

「やまぼうし」

平成 29 年 2 月 28 日 発行 9 号

発行所 公益社団法人岡山県看護協会
岡山訪問看護ステーション看護協会
岡山居宅介護支援センター看護協会
岡山デイナーシング看護協会

〒703-8251 岡山市中区竹田 155-7
TEL (086) 901-1373

発行責任者 宮田 明美

わが家で暮らし続けるために
安心をあなたに おだやかな時間をともに



【ご挨拶】

公益社団法人岡山県看護協会

会長 宮田 明美

穏やかな小春日和での幕開けとなった正月も過ぎ、庭先の梅の花に春の訪れを感じる頃となりました。皆様には、日頃から岡山県看護協会の事業にご理解をいただき、ご利用下さいまして誠にありがとうございます。今年も皆様にとりまして幸多き年となりますようにご祈念申し上げます。

少子超高齢社会が進展する中で、病院中心の療養から在宅へと転換が図られているところですが“住み慣れた我が家で暮らし続けたい”とは誰しもが願うところです。岡山県看護協会では、そのようなご希望に添えるよう訪問看護、療養通所介護、居宅介護支援を3本柱として実施させて頂いております。今年も療養通所介護を開設してから10年目の節目を迎えます。職員一同、皆様のご家族と共に安心して穏やかな時間を過ごしていただけますよう研鑽を積み、ケアの質向上とサービス内容の充実に、より一層努めて参る所存でございます。

今後とも皆様に育てられ成長するステーションでありたいと願っております。今後とも忌憚のないご意見やご要望をお聞かせ頂きますようお願い申し上げます。



増築工事のお知らせ！

H28年11月より増築工事に着工し、ご利用者様、地域の方、来客の方には騒音、駐車場などではご迷惑をおかけしています。1階のデイナーシングはベッド数が8床と増え、2階事務所も広くなり春の完成を楽しみにしています。テラスにあった「やまぼうしの木」が増築工事により撤去となりましたが、近所の方が庭で育てて下さる事となり、今年もきれいな花を咲かせるでしょう。感謝しています。



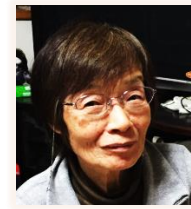
安全第一！
完成間近です！



「訪問看護ステーションに助けられて！」



神経内科クリニックなんば
院長 難波 玲子



神経内科の患者さんを中心に訪問診療専門のクリニックを開業してはや 13 年半が経ちました。神経疾患の多くは進行性で多大な介助が必要になり、呼吸障害や肺炎などの合併症で死に至る患者さんが多く、また、気管切開・人工呼吸器・吸引・在宅酸素などの医療処置を受けながら在宅生活を送っている患者さんが少なくありません。開業当初は、このような患者さんの「在宅療養」はとても無理と考える方々も少なくなかったように思いますが、次第に「在宅療養」を希望する患者さん・ご家族が増え、在宅での看取りを希望される方々も増加していると感じています。患者さん・ご家族が安心して生活を送るためには多職種のチームケアが必須ですが、とりわけ訪問看護の役割は非常に大きいと痛感しています。日常生活に接する機会は医師よりも訪問看護師さんの方が多く、患者さん・ご家族についての情報を頂いたり、吸引が必要なときや状態悪化時にはすぐに駆けつけてもらったりと、いつも助けてもらい感謝しています。在宅患者さんはますます増えると思いますが、「在宅の要は訪問看護」です、今後とも頑張ってくださいね。



【ご利用者のご家族】



「介護者の病気」

前田 啓子

夫は指定難病の多系統委縮症です。運動失調が主な症状で緩慢に進行し、現在は全介助が必要です。介護保険、医療保険のサービスを利用しながら在宅療養中です。これといった治療薬がないものの、日進月歩の今の医療にささやかな期待を寄せています。

医療依存度が高いので、日々の生活の中で色々な不安があります。中でも一番気になることは、介護者の私が病気になったら夫はどうなるのだろうか、恐らくレスパイト入院を余儀なくされるのではないかと、ということです。夫は気管切開をしているので話できません。現在お世話になっているスタッフは長い方ばかりなので、夫の気持ちを察して対応してくださっています。しかし、夫自らの思いを具体的に伝えることは難しいのです。

実は昨夏、心配が現実のこととなりました。突然私が入院手術を余儀なくされ、夫がレスパイト入院したのです。今までも家のリフォームや親の看護で夫が入院したことはありましたが、その時は私が元気で夫の病院に出向き、夫の代わりに要望を伝えることができました。しかし、この度はそれが無理でした。自分の入院よりも夫のことが気がかりでしたが、なるようにしかならないと覚悟を決め入院、手術を受けました。幸い経過が順調で早く退院でき、夫の病院に駆けつけました。

何かあればすぐ駆けつけられる看護詰所の向かいの個室でしたが、在宅療養と違って、医療処置か装着モニターのアラームが鳴らないと誰も来てくれない状況です。話しかけても返事がないわけですから、対応者は悪気なく積極的に話しかけてはくれません。夫にとって精神衛生

上あまり良いとはいえない状況でした。夫も私の入院のことが気になり不安が重なったのか、ストレスピークの状態だったようです。それまで問題がなかった胃瘻栄養がうまく入らなくて点滴となり、何らかの細菌感染で発熱、抗生物質の点滴と、悪いことが重なりました。

それでも何とか先生のご尽力で病状が改善され退院となった時はホッとしました。入院中は険しい顔つきだった夫も退院後は穏やかな表情となり、栄養も以前のように摂れるようになりました。入院前の生活が戻ってきました。しかし、今後また何があるかわかりません。その時はどうしようかと心配の種はつきません。

「家族の介護からおしえられたこと」

森廣 真理子



義父が脳梗塞で要介護状態となって11年。ずっとその介護に尽くしてきた義母が末期癌とわかってからは10ヵ月。二人とも（そして私も）訪問看護、デイナーシング両方でどっぷりとお世話になりました。

満州で終戦の日出会った二人、絆も人一倍でそばに寄り添うことに強いこだわりを持っていました。それが90歳近くまで痰の吸引、胃瘻と介護全般にわたり一緒に頑張れた義母のパワーの源だった気がします。

一昨年秋、その義母が体調を崩し義父を施設にお願いすることを決意。その後義母の自宅での緩和治療が始まりました。余命3ヵ月とのこと、不安だらけの私を在宅医療のエキスパートの皆さんがタッグを組んで心身両面で支えて下さいました。そしてたどりついたのは「一人で頑張れると思ひ込みをしないこと」弱音も不安も疑問も伝えることで、何倍ものタイムリーなサポートが返ってきました。おかげで終盤に次々と現れる症状の変化にも動揺少なくもちこたえたと思います。

今回一番ありがたかったのは、より自然な形でいいお別れが出来たことです。10年前私は実家の父を救急搬送の後、病院で悔いの残る形で見送りました。余計な事をしないという選択は難しいけど、そこには大きな違いが出たと思います。

後半義母は一人を怖がり夜中に動き続けたり幻覚が見えたり、いつもの義母とは違ういろいろな心の動きが表面化しましたが、最後は本当に穏やかな表情に落ち着きました。その過程を見届けることがとても重要に思えたし、義母からのメッセージにも感じました。終わってみると看取ったのではなく見せてもらった感じです。

晩年介護一色だった義母が最期に手紙で義父に残した言葉は「生まれかわったらまた、会いましょう。」でした。その5ヶ月後に義父も静かに逝きました。

きめの細かい心配りで支えて下さったスタッフの皆様に感謝！！最強のサポートでした。



【ご利用者アンケートの報告】



先日はお忙しい中アンケートにご協力頂き大変ありがとうございました。
各事業所とも前回の結果と同様にほぼ満足している内容の回答をいただきました。

《訪問看護》

『訪問態度や身なり』『時間や約束ごと』の項目では満足度が高い結果となり、「いつも明るく接してくれ、楽しい時間がもてる」「本人が明るくなった」「担当者のどの方も心のこもった対応をしてくれる」「来てもらった時に他の事ができた」などの言葉もいただきました。また、「病気や薬、体調についての質問に的確な答えが返ってくる」「夜間の対応や医師との連携も素早くしてくれた」「精神的な支えとなり最期まで自宅で過ごせてよかった。弔問に来てもらい慰められた」など頼りになったとのご意見をいただきました。反面、「訪問看護のレベルを上げてほしい」「看取りの覚悟が出来てない時にかけられた言葉に傷ついた」のご意見、また、訪問時間の変更・回数追加・時間の延長などのご要望にも、日々の関わりの中で気づけず、十分なケアや対応ができていなかったことを反省しています。ご利用者の求められていることを受け止め、訪問内容の振り返り・見直しを行ってまいります。

《療養通所介護》

前回と比べると「状態変化時の対応」「送迎や移動の安全」は良い評価を頂きましたが、「レクリエーションの内容や余暇の過ごし方」「職員へ気軽に相談ができる」「ただよりの季刊誌」は少し低めでした。今年は季刊誌の発行、レクリエーションで壁画作成などに力を入れてきましたが、さらに内容を充実させていきたいと思っております。

「安心して送り出していました」「体調に合わせて丁寧に送迎してくれるので安心」「連絡ノートで様子がよくわかる」「訪問看護と併せて利用ができ心強かった」「介護度が高い方に紹介したい」などのご意見がありました。また、「利用回数を増やしてほしい」には、4月から検討させていただきます。

《居宅介護支援》

「病気になった時にすぐに対応してもらい助かった」「素早い対応で助けられた」「先々の提案や情報を提供してくれた」などのご意見があり、また、「気になることを相談するとアドバイスがあり心強かった」「身近に相談相手があった」「相談にのってもらえ介護することができた」などのお声を多くいただきました。相談相手として頼っていただけうれしく思います。何か問題が起こった時の対応やご助言はもちろんですが、先を見据えたご提案や援助ができるよう、また良き相談相手となれるよう今後も努めてまいります。

80～90歳代のご利用者様が増え、独居や高齢夫婦二人暮らしのご利用者様が全体の半数近くいらっしゃいます。認知症の方も増えております。

既存のサービスだけではなく、行政や地域の方々とも手を携えて支援していきたいと思っております。ご利用者様に利用してよかったと感じていただけるように努力してまいります。





【 腸の お話し 】

～便秘をテーマに取り上げてみました～



排便の前には必ず『便意』がおきるものです。便秘の人は何らかの原因で、この「便意」が起きにくくなっています。今回は、便秘解消法として、腸を刺激して便意を起こしやすくする「ツボ」「体操」「マッサージ」を紹介します。

<ツボ>

腰骨の高さで背骨から指 2 本分外側で、左右どちらにもあります。気持ち良く感じる強さで周辺のこりをほぐすよう刺激しましょう

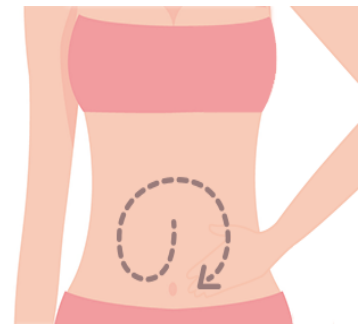


<体操>

図のように両膝を立てたまま横に倒します。ゆっくりと 10 往復くらい繰り返します。

<マッサージ>

右図のようにおへその周囲を時計回りにゆっくりと 30 周ほど繰り返しマッサージをしましょう。



マッサージや体操などは、外部から刺激を与えることにより、腸の動きを活性化することができ、便秘解消に有効です。数回でも数分でも少しずつ毎日続けて快便をめざしましょう！



第1回運営推進会議を開催しました

H28年度から、療養通所介護が地域密着型サービスに位置づけられ、それに伴い、ご利用者・ご家族、地域住民、ケアマネジャーの方々にサービスの内容を知って頂き、地域に開かれた事業所となるように「運営推進会議」を行うことになりました。

第1回目を、H29年2月17日に当事業所2階で開催しました。事業所からは、サービスの方針や活動内容、ご利用者様の状態などを報告させて頂き、参加者の方からは、普段お伺いすることのできない貴重なお話を聴かせていただき、よい交流の場を持つことができました。皆様の思いに応えられるように、きめ細やかな対応をして参りたいと思います。

この度は大変お忙しい所、多くの方々にご参加頂きまして誠にありがとうございました。今後も年に1回開催いたしますので是非ご参加ください。



* 新人職員紹介 *



総合病院で10年間、看護系大学で4年間の勤務を経て、以前から挑戦したいと考えていた在宅の現場に参りました。ステーションのパワフルな諸先輩方のあとに続けるよう腰を据えて精進し皆様のお役に立てるよう頑張っていきます。どうぞよろしくお祈いします。
(看護師 文箭裕美子)



13年、病院勤務を経て在宅で暮らす方々のお役に立ちたいと考え、訪問看護師の道を選びやってきました。取り柄は、元気と体力です。皆様が安心して日々過ごす事が出来ます様、一生懸命努めてまいります。よろしくお祈いします。
(看護師 高本千春)

編集後記

昨年は4年に1度のオリンピックがブラジルで開催されメダルラッシュの日本の活躍に、気持ちが踊り感動しました。オリンピックに出場した選手の活躍の裏には選手を支える沢山の存在があるということを知りました。『一人の選手を他職種の人達が支える』これは私たちがいる看護・介護の場面に通じる部分だと思ひます。一人の療養者様の周りには家族や知人、医師、看護師、介護士など様々な職種がチームとなって支えています。私たち職員一同、最高のサポーターになれるように今年も頑張っていきたいと思ひます。本年もどうぞよろしくお祈いいたします。

(ご利用者家族の作)

