



2022年度

看護部教育新聞 秋号



第31号
2022年11月
看護部
教育専従



看護部長便り ~A letter from Ozawatti~



暑い夏が幻のように、一気に寒さが増してきました。皆さんの体調にお変わりはないですか？さて、今回は脳の働きに欠かせない、'あまい'お話しをします。「食欲の秋」と言うように、秋になると食欲が増し、特に甘いものが食べたくなりますか？これは体の自然な現象と言われて、その要因の一部を紹介します。

①気温が下がると体を温めるために熱産生が高まり、基礎代謝が上がる→基礎代謝が上がるとエネルギーが消費され、その分を補給しようと体が炭水化物（糖分）と脂質を必要とする→'甘いものが食べたい！'になる。

②脳内の神経伝達物質のひとつで**精神の安定を保つ働きがある「セロトニン」**が不足すると食欲が増すことが報告されている。セロトニンは日光を浴びることで分泌されるが、秋は日照時間が短くなる。→**セロトニンが不足し食欲が増す！**セロトニン分泌量を増やす方法は、日光を浴びる以外、糖質や乳製品等を摂取すること→**精神の安定を保つために糖質を欲する！** ストレスをためないためにも「食」は大切ですが、食べ過ぎにも気をつけましょうね（笑）小澤

ヤマザキ
ショップにも
たくさん
のスイーツ



研修のご紹介：フレッシュ「ケア実践報告会F」



9月9日（金）「ケア実践報告会F」にて、看護師15名、介護福祉士6名の計21名のフレッシュのみなさんが受け持ち患者さんへのケアの取り組みについて発表しました。患者さんが好きなこと、したいことを引き出して支援するうちに患者さんの表情が豊かになって発語が増えたり、患者さんやご家族と粘り強く向き合うことで、次の方向性が見えてくるという内容など、興味深いものばかりでした。また、21名全員が持ち時間の7分にほぼぴったりで話すことができ、練習の賜物だと感じました。



研修のご紹介：保有ラダーⅡ「（看）救命救急時のリーダーシップⅡ」



9月25日（日）には午後の半日をかけて、保有ラダーⅡ看護師13名に対し「救命救急時のリーダーシップⅡ」の研修を行いました。講師は、谷口科長です。卒業5年以上の職員が対象であり、リーダーをとることも多い中で、急変時に全体をみてリーダーシップを発揮できることを狙いとしました。谷口科長の経験談もふまえた講義に続き、グループに分かれて急変対応の演習を行いました。話し合いながら、リーダーシップの取り方の理解を深めている姿が印象的でした。



今年度のご注目！：医師による講義～4連弾

★心不全★

講師は、藤本 浩和先生です。心臓の解剖～心不全の病態～当院における心不全治療の役割について、教えていただきました。2030年頃までは心不全患者は増え続けるとのことで、受講者は熱心にメモをとりながら聞いていました。病棟に戻ってすぐに心音を聴診した人もいたとのことで嬉しく思いました。

医師が何を診ているのか知って、それをケアにつなげることを、どしどし実践してくださいね～



★肺炎★

講師は、関口 繁男先生です。バイタルサインから読み取れること～肺炎の病態と治療について、講義をしていただきました。先生の臨床での体験談や高齢者誤嚥性肺炎治療の7つのポイントなど、貴重なお話をうかがうことができました。お土産に一人1本蛍光ペンもいただいていたので、たくさん勉強しましょう～ね



★尿路感染症★

講師は、椎木 一彦先生です。腎、尿路の構造～尿路感染症の分類～診断手順と治療などについて学びました。解剖図や造影写真、CT画像などがたくさん載せられていて、当院でよくある事例やできごとに合わせて、わかりやすく教えていただきました。また、尿道留置カテーテル挿入のポイントも教えていただいたので、ぜひ、実践していきましょう。



★骨折★

講師は、今西 剛史副院長です。「当院で遭遇する骨折」をテーマに高齢者の骨折の特徴について、また、骨折のレントゲン写真を確認しながら、その治療について講義をしていただきました。ぜひ現場でも画像を確認し、看護ケアに反映していただきたいと思います。

当院の患者の多くは高齢者です。軽微な外傷やケアによっても骨折をきたすことがあります。普段から愛護的なケアを実践していきましょう。



クリニカルラダー申請

クリニカルラダー申請が始まります。

課題となるeラーニングの視聴はお済みでしょうか？何を観たらいいのかわからない方はいますか？わからない時は「看護部 継続教育」というオランダのファイルに載っていますので、確認しましょう。また、eラーニングシステムのホーム画面にも課題テーマが出ていますので、そちらからも見てみてください。

11月中には視聴するようにしましょう。



わかるかな？ 線をつなげてみましょう。正解は、教育専従まで♡

