



活動報告

今月は皮膚排泄ケア
認定看護師

皮膚・排泄ケア分野は、WOCNの由来であるW:WOUND(創傷) O:OSTOMY(ストーマ) C:CONTINENSE(禁制)を専門にしています。平素は、W分野:褥瘡やスキン-テア、C分野:失禁関連皮膚障害などでの相談が多いですが、今回は、O:OSTOMY分野から**患者・家族を対象に行っているストーマ外来**を紹介します。

ストーマ造設術は排泄の自律性を完全に喪失させ、自律性が損なわれることで自尊心が低下します。しかし、ストーマセルフケアを確立することにより自律性を再獲得して適応していくと言われていています。通常の疾患では、治療の終了をもって医療の終了ですが、**ストーマ保有者は退院してからが本当のストーマリハビリテーションの始まり**となります。ストーマ外来はストーマ保有者の生涯にわたる生活の質を支えることを目指した専門外来です。医師の指示のもと、毎週、金曜日の午後に外科外来で行い、当院で造設した方だけでなく、他院からの紹介の方も受け入れています。完全予約制で一人30分、一日に4~6名が来られます。ストーマ外来がない時代に造設した方も多く、相談する場所がなくて苦労された経験を聞かせていただくこともありました。

一生の長い付き合いになるストーマケア、みなさん、どうすればケアしやすいか？生活しやすいか？工夫されていて「すごいですね！」「その方法、他の方にも紹介しますね！」と学ばせてもらうことも多々あります。また、大正琴のお師匠さんから、「着物を着たいけど、ストーマでは帯は無理だよな？」と聞かれることもありました。ストーマ外来に来てくださる方々の局所の観察・生活指導はもちろん、**個別性のある相談内容に対応できるように**専門的な技術と知識を得られるよう常に努力しないといけないと感じています。



*写真はご本人の許可を得て掲載しています。

造設3年目の方、奥さんの料理が美味しくて体重増加が止まりません・
「太るとパウチが合わなくなりますよ」と
毎回体重を測定して指導しています。



ストーマカバーガイド
ストーマを押さえずに帯が巻けます！
着物を着る方にお勧め！

皮膚・排泄ケア認定看護師 大西千代



認定看護師の豆知識

今月は集中ケア
認定看護師

侵襲(しんしゅう)について

今回は、侵襲についてお話しします。**侵襲とは、生体の恒常性を乱す刺激(ストレス)**のことであり、外傷や熱傷、感染などの外部要因の他に、肺炎や悪性腫瘍などの内部要因も含まれます。なかでも、最も侵襲度が大きいのは広範囲の熱傷やショックなどであり、全身(あるいは広範囲)の細胞レベルで組織の維持が難しくなった状態といえます。

そのほか、治療でも侵襲にあたるものがあります。手術は治療ですが、生体に侵襲をあたえるものでもあります。お笑いトリオ「ネプチューン」の名倉潤さんがうつ病のため休養することになりました。この発表の中で所属事務所が「**手術の侵襲(しんしゅう)によるストレスが要因**」と述べたことで「侵襲とは何？」という疑問を持った方が多いようです。いくら低侵襲な手術であったとしても、患者さんにとっては身体、精神ともに多大なストレスであり、さまざまなホルモンバランスの崩れにより、名倉さんのようなうつ病につながることもあります。

看護師にできることは、疾患や手術による侵襲をうけたあとの患者さんのホルモンバランスが整えられるよう、**不快な刺激(痛みや不眠、便秘、尿閉など)をできるだけ取り除き、心地よくすごす**ことで交感神経の活発化を防ぎ、副交感神経をできるだけ優位に働かせられるようにしていきたいですね。

侵襲とストレス係数

侵襲/疾患	ストレス係数
小手術	1.0-1.1
癌	1.1-1.3
腹膜炎/敗血症	1.1-1.3
重症感染症/外傷	1.2-1.4
多臓器不全	1.2-1.4
熱傷	1.2-2.0



集中ケア認定看護師

堀内あゆみ

病棟ごとの勉強会 依頼受付中!

認定看護師会では今年度より病棟ごとの勉強会、研修を依頼を受け行うことになりました。

既存のテーマでも、看護で困っていることなどなんでも結構です!

リクエストお待ちしております!

各分野電話番号



救急看護:村上 8863

慢性心不全看護:原谷 8154

感染管理:篠原 8623

皮膚排泄ケア:大西 8397

認知症看護:藤原 8667

集中ケア:堀内 8676または

HCU1301

