

SAKASO

「さかそう」

ご自由にお持ちください

特集 専門職に聞いてみよう

皮膚・排泄ケア認定看護師のこと。



2025.2 Vol.70

お知らせ

がんサロン「みんなの部屋」通信 第1号が完成しました！

2024年2月にオープンしたがんサロン「みんなの部屋」。2024年9月27日には当院呼吸器科 神宮医師による講演会が開催され、大変好評でした。そうしたがんサロンの出来事やお知らせを、「みんなの部屋」通信としてお届けします。院内で見かけたらぜひ手に取ってみてください。



がんサロンとは？

がん患者さんとそのご家族が集い、語り合える場です。様々な相談も受け付けていますが、好きな話題を自由に話せる場として利用できます。

- 場所 ● つばさくらぶ 2階(坂総合クリニック2号館向かい)
- 時間 ● 毎月第2・4金曜 13:00~15:00(祝日を除く)
- 予約 ● 不要 ※15歳未満の方は入室不可



診療予約・変更・お問合せ

まずはコールセンターへお電話いただきご確認をお願いいたします。

コールセンター **022-361-8288**

- 平日 8:30~16:30(小児科のみ8:00~)
- 土曜 8:30~11:30(小児科のみ8:00~)
- ※日曜・祝祭日、年末年始(12/30~翌年1/3)、8/16(お盆)は休業。

- ◎紹介状をお持ちの方は、必ずその旨をお伝えください。
- ◎上記時間以外で救急診療のお問合せは、病院代表番号(022-365-5175)にお電話をお願いします。

詳細はwebサイトでもご確認いただけます。

坂病院 🔍 検索 <https://www.m-kousei.com/saka/>

表紙について

野村さんの趣味はランニング。仙台国際ハーフマラソンに毎年出場しているほか、山形や福島、東京で行われる大会にも参加。シューズはナイキを選ぶことをしているそうです。

●表紙撮影/マリンゲート塩釜



電車の場合 ▶ JR仙石線・下馬駅下車。駅前が当病院です。

お車の場合 ▶ 第三駐車場は、当院ご利用の方は無料です。第三駐車場と病院間の送迎バスを運行しています。

SAKASO 坂総合病院 広報誌「さかそう」
2025年2月1日発行



〒985-8506 宮城県塩釜市錦町16-5 <https://www.m-kousei.com/saka/>
【広報誌に関するお問合せ】Tel 022-365-5175(代)



毎回特集内容を変え、病気や病院のあれこれを発信。今回は「皮膚・排泄ケア認定看護師」について紹介します。

特集

専門職に 聞いてみよう

皮膚・排泄ケア 認定看護師 のこと。



「患者さんに恵まれ、育てていただいたことで今があります。患者さんから評価をいただくことが何よりうれしいです」(野村さん)

塩釜市を中心に地域の医療を支える坂総合病院。適切な治療と高度な技術で人々を支えています。今回は、創傷やストーマ、失禁ケアの分野で質の高い技術を提供する認定看護師について聞きました。

野村 主弥 (のむら かずや)

宮城県出身。2007年坂総合病院に入職。2017年に皮膚・排泄ケア認定看護師資格を取得後、2024年に特定行為研修を修了し皮膚・排泄ケア特定認定看護師となる。これまでの経歴を振り返り「患者さんからの学びが糧となり、資格の取得にもつながった」と語る。

※文中の表記は「認定看護師」で統一しています。

おしえて /

Q 皮膚・排泄ケア認定看護師とは？

創傷、ストーマ(人工肛門・人工膀胱を造設する手術のこと)、失禁看護の分野において技術と知識を身に付け、高い水準の看護実践を行う看護師のことです。創傷治療のための処置の提案や、病気や加齢などによる尿・便失禁の改善・予防を行うなど幅広いケアを行っています。ストーマを造設した患者さんの精神的な不安にも寄り添うことも、皮膚・排泄ケア認定看護師の大切な役割です。

Q 野村さんは皮膚・排泄ケア認定看護師として どんな仕事をしているのですか？

私は常に皮膚・排泄ケア認定看護師の仕事をしている訳ではありません。業務の大半はICU(集中治療室)に所属する看護師のひとりとして、重症の患者さんをケアしています。認定看護師の活動では、ストーマ外来での診察をはじめ、フットケアチームの一員として、足の潰瘍を診るために回診に参加し、患者さんのケアを行っています。患者さんが日常生活で感じている悩みや問題に対して、正しい知識を踏まえたアドバイスや管理方法を提供するように心がけています。

患者さんの力を活かし 自立した排泄ケアを支援

ストーマ(人工肛門や人工膀胱)の造設後はセルフケアの習得が必要になりますが、排泄ケアは患者さんにとって大きな問題となることも少なくありません。しかし、こうした問題をいかに患者さん一人ひとりに合わせた管理方法へと導いてあげるかに看護師としてのスキルが活かされます。患者さんには病気をしたからでなくなるのではなく、病気を患った今できることを導けるような関わりを持ってほしい、日々仕事をしています。

私が専門とする排泄ケアを例に挙げると、排泄の失敗は羞恥心や自己嫌悪感を伴うこともあると思います。幼少期のトイレトレーニングを経て自立した排泄が病気などによる障害によって失われることは、患者さんの自律性を喪失する経験にもつながりかねません。排泄手段やデバイスを提供することで、障害をもちながらも患者さんの身体に残った機能を活用し、できる限

自立した排泄ができるよう支 援しています。

自分自身のアップデートが 後輩への指針となるように

私は2011年の東日本大震災を経験しましたが、今後は皮膚・排泄ケア領域の知識と特定行為研修で学び得た臨床推論、病態判断力を活用し、被災地域でオストメイトの方や排泄障害や床ずれで困っている患者さんたちの役に立てるようDMAT(ティーマット…災害派遣医療チーム)資格の習得を目指したいです。そして私が先輩や患者さんからたくさん学びを得た経験のよちに、先輩である若い看護師たちには看護師資格の習得をゴールとするのではなく、仕事の中で学び、新たに築いた視点からさらなるステップアップを目指してもらいたいと思います。少しでもそうしたきっかけになれるよう、私自身これからも止まることなく、趣味であるマラソンの記録を更新するように日々アップデートしていきたいです。



#15 自宅で行う簡単ストレッチ③

「みやぎ東部健康福祉友の会」が毎月オンラインで開催している「自宅で簡単健康ストレッチ」。そこで紹介されている簡単な運動を連載で紹介しします。今回は凝りがちな首や肩の筋肉を伸ばします。

首の後ろ&肩の負担軽減ストレッチ

- 1 頭を真下に倒し、首の後ろや肩にかけての筋肉を伸ばす。
- 2 頭を右に倒し、首の後ろから左肩周辺の筋肉を伸ばす。
- 3 頭を左に倒し、首の後ろから右肩周辺の筋肉を伸ばす。



「運動療法センターのびのび」とは…?

坂総合クリニック1号館6階にあるメディカルフィットネス。健康増進・疾病予防運動、生活習慣病の運動療法、介護予防運動などを実践する施設です。

※現在は感染症対策のため、特定の病気の重症化予防を目的として個別にご利用いただいています

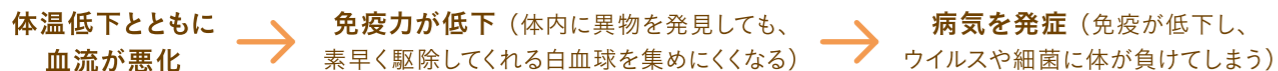
栄養手帖

—食養室だより—

“温活”で健康をキープ!

「体温が上がると免疫力も上がる」と言われるほど、体温と免疫細胞は深く関連しています。免疫力アップにはバランスのよい食事も大切です。

どうして低体温は体によくないの?



寒い冬こそ摂りたい栄養素

ビタミンB群

糖質、タンパク質、脂質をエネルギーに変えて体温アップ。

旬の食材

●豚肉 ●ブリ ●タラ

タンパク質

筋肉を作り、熱エネルギーを生み出す。

旬の食材

●肉類 ●魚類 ●卵 ●大豆製品

ビタミンC

鉄分の吸収を助けて毛細血管の働きを維持する。

旬の食材

●ネギ ●白菜 ●ミカン ●キウイフルーツ

ビタミンE

血流れを促し、肌の新陳代謝をよくする。

旬の食材

●ほうれん草 ●小松菜 ●カボチャ

鉄分

血液中のヘモグロビン合成に必要であり、全身に酸素を運ぶ。

旬の食材

●カキ ●ほうれん草 ●小松菜 ●ココア

支えるひとたち



第43回 3階病棟 介護福祉士

坂総合病院を、そして患者さんを支える人々。その「人となり」に迫ります。

介護福祉士になったのは大好きな曾祖母のおかげです。小さい頃は祖母とともに曾祖母のお世話をしていたこともあり、漠然とそのような仕事に就きたいと思うようになりました。今では入院患者さんの日常生活全般に携わる毎日。患者さんができることを見守り、時には手を差し伸べながら、職場の仲間と協働して患者さんの身体と心、環境を整える役割を担っています。

この仕事をしている中でうれしくなるのは、退院した患者さんに声をかけてもらった時ですね。私服姿の私に気づいてくれる患者さんもありました。時には「慌ただしそうだから声をかけるか迷った」と言われることがありましたが、常にゆったりした姿を見せられるように心がけています。そして常に必要とされ、どんなことも先読みできる誰かの役に立つ人でありたいです。

次号は

堀籠 清香
(4階病棟 補助産師)



患者さんが入浴するお風呂の名は「坂乃湯」。浴室前にはしっかり看板も出ているんですよ。私も介助用の服に着替えて撮影してみました。



藤丸 翔 (ふじまる しょう)
介護福祉士 主任

職場紹介

回復期
リハビリテーション病棟

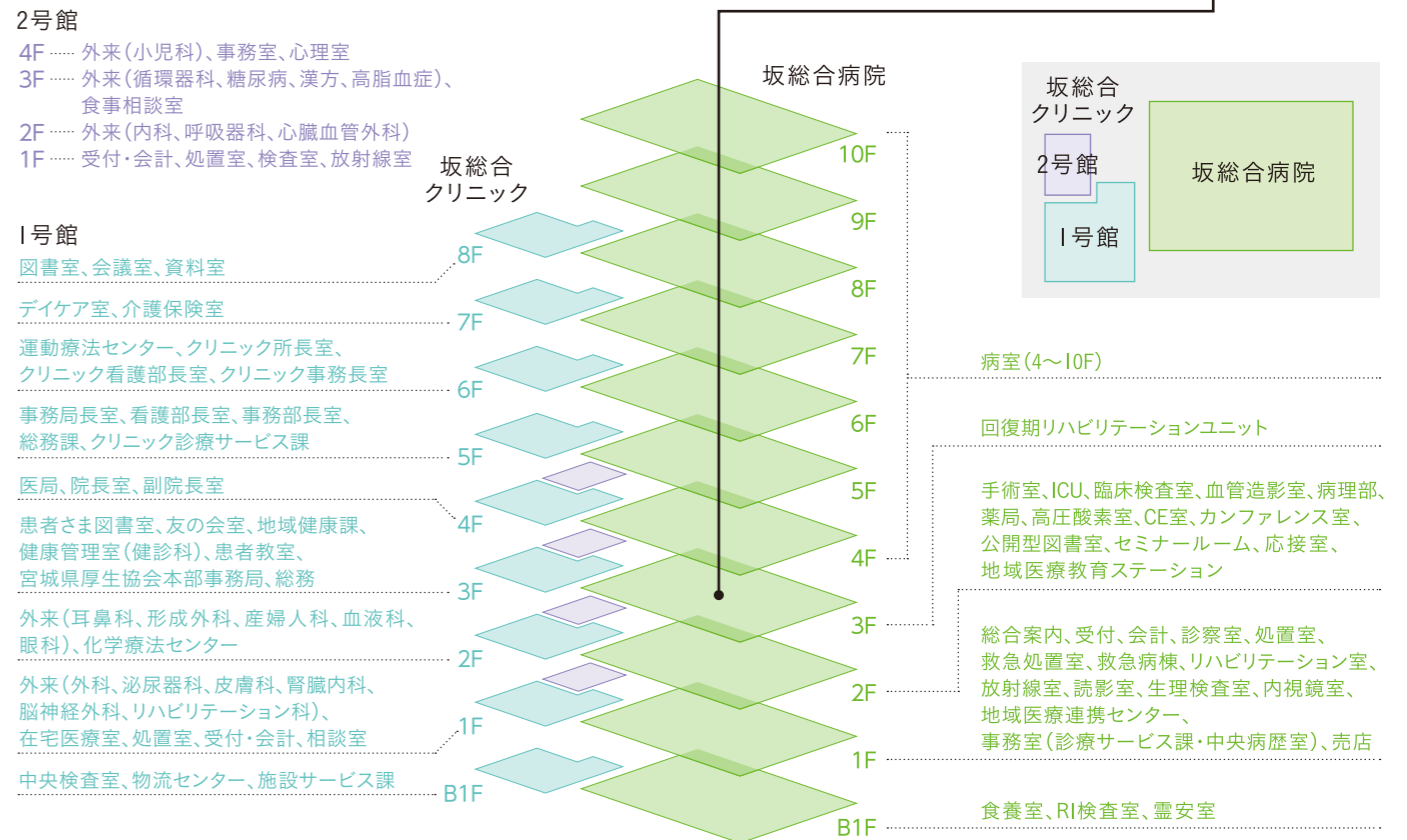
朝田 恵 (あさだめぐみ)
師長

回復期リハビリテーション病棟には、脳梗塞や脳出血などの脳血管疾患、大腿骨骨折手術などの整形外科疾患の患者さんが入院しています。患者さんには、食事や移乗・移動、排泄などの日常生活の援助を中心にそれぞれの能力を活かした訓練や入院生活を提供。他職種での繰り返し行うカンファレンスなどを行う

ことで、退院後の生活も見据えた、その人らしい生活に必要な動作や環境を検討しています。さらに患者さんを支える家族の心配や負担を少しでも軽減できるよう、家族の思いと暮らしにも寄り添い、ともに考え、スタッフ一丸となってお手伝いしています。

患者さんは病前とは違う不便さと向き合い、懸命にリハビリを行っています。そんな中、入浴時やレクリエーション時にいつもと違う表情や活気を見せてくれる患者さんの姿はとても印象的に映ります。そして入院時とは見違える姿で退院していく姿が、私達スタッフの励みやモチベーションにつながっています。

これからも多職種が一丸となり、患者さんだけでなく家族の皆さんと協同しながらよりよい方法や環境を検討し、必要なりハビリテーションやケアの提供に努めていきたいと思えます。



連携医のご紹介

ももせクリニック

内科・外科・整形外科・肛門科
麻酔科・リハビリテーション科



院長
高橋 正倫 先生
(たかはし まさのり)



内科・外科・整形外科・肛門科
麻酔科・リハビリテーション科

ももせクリニック

〒985-0061
宮城県塩竈市清水沢4-37-20
TEL 022-361-8201
<https://goryousya.com/momose.html>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00 - 12:30	○	○	○	○	○	○	△
14:00 - 17:30	○	○	△	○	○	○	△

休診日/水・土曜午後、祝日



今回は番外編。坂総合病院を古くから知る「ももせクリニック」の高橋正倫院長から届いたメッセージを紹介いたします。坂総合病院への信頼と期待が伝わる、情緒に満ちた言葉が連なります。

昔のはなし

初めて私がメスを握った時代は「偉大な外科医、大きな切開」が常識であった。私もそれを真似た外科医だった。

昨今では小さな穴を開け臓物を取り、癌が治ってしまうとの事のように。最近はおロボットも参加するとの事。しかし、大出血の際に果たして即、開腹止血に変更できうる外科医が一体何人いるのであろうか？

クリストファー外科学に「戦争と外科の発達」という項目があるが、現在、大戦争も無いのに先進的技術

が開発され続けている理由について考えさせられる事が多い。

お袋は「お前は、坂さんで命拾いをした。」と言って育てられた。患者紹介の時、又患者を受け入れるとき、お袋の言葉が脳裏を横切る。当時の坂病院は小学校の様な木造造りの病院であった。

先進技術を持つ病院への紹介は、開業医にとっての命である事を実感している。今後とも坂病院が先進医療施設であり続ける事を念じている。今では廃線になった塩釜線上を煙を吐きながら蒸気機関車が坂病院の裏を走っていた、七十年前の話である。

坂総合病院から

ももせクリニックの高橋先生から、「昔話があった」と当院が木造だった当時のお話を寄稿いただきました。当院も日々進歩する医療技術に追いつかんと精進していますが、「患者さんを治す」とはなにか、改めてご教示いただいたと思います。地域の介護と医療を守る一員として今後ともよろしくお願いたします。