、ターゲット（悪性腫瘍、良性腫瘍、ケロイドなど）への局所治療のため、合併症のある方や高齢者の需要は年々高まっています。日々、安全かつ安楽に治療が受けられるよう、治療寝台に数十分～1時間半程度寝ていただけるか、疼痛はコントロールされているか、照射歴の有無など事前に得た情報の共有に努めています。これからも治療完遂を目標に他職種と協働し、専門性の高いケアを行っていききたいと思っています。

がん放射線療法看護認定看護師 上村 華織

#### がんと向き合う看護師

がん看護や緩和ケアは、がんの終末期のイメージがあるかもしれませんが、がん医療の進歩に伴い診断、治療、再発、終末期それぞれの時期によって治療やケアも多様になりました。

現在、私は、がん看護相談を行っています。がん患者さんはがんの診断や治療、さらにはがん治療中も様々なことを決定する場面に直面します。突然の悪い知らせにより、複雑な心理状態の中で重要な決定をしなければなりません。そのため、患者さんが、がん治療を納得して選択し十分な治療を受けたり、がんと向き合い少しでも安心して療養生活を送るために、治療の選択、治療継続中の課題や今後予測される課題と一緒に考え決定するお手伝いをします。医療や看護の情報提供をすることで、多くの患者さんやご家族は、自身の力で何らかの決定をする力を持っています。その力を信じ決定を尊重し療養する患者さんとの対応にやりがいを感じています。

またもうひとつの活動は、緩和ケア内科外来や緩和ケアチームに所属し、患者さんとご家族に緩和ケアを提供しています。これは医師と看護師をはじめ担当薬剤師や理学療法士など多職種で構成されたチームで、あらゆる対応策を検討し実践します。

がん看護専門看護師/緩和ケア認定看護師 内海 明美



#### 心と体をつなぐお仕事

私は当院で、精神看護専門看護師として活動させていただいています。心の健康問題に幅広く働きかける専門職として、患者様やそのご家族への直接的なケアをはじめ、看護師のみなさんと一緒にケアを考える役割があります。リエゾン・認知症ケアチームに所属し、気持ちの辛さなど精神症状でお困りの方や感情が不安定になった妊産婦さん、認知症の方、せん妄の方など、さまざまな場面で活動を行っています。「リエゾン」とは、「つながる」「橋渡しをする」という意味があります。心の状態と身体の状態は密接につながっており、切り離して健康を考えることはできません。心と身体をつないで、“その人らしく”生活できるようお手伝いできればと考えています。身体の病気で入院した時、「気持ちが落ち込む」「眠れない」「落ち着かない」といった心の状態が現れることがあると思います。そのような時に、辛い気持ちを話してもらったり、リラクゼーションを促したりして、その辛さが何からくるものなのか、一緒に考えていきます。また、患者様だけではなく、心が疲れてしまった職員の方へのメンタルヘルス支援も行っています。

#### 心臓アドバイザー

精神看護専門看護師 大島 友美



皆さまこんにちは、慢性心不全看護認定看護師の本間です。2019年7月に認定看護師の資格を取得後、病棟・外来・訪問看護で活動を行っています。

活動内容として、心不全で入退院を繰り返している患者さんに対し、外来受診時の面談や訪問看護を行っています。外来面談では、心不全管理や病気の悩みなどについて相談やアドバイスをを行いサポートしています

訪問看護では、実際患者さんの生活の場を確かめさせてもらい、食事・運動・日常生活の問題点を把握し、入院中では気づけなかった部分をふまえ、より患者さんに合った個別性のある助言を行っています。また、地域包括支援センターやケアマネジャーと協働し、患者さんと一緒に今後のケアについても話し合いを行ったりしています。訪問看護の活動は訪問看護でなければ気づけない部分も多く、自宅療養を送る上で重要な援助だと感じています。今後も自宅療養を望む心不全患者さんに対して、安心して過ごせるように、医師やコメディカルと協働しケアを行っていききたいと思っています。

慢性心不全看護認定看護師 本間 渉

#### 人生の1ページに関わる仕事

私は、2017年に緩和ケア認定看護師の資格を習得しました。看護師を目指した時は、緩和ケアという言葉になじみはありませんでした。看護学校で初めて緩和ケアという言葉を目にし、実習先で多くのがん患者さんと関わるうちに緩和ケアに興味を沸きました。緩和ケアとは、がんと診断されたときから、がん自身や治療によって生じる辛いと感じる症状を少しでも軽くする医療です。日々、様々な症状と闘っている患者さんと関わっています。痛みや吐き気、全身のだるさ、体の症状の他にも、今後自分はどうなっていくのか・・・、家族に迷惑をかけたくないのに申し訳ない・・・等心の症状も患者さんは抱えています。ベッドサイドで、患者さんがどんな事に辛さを感じているのかお話を聞かせてもらっています。多くの患者さんと関わっていて日々感じる事は、この方の大事な人生の1ページに触れさせて頂いているということです。関わらせていただいた患者さんに日々感謝するとともに、体・心共に症状をどう楽にできるか葛藤しています。看護は、チームです。一人ではなく病棟というチームで、緩和ケアチームという多職種の力を借り日々、患者さん・家族と向き合っています。

緩和ケア認定看護師 山田 美穂

